

MĚSÍČNÍK o.s. FOKUS TÁBOR - PROSINEC 2011

SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÁ DÍLNA

pondělí až pátek od 7:30 – 16:00

Posláním této služby je podpora lidí s duševním onemocněním na Táborsku 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:

Nabídka aktivit se mění v průběhu roku a vychází z individuálních přání a požadavků uživatelů. Nově funguje pracovní-rehabilitační program pro zájemce v úterý a čtvrtky také odpoledne 12:30 – 15:30 (*po domluvě i v jiných dnech*). Kde: *STD dílna - první patro.*

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). 1.12. svícen z látky, 8.12. textilní ozdoby, 15.12. kapr pod stromček.

Čistý páteční stůl (8:30 – 11:30) dokončení výrobků, uzavření pracovního týdne. Společná páteční posezení 11:00 – 13:00, zaměřená na vánoční zvyky a tradice, občerstvení zajištěno (*prostory STD*).

Výroba vánočních přání: úterý 6.12. (*od 8:30 po celý den*).

Pečení a zdobení vánočního cukroví: pátky 9.12., 16.12. (*od 9:30 v rámci STD – po domluvě je možno i jiný termín*).

Výroba vánočních obalů, mašlí a taštiček na dárky: středa 14.12. (*od 8:30 po celý den*).

Předvánoční setkání: středa 21.12. od 9:00, výroba ozdob, zdobení stromku, společné jídlo bude zajištěno, ale bylo by dobré, aby každý přinesl něco na ochutnání (*jablka, cukroví..*). Vánoční zvyky, hudba, zpěv a povídání.

➤ Vzdělávací programy:

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

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. Každý čtvrtek od 14:00.

➤ Klubová činnost:

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

Pouštění filmů: úterý 6.12. a 20.12. od 13:30 dle aktuálního programu.

Oldies club: středa 7.12. 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 a čtvrtek od 12:45 – 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.

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

Pečení cukroví: pondělí 5.12. a 12.12., 9:00 – 12:00. Akci zajišťuje dobrovolnice.

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

Nácvik vaření: každé úterý 10:00 – 12:00.

Výlet do J. Hradce: středa 7.12., odjezd v 8:56 vlakem, sraz v 8:45 před vlakovým nádražím. Prohlídka města, muzea a Krýzových jeslíček. Vstup 30 Kč a 15 Kč pro důchodce.

Turnaj Fokusů v bowlingu: úterý 13.12., 13:00 – 15:00, sraz ve 12:50 na zastávce MHD sídliště Nad Lužnicí.

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

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. Tonder, mob. 775 748 482, Bc. Iva Horatlíková, mob. 777 706 093.

KOMUNITNÍ CENTRUM PŘI CAFÉ FOKUS

Vánoční vyrábění pro děti: pátek 16.12. 2011 od 16:00 do 17:30 v Café Fokus. Výroba vánočních ozdob a dárečků, ochutnávka cukroví a koledy. Vstupné dobrovolné.

Vernisáž koláží pana L. Kolofy 6.12. od 14:00 v prostorách Hospicu (vedle budovy Střelnice).

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

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