

MĚSÍČNÍK o.s. FOKUS TÁBOR - LEDEN 2012

SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÁ DÍLNA

pondělí až pátek od 7:30 – 16:00

Posláním této služby je podpora lidí s duševním onemocněním na Tábořsku v získání a obnovení pracovních i sociálních dovedností a návyků prostřednictvím sociálně terapeutických programů. Tato podpora směřuje k nalezení pravidelné, smysluplné činnosti, zvýšení možností uplatnit se na trhu práce a především k sociálnímu začlenění.

➤ Pracovně-rehabilitační programy:

3D pondělí (8:30 – 11:30) keramicko-skleněná dílna, FIMO, modelína, glazury atd.

Dřevěné úterý (8:30 – 11:30) s volným odpoledním programem (12:30 – 15:30).

Papírová středa (8:30 – 11:30) práce s papírem a obdobnými materiály.

Textilní čtvrtek (8:30 – 11:30) s volným odpoledním programem (12:30 – 15:30).

Čistý páteční stůl (8:30 – 11:30) dokončení výrobků, uzavření pracovního týdne. Společná páteční posezení 11:00 – 13:00.

➤ Vzdělávací programy:

Individuální kurzy PC a internetu: přihlášení u L. Brynycha.

Angličtina: každou středu 12:45 – 13:45.

Angličtina pro pokročilé: každé pondělí 11:00 – 12:00.

Němčina pro pokročilé: každé úterý 14:00 – 14:45.

Němčina pro začátečníky: každé úterý 15:00 – 15:45.

Program pro dobré zdraví: deset lekcí zaměřených nejen na témata snižování nadváhy, pohybu a zdravého životního stylu. Určeno pro uživatele služby, kteří se léčí se schizofrenií.

➤ Klubová činnost:

Páteční společné posezení: 11:00 – 13:00 v prostorách STD, každé sezení bude tématicky zaměřeno a spojeno s možností občerstvení.

Oldies club: středa 4.1. od 14:00 poslech výběru hudby 80.let (vždy každou 1. středu v měsíci).

Herní odpoledne: každou středu 13:00 – 15:30, deskové, stolní a jiné hry.

➤ Sportovní aktivity:

Zumba – cvičení, tanec: každé pondělí 13:00 – 13:30 a čtvrtek 13:15 – 13:45 v programové místnosti.

➤ Sebeobslužné programy a další programy vedoucí k sociálnímu začlenění:

Nácvik vaření a pečení: Každý čtvrtek 10:00 – 12:00. Při nácviku vaření se budou vařit nenáročná a chutná jídla.

Dále v případě potřeby individuálně nabízíme:

- *nácvik praní, žehlení a obsluha běžných zařízení a spotřebičů,*
- *pomoc s hospodařením s penězi, nácvik nakupování,*
- *základní obsluha mobilního telefonu,*
- *možnost bezplatně využít PC s připojením k internetu,*
- *poskytnutí podmínek či pomoc se zajištěním nebo přípravou stravy,*
- *poskytnutí podmínek či pomoc s osobní hygienou.*

Po – Pá od 7:30 – 16:00, Kontakt: V. Stráňková, Mgr. M. Hrobská, M. Slach, mob. 731 332 061,
Vedoucí služby Bc. L. Brynych.

KOMUNITNÍ TÝM (SOCIÁLNÍ REHABILITACE)

pondělí až pátek od 7:30 – 16:00

Posláním služby je poskytovat odbornou podporu lidem s duševním onemocněním, zejména pak s psychotickou poruchou, kteří žijí na území tábořského regionu, v udržení, obnovení nebo získání schopností a dovedností, které jsou nezbytné pro samostatný, nezávislý a soběstačný život v běžných podmínkách společnosti.

Služba je poskytována ambulantní i terénní formou. To, jakou formu uživatel aktuálně využije, se zcela odvíjí od jeho rozhodnutí, popř. z charakteru potřebné pomoci.

➤ **Skupinové zájmové aktivity v měsíci prosinci:**

Volejbal: každý čtvrtek 16:00 – 17:00, sraz v 15:50 před Café Fokus.

Nácvik vaření: každé úterý 10:00 – 12:00. Aktivitu zajišťuje dobrovolnice.

Bowling: středa 4.1., sraz v 15:50 u restaurace U soudku.

Plavání v bazénu: termín bude upřesněn. Případní zájemci se mohou hlásit u P. Tondera.

Po – Pá od 7:30 – 16:00, Kontakt: Bc. L. Brynych, mob. 776 188 869, tel. 381 252 684, Bc. J. Frantová, mob. 777 721 186, P. Tondera, mob. 775 748 482, Bc. Iva Horatlíková, mob. 777 706 093.

KOMUNITNÍ CENTRUM PŘI CAFÉ FOKUS

Výstava „Dobrovolnictví na Tábořsku anebo pomáháme z dobré vůle“ – slavnostní vernisáž se bude konat **12.1. 2012 v 16:30**, výstava potrvá do **9.2. 2012**. Proběhne prezentace Dobrovolnického centra Rolničky Soběslav a Dobrovolnického centra Tábor a promítání dokumentů o dobrovolnickém projektu Rolničky Neobyčejný kamarád. Výstava by měla zároveň sloužit jako poděkování dobrovolníkům za odvedenou práci v minulém roce.

Vyrábění šperků a ozdobných předmětů pro maminky (se zajištěným hlídáním dětí) pátek 27.1.
16:00 – 17:00.

Provozní doba: Po, St, Čt, Pá 8:00 – 17:00, Út 8:00 – 18:00.

Vedoucí Café Fokus J. Šmejkalová mob. 732 331 393.