



## PROGRAM AKCÍ NA MĚSÍC DUBEN 2009

### ☺ **DUBEN - „MĚSÍC BLÁZNOVSTVÍ“**

30. března až 4. května

Prezentace a prodej výrobků chráněných dílen Fokus Tábor

*Kde: Městská knihovna Tábor, Jiráskova 1775, Tábor*

### ☺ **VÝSTAVA - „KRAJKY A VELIKONOČNÍ DEKORACE“**

1. až 30. dubna

Prodejní výstava paní Čechové.

*Proběhne v naší kavárně Café FOKUS.*

### ☺ **PAMÁTKY UNESCO ČESKÉ REPUBLIKY**

úterý 7. dubna od 16:00 hod.

Prohlížení fotografií a povídání o památkách UNESCO s panem Myslivcem.

*Proběhne v naší kavárně Café FOKUS.*

### ☺ **VÝLET DO CHÝNOVA**

úterý 14. dubna

Prohlídka města, návštěva Městské knihovny a Bílkova domu.

Mít s sebou: kapesné, svačinu a doklady (občanský průkaz a kartičku pojišťovny).

Sraz před halou vlakového nádraží v 8:00 (odjezd v 8:15, předpokládaný návrat v 15:00).

Zájemci o tento výlet se musí den předem nahlásit pracovníkům sdružení.

### ☺ **PROMÍTÁNÍ FOTOGRAFIÍ Z REKONDIČNÍHO POBYTU**

středa 15. dubna od 13:00 hod.

Přijďte se podívat na fotografie z loňského rekondičního pobytu - co jsme zažili a kam jsme se podívali.

Dozvíte se základní informace o rekondičním pobytu, který se uskuteční na konci června.

*Kde: programová místnost SAS*

### ☺ **FOKUS BOWLING CUP**

středa 22. dubna od 11:00 hod.

Turnaje v bowlingu se zúčastní i Fokus České Budějovice a Fokus Písek.

Soutěžní klání se bude konat v Bowling baru SLOVAN a po té se přesuneme do Fokusu, kde proběhne vyhlášení výsledků.

*Kde: Bowling bar SLOVAN, programová místnost SAS*

### ☺ **PŘEDNÁŠKA S PhDr. JANEM VESELÝM**

pondělí 27. dubna od 17.00 hod.

Přednáška na téma: Milenectví, partnerství, manželství, rodina. Jak vybudovat pevné základy vztahu a jak je rozbourat. „Štěstí je cesta, ne cíl cesty.“

*Kde: Cafe&Gallery MP7, Žižkovo náměstí 7, Tábor*

### ☺ **ODPOLEDNE PRO MAMINKY S DĚTMI**

středa 29. dubna 14.00 - 17.00 hod.

Oheň, zábava, opékání buřtů a doprovodný výtvarný program pro rodiče s dětmi.

**S sebou:** buřty a dobrou náladu.

*Proběhne v prostorách a zahradě sdružení.*

### ☺ **SPOLEČNÉ OPÉKANÍ BUŘTŮ**

čtvrtek 30. dubna od 11.30 hod.

Mít s sebou: buřty a dobrou náladu.

## STÁLÉ AKTIVITY

- ☉ **Komunita** - každé pondělí od 9:00 do 10:00 hod., probíhá společné setkávání. (Témata: **6. 4.** Příprava na Velikonoce, *Co nás čeká v dubnu?*, **20. 4.** Jak jsem prožil/a Velikonoce, **27. 4.** Čarodějnice, *Program na květen*) - Kde: denní místnost
- ☉ **Společná porada** - středa **1. 4.** od 9:00 hod. (pravidelné setkání zaměstnanců a uživatelů služeb Fokusu nad chodem našeho sdružení).
- ☉ **Kurz Anglického jazyka pro začátečníky** - každou středu od 13:00 do 14:00 hod. (Kde: individuální místnost)
- ☉ **Kurz Anglického jazyka pro pokročilé** - každé úterý od 13:00 do 14:00 hod. (Kde: individuální místnost)
- ☉ **Individuální kurz PC a internet** - termíny těchto kurzů jsou vždy po dohodě s K. Trskovou

## VOLNÝ ČAS

- ☉ **Klub „Dobré nálady“** - V dubnu se budeme scházet každou středu od 13:00 do 15:00 hod. Program si určíme sami podle nálady (procházka, společenské hry, šipky, promítání filmů, atd.)
- ☉ **Diskoclub** - středa **1. 4.** od 15:00 do 17:30 hod. - *společný poslech hudby v denní místnosti*

## SPORT

- ☉ **NOVĚ** budeme cvičit každou středu a čtvrtek od 9:00 do 9:30 hod. v programové místnosti - protažení, posilování
- ☉ **Tělocvična** - čtvrtky - **2. 4., 16. 4., 23. 4., 30. 4.** - volejbal v tělocvičně Střední zdravotnické školy. Ve zbytku času hrajeme florbal nebo basketbal. (Sraz: v 15:15 v Café Fokus, začátek 15:30 - 16:30)
- ☉ **Plavecký bazén** - v měsíci dubnu každé úterý (**7. 4., 14. 4., 21. 4., 28. 4.**) (Sraz v 19:45 před bazénem, od 20:00 do 21:00)

## SEBEOBSLUŽNÉ PROGRAMY

- ☉ **Kurz vaření** - každé úterý a středu od 10:00 do 12:00 hod., Kde: kuchyňka centra  
**ÚTERÝ:** **7. 4.** zeleninová polévka s drožd'ovými knedlíčky, sloní žrádlo a pečení beránka,  
**21. 4.** bramboračka, tvarohová pomazánka, **28. 4.** česnečka, zeleninová (ředkvičková) pomazánka  
**STŘEDY:** **1. 4.** Sekaný řízek s bramborem, **8. 4.** Špagety a pečení beránka, **15. 4.** Koblíhy,  
**29. 4.** bramborové knedlíky plněné masem, zelí
- ☉ **Kurz pečení** - Každé pondělí a čtvrtek od 10:00 do 12:00 hod.  
**6. 4., 9. 4.** Sekanice, **20. 4., 23. 4.** Margot řezy, **27. 4., 30. 4.** Jogurtový táč)  
Kde: kuchyňka

## VÝTVARNÉ DOPOLEDNE (každý čtvrtek od 9:00 do 11:00)

- 2. 4.** Výroba záložky do knihy
- 9. 4.** Velikonoční dekorace (s sebou: vyfouklé vajíčko)
- 16. 4.** Práce s keramickou hlinou
- 23. 4.** Dekorace kolíčků ze dřeva
- 30. 4.** Výroba čarodějnice, oheň, buřty (s sebou: buřty, pečivo)

## VÝTVARNÉ ODPOLEDNE (každé úterý od 13:30 do 15:30)

Výtvarné odpoledne probíhá pravidelně vždy v úterý, v měsíci dubnu ve dnech: **7. 4., 14. 4., 21. 4., 28. 4.** Přijďte s vlastním nápadem, zkusíme ho spolu zrealizovat. Popřípadě si můžete vybrat z námi nabízených činností.



## **JSME TU PRO VÁS**

Po, Út, Čt 8.00 - 15.30 hod., St 8.00 - 17.30 hod., Pá 8.00 - 13.30 hod.

**Potřebné informace Vám rádi poskytneme na tel. 381 252 684 nebo na mob. 776 188 869.**

Kontaktní osoby - Bc. Ladislav Brynych, Simona Severová, DiS., Kateřina Trsková, DiS.

**FOKUS Tábor, Mostecká 2087, 390 02 Tábor**