

MĚSÍČNÍK o.s. FOKUS TÁBOR - ŘÍJEN 2011

SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÁ DÍLNA (STD)

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 pracovně-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) **6.10.** - Kanzachi-textilní květy, **13.10.** - Kanzachi-textilní květy, **20.10.** - sáčky na cokoliv **27.10.** - tisky přírodnin.
- **Pátky (8:30 – 11:30)** Dokončení výrobků, uzavření pracovního týdne.

25.10. Výroba adventních věnců: přijďte si vyrobit adventní věnec. Je možné dorazit během celého dne od 8:30 – 15:30.

➤ Vzdělávací programy

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

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

Angličtina pro pokročilé: pondělí 11:00–12:00, zájemci se mohou přihlásit u L. Brynychy.

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

Němčina pro začátečníky: zájemci se mohou přihlásit u L. Brynychy.

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, v říjnu se budeme scházet čtvrtky od 14:00 v Café Fokus (1.lekce 14.9., dále 20.9. a 27.9).

➤ Klubová činnost:

Páteční ohně: každý pátek od 11:00 – 13:00 na zahradě Fokusu (v případě nepříznivého počasí se nekoná).

Pouštění filmů: 6.10., 20.10. od 13:30 dle aktuálního programu.

Oldies club: 5.10. 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.

Ping-pong: každou středu od 13:30 – 15:00 na zahradě Fokusu (při nepřízni počasí se nekoná).

➤ **Sebeobslužné programy a další programy vedoucí k sociálnímu začlenění**

Nácvik vaření a pečení: Každý čtvrtek od 10:00 – 12:00. 1. lekce proběhne 13.10. od 10:00

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 říjnu:**

***Bowling:** úterý 18.10., sraz v 15:50 u restaurace U soudku.*

***Tenis:** dle domluvy a počasí. Případné dotazy na J. Frantovou.*

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

***Turnaj v ping-pongu v Č. Budějovicích:** úterý 11.10. od 10:30, sraz v 7:40 před vlakovým nádražím.*

***Plavání v krytém bazénu:** středa 12.10. od 15:00 – 16:00, sraz ve 14:30 ve Fokusu.*

***Prohlídka zámečku v Měšicích:** termín bude upřesněn, předběžně ke konci října. Vstup cca 30 Kč.*

***Nácvik vaření:** každé úterý od 10:00 – 12:00, první setkání proběhne 11.10.*

Služba je poskytována jak ambulantní, tak terénní formou. 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.

KOMUNITNÍ CENTRUM PŘI CAFÉ FOKUS

- **Dušíčková slavnost - pátek 21.10. od 16:00 v Café Fokus**
Akce určená pro širokou veřejnost, zejména pro rodiče s dětmi.
- **Výstava obrazů Romana Maršála 3.10. – 28.10. V Café Fokus**
- **Prezentační výstava „Fokus v barvách“ 3.10. – 31.10. v Městské knihovně.**

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

Vedoucí Café Fokus J. Šmejkalová mob. 732 331 393