

PROGRAM MENS SANA o.s. ÚNOR 2010

Pozor! Změna sídla Centra psychosociální pomoci! Nyní na adrese Ukrajinská 1533/13, 708 00, Ostrava – Poruba

Potřebujete něco aktuálně zjistit? Telefonické kontakty na nás:

Centrum psychosociální pomoci - pevná linka – **596 918 104**

- Saidlová Jaroslava – **777 034 883**
- Černá Hana - **608 944 501**
- Grucmanová Martina - **608 944 503**
- Fichnová Petra - kontaktujte na čísle **596 918 104** (může Vám zavolat také z čísla 777 034 882)
- Haasová Kateřina - **773 450 513**
- Merendová Alena – kontaktujte na čísle **596 918 104** (může Vám zavolat také z čísla 777 034 882)
- Plánka Miroslav - **608 450 512**
- Suderová Jana - **777 034 886**
- Šuláková Pavla - **777 034 882** (z tohoto čísla Vám mohou zavolat rovněž A. Merendová a P. Fichnová)
- Vyplelová Jana - **608 944 500**

Kreativní dílna – mobil – **773 450 512**

- Papoková Jana
- Horkelová Zuzana
- Holušová Daniela

Poznámky ke kreativní dílně:

Aktuální informace o plánovaných činnostech v kreativní dílně Vám sdělí pracovnice na dílně.

Většinou se jedná o některé z následujících činností:

- práce s textilem (filcování, práce s ovčím roumem, malování na hedvábí atd.)
- keramika (čtvrtky)
- ostatní kreativní techniky (např. kreslení, malování, korálkování, drátkování, šití na strojích, práce s klovatinou a melírovacími barvami atd.)

Kdy koho v kreativní dílně najdete?:

- Jana Papoková (Valdštýnová) – Po – Pá
- Zuzana Horkelová – Po, Út, Čt
- Daniela Holušová – St 8:00 – 11:30, Pá 8:00 – 11:30

Pondělí 1.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)

10:00 – 11:30 **II. skupina pro klienty** (Ukrajinská, vede M. Dobrá, H. Černá)

Úterý 2.2. 8:00 – 15:00 **kreativní dílna – malba na textil – trička, prostírání...**

Kdo chce, může si trička přinést s sebou.(Skautská)

Středa 3.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská) – 8:00 – 11:30 textil s D. Holušovou

9:00 – 12:00 stolní tenis (Centrum volného času, vstup zdarma, přezuvky s sebou, pátky lze zapůjčit v Centru psychosociální pomoci na ul. Ukrajinská, ve většině případů bývají přítomni pouze klienti)

13:30 – 16:00 individuální výuka flétny (Ukrajinská, vede D. Podrazová)

14:30 – 17:00 arteterapie (Ukrajinská, vede J. Saidlová)

Čtvrtek 4.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)

14:00 – 16:00 flétnový soubor (Ukrajinská, vede A. Krejčí)

OSTRAVA!!!



16:00 - ? Klubové setkání v Kafárně Anima (U Oblouku 10/501, Ostrava-Poruba) pro všechny, kteří se někdy ve svém životě potkali s duševní nemocí, ať už osobně, v rodině či širším okolí

Pátek 5.2. 8:00 – 14:00 kreativní dílna (Skautská) – 8:00 – 11:30 textil s D. Holušovou
Předpremiéra činohry Ideální manžel v Divadle Antonína Dvořáka,
sraz mezi 9:30 – 9:45, v případě zájmu do 2.2. peníze H. Černé.



Pondělí 8.2. 8:00 -15:00 kreativní dílna (Skautská)
11:30 – 12:30 výuka angličtiny – pokročilí I. (Ukrajinská, vede J. Suderová)
12:30 – 13:30 výuka angličtiny – mírně pokročilí (Ukrajinská, vede J. Suderová)
14:30 – 16:00 – skupina „Dobráci“ (Ukrajinská)

Úterý 9.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)
14:30 – 15:30 výuka angličtiny – pokročilí II. (Ukrajinská, vede J. Suderová)

Středa 10.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská) – 8:00 – 11:30 textil s D. Holušovou
9:00 – 12:00 stolní tenis (Centrum volného času, vstup zdarma, přezuvky s sebou, pátky lze zapůjčit v Centru psychosociální pomoci na ul. Ukrajinská, ve většině případů bývají přítomni pouze klienti)
13:30 – 16:00 individuální výuka flétny (Ukrajinská, vede D. Podrazová)
14:30 – 17:00 arteterapie (Ukrajinská, vede J. Saidlová)
16:30 – 17:15 matematika – skupina 1 (Ukrajinská, vede T. Kučera)
17:15 – 18:00 matematika – skupina 2 (Ukrajinská, vede T. Kučera)

Čtvrtek 11.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)
9:50 – 11:00 setkání s rodiči malých dětí (Ukrajinská, M. Dobrá a J. Vyplelová)
14:00 – 16:00 flétnový soubor (Ukrajinská, vede A. Krejčí)

Pátek 12.2. 8:00 – 14:00 kreativní dílna (Skautská) – 8:00 – 11:30 textil s D. Holušovou



Pondělí 15.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)
11:30 – 12:30 výuka angličtiny – pokročilí I. (Ukrajinská, vede J. Suderová)
12:30 – 13:30 výuka angličtiny – mírně pokročilí (Ukrajinská, vede J. Suderová)
10:00 – 11:30 **II. psychoterapeutická skupina** (vedou M. Dobrá a H. Černá)

Úterý 16.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)
14:30 – 15:30 – výuka angličtiny – pokročilí II. (Ukrajinská, vede J. Suderová)
10:00 – 10:45 – němčina začátečníci (Ukrajinská, vede P. Věcek)

11:00 – 11:45 – němčina pokročilí (Ukrajinská, vede P. Věcek)

Středa 17.2. Provoz omezen

Čtvrtek 18.2. Provoz omezen

Pátek 19.2. Provoz omezen



Pondělí 22.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)
11:30 – 12:30 – výuka angličtiny – pokročilí I. (Ukrajinská, vede J. Suderová)
12:30 – 13:30 - výuka angličtiny – mírně pokročilí (Ukrajinská, vede J. Suderová)

Úterý 23.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)
10:00 – 10:45 – němčina začátečníci (Ukrajinská, vede P. Věcek)
11:00 – 11:45 – němčina pokročilí (Ukrajinská, vede P. Věcek)

Středa 24.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská, tentokrát odpadá textil s D. Holušovou)
9:00 – 12:00 stolní tenis (Centrum volného času, vstup zdarma, přezuvky s sebou,
pálky lze zapůjčit v Centru psychosociální pomoci na ul. Ukrajinská, ve většině
případů bývají přítomni pouze klienti)
13:30 – 16:00 individuální výuka flétny (Ukrajinská, vede D. Podrazová)
14:30 – 17:00 arteterapie (Ukrajinská, vede J. Saidlová)
16:30 – 17:15 matematika – skupina 1 (Ukrajinská, vede T. Kučera)
17:15 – 18:00 matematika – skupina 2 (Ukrajinská, vede T. Kučera)

Čtvrtek 25.2. 8:00 – 15:00 kreativní dílna (Skautská)
14:00 – 16:00 flétnový soubor (Ukrajinská, vede A. Krejčí)
Předpremiéra opery Carmen v Divadle Antonína Dvořáka,
sraz mezi 9:30 – 9:45, v případě zájmu do 23.2. peníze H. Černé.
17:00 Čtení ze šuplíku s hudebním doprovodem Jiřího Neduhy a flétnového ansámblu
Alice Krejčí (Literární kavárna Knihkupectví ACADEMIA, Zámecká 2, Ostrava 2
– u Masarykova náměstí v centru Ostravy – naproti je KFC)

Pátek 26.2. 8:00 – 14:00 kreativní dílna (Skautská, tentokrát odpadá textil s D. Holušovou)
10:00 – 12:00 – Setkání klientů, pracovníků a dobrovolníků
MENS SANA o.s. v kreativní dílně

Veškeré akce se konají za finanční podpory MPSV, Moravskoslezského kraje a Statutárního města Ostrava.

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA

OSTRAVA!!!

