

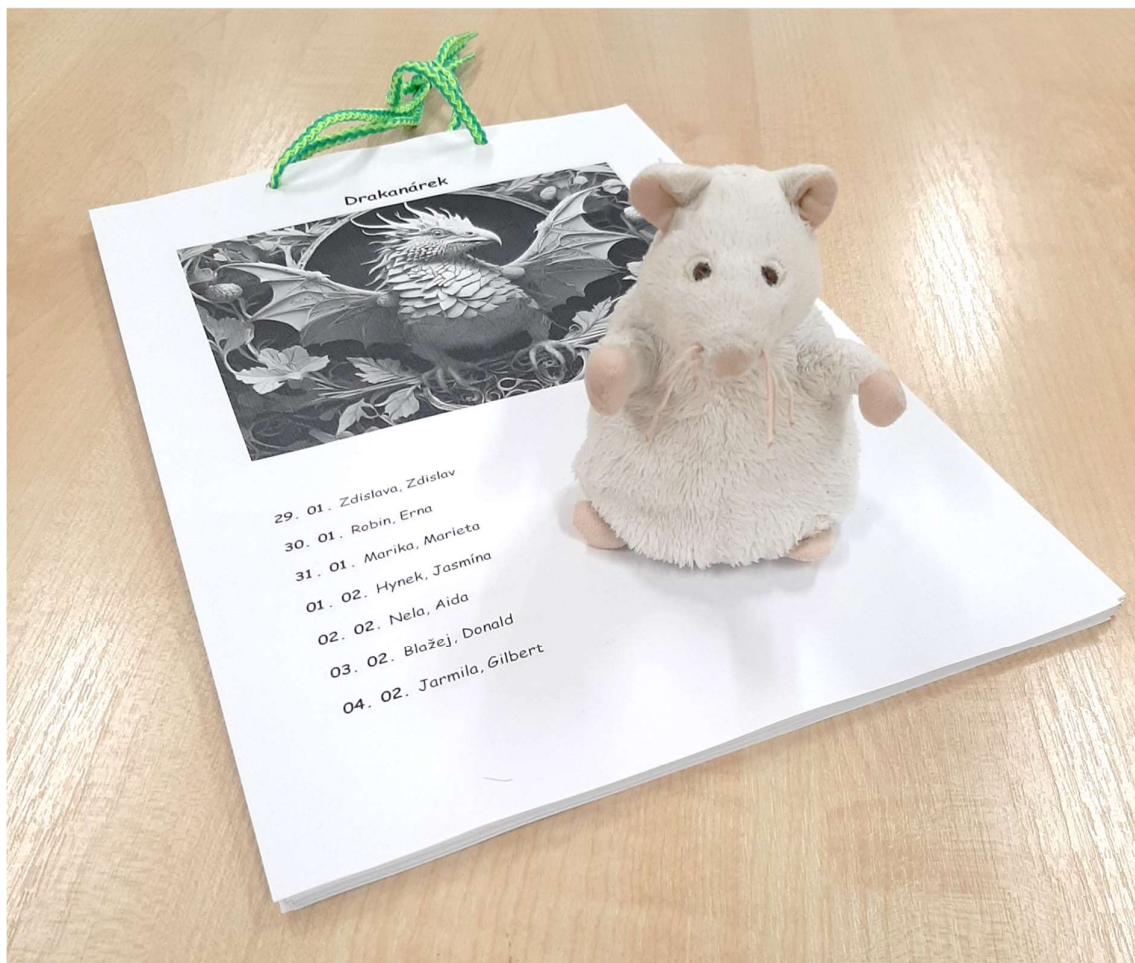


Přáníčka

Dotazník

Povídka paní Věry

Okénko z poradny, volnočasové aktivity



Ono se to nezdá, ale opravdu je na 52 týdnů!

Úvod-kník

No neříkala jsem to? Rok to byl dlouhý a náročný, ale při pohledu přes rameno se to tváří jako pár týdnů maximálně. Chcete si ho shrnout v pár jednoduchých bodech?



Předpokládám, že ne...

Abych nemusela přát já, využijeme příspěvku našeho stálého klienta:

Tak nám zase po roce uplynuly Vánoce
Ať je pro nás všechny snový, tento rok nový
Plný štěstí, zdraví, pohody a lásky,
na tváři mějme úsměv, žádné vrásky.
Je hezkým trendem, že se zase společně sejdem.
Těžkosti zvládnem s elegancí s naší skvělou osobní asistencí.
Sociální rehabilitace nám jistě také připraví spoustu legrace.
Sociální podnikání o tom by také bylo pěkné povídání.
Máme také skvělé porady, bude-li někdo bezradný.
Mějte celý rok krásný, ať je váš každý den šťastný.
To vše ze srdce přeje Láďa Kolert

...a posléze i těch dalších, hledejte v textu. Třeba přání pana ředitele se nám bohužel vešlo až na závěrečnou stránku před tiráž. Dát to jinam, rozsype se celé číslo...

*Na následujících stránkách můžete nalézt výzvu odborné poradny ke spolupráci v rámci odstraňování bariér, poděkování pro skvělého dobrovolníka, Zuzka oznamuje změnu v rámci volnočasových aktivit a samozřejmě Valentýnskou „**Výzvu pro všechny, co mají rádi lidi kolem sebe.**“ Opět jsme zařadili povídku paní Věry a samozřejmě nechybí ani seznam akcí, na které jste srdečně zváni.*

Komu se líbil kalendář, může si vytisknout i verzi pro jednotlivé týdny:

https://www.trendvozickaru.cz/data/content_section/115/dokumenty/pf-2024-v-1-0-52.pdf

Při jeho tvorbě jsme koukali, co všechno je v kalendáři za zajímavá jména, stejně jako vy budete marně přemýšlet, co je vlastně kudu, kusu, kosman, kotul, kořenoústka, kloš a něco nevyšlo vůbec... Navíc začíná únorem a končí lednem 2025, doporučujeme tisknout na křídový papír ☺

Okénko z poradny

Pozvánky

Zveme čtenáře Trendy zpravodaje na Školení v rámci Odborné poradny ve Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, které vede sociální pracovnice poradny paní Mgr. Martina Brožová, PhD.



Školení se konají v učebně Trendu vozíčkářů na Lužické 7, případně na počítačích, u každého z vás.

Jde o tato témata a termíny:

Středa 31. 1. 2024, 15:00 – 16:30: Změny v roce 2024

Čtvrtek 29. 2. 2024, 13:00 – 14:30: Kompenzační pomůcky

Vážení čtenáři Trendy zpravodaje,

zdravím Vás v pravidelném okénku z poradny a do nového roku 2024 přeji vše dobré! V letošním prvním čísle si Vás za oblast bezbariérovosti dovoluji poprosit o součinnost.



Nejprve krátce uvedu informaci, kterou mnozí z Vás již mohli zachytit z předchozích vydání tohoto periodika či případně ode mě osobně. V rámci odborné poradny a poradenství v oblasti odstraňování bariér jsem za Spolek Trend vozíčkářů členkou pracovní skupiny Bezbariérová Olomouc.

Projekt Bezbariérová Olomouc¹ vznikl roku 2001 z iniciativy Magistrátu města Olomouce, konkrétně spadá pod odbor sociálních věcí, jmenovitě vedoucího odboru pana Mgr. Bc. Michala Majera. Nynější koordinátorkou pracovní skupiny je paní Mgr. Monika Halamková, DiS.

Pracovní skupina se schází několikrát ročně. Již od svého založení si klade za cíl „zpřístupňování veřejného života, především služeb, vzdělání, kultury, zaměstnání a sportu všem obyvatelům i návštěvníkům města²“. Nosnou myšlenkou pracovní skupiny je multioborová spolupráce. Jejimi členy jsou

¹ <https://www.olomouc.eu/obcan/socialni-sluzby/projekt-bezbarierova-olomouc>

² Viz tamtéž

pracovníci různých odborů Magistrátu například stavební odbor, odbor investic, odbor dopravy a další, které mají co do činění s problematikou odstraňování architektonických bariér. Důležitou součást tvoří a nositeli témat z praxe jsou také neziskové organizace (TyfloCentrum Olomouc, o.p.s., Spolek Trend vozíčkářů) a další instituce, jichž se bariérovou Olomouce dotýká (školy, Univerzita Palackého apod). Na konkrétní specifická témata jsou přizváni hosté. Na zatím posledním jednání před Vánoce mi pan Ing. Petr Novák ze společnosti NIPI bezbariérové prostředí, o. p.s.³ Předmětem poslední schůze byla mimo jiné otázka parkovací politiky ve městě. U jednání bývá zpravidla přítomná též náměstkyně primátora statutárního města Olomouce paní Bc. Kateřina Dobrozemská.

Na tomto jednání jsem byla paní koordinátorkou Halamkovou oslovena a požádána o předání informace a prosby směrem k Vám, uživatelům služeb Trendu. Aby se Olomouc stala městem ještě více přívětivým lidem na vozíku, prosím o sběr podnětů z Vaší strany. Sdělila mi, abyste jí podněty zasílali převážně emailem na monika.halamkova@olomouc.eu. V současné chvíli není k tomuto účelu určený formulář či arch. Postačí vlastními slovy, jde o předání Vaší zkušenosti. S informacemi od Vás se bude dále pracovat, místa podrobně mapovat.

Příklad 1: Navštívil/a jsem restauraci (název), bezbariérový přístup byl bez problému, ale WC, přestože bylo označeno symbolem pro vozík, nevyhovovalo, chyběl dostatečný manipulační prostor.

Příklad 2: Chtěla/a jsem se stavět do lékárny (na adrese), kabina výtahu je málo prostorná a neumožňuje najet s elektrickým vozíkem, s mechanickým bych mohl/a výtah použít.

Příklad 3: Na krytém bazénu (adresa) bylo vše bez problému, bezbariérově zařízeno.

Pokud byste uvítali dopomoc, podporu z mé strany, neváhejte se na mě obrátit vyoralova@trendvozickaru.cz nebo + 420 731 501 386.

Jménem svým i jménem paní koordinátorky Pracovní skupiny Bezbariérová Olomouc Vám moc děkuji za Vaši iniciativu při této spolupráci.

Zdeňka Vyoralová, Sociální pracovnice odborného poradenství a poradenství v oblasti odstraňování bariér

³ <https://www.nipi-bp.cz/>

Milé kolegyně a kolegové,

ráda bych vám touto cestou popřála vše nejlepší v novém roce 2024, zdraví a štěstí.

Posílám vám zároveň zprávu o skvělém výsledku našeho dobrovolníka Vojty, který byl před Vánocemi oceněn a získal cenu Křesadlo 2023.

Více o něm i ceně se dozvíte na přiloženém odkazu:

<https://kresadlo-ok.cz/oceni/oceni-2023/>

Za celé vedení bych mu touto cestou moc ráda pogratulovala, je to obrovský úspěch, který si zaslouží ocenění a respekt.



Takže, Vojto, moc děkujeme, jste úžasný a jsme moc rádi, že vás tu máme. Děkuji za vaši pomoc a aktivitu v dobrovolnické službě a za veškerý váš volný čas, který věnujete osamělým lidem.

Za celý Trend Jana Měrková

Volnočasové aktivity v roce 2024

Milí účastníci volnočasových aktivit,

nejprve mi dovoluji popřát vám pohodový a klidný vstup do nového roku 2024 s pořádnou výbavou zdraví, dávkou humoru a pouze špetičkou starostí. Zároveň bych vám ze srdce chtěla poděkovat za vaši hojnou účast na všech aktivitách, kterých jste se v roce 2023 zúčastnili. Byla radost pro vás vymýšlet aktivity, které by vás mohly bavit a zároveň i obohatit, nebo zajistit výlety, abyste navštívili místa, kam se sami nedostanete nebo jste tam byli úplně poprvé. Všechn ten drobný chaos a stres, zda vše vyjde podle plánů a představ stál za to, jelikož jste mi veškerou energii vrátili svým díkem, laskavostí a milými slovy. Za to velice děkuji. Nicméně cítím, že má energie a studnice nápadů začala ztrácet šmrnc a sama jsem si tuto skutečnost začala uvědomovat. A já tak strašně na sobě nemám ráda, když dělám něco, co není úplně perfektní! Z tohoto důvodu jsem se rozhodla znovu obohatit volnočasové aktivity, kdy je od 1. února 2024 přebere někdo jiný, který je opět pozvedne do roviny, jakou si zaslouží. Vy se samozřejmě nemusíte ničeho bát, protože i nadále budete v dobrých rukou a vše bude probíhat jako doposud. Věřím, že se již brzy dozvíte, kdo volnočasové aktivity bude mít na starost. A já se na vás samozřejmě budu těšit, až vás uvidím na trendáckých akcích nebo v rámci služby Sociální rehabilitace.

Nakonec bych vás chtěla poprosit o chvíli vašeho času a vyplnění hodnotícího dotazníku spokojenosti účastníků volnočasových aktivit za rok 2023. Dotazník je anonymní a slouží k tomu, abychom znali váš názor na kvalitu poskytování volnočasových aktivit. Vaše hodnocení a připomínky jsou pro nás důležitým zdrojem



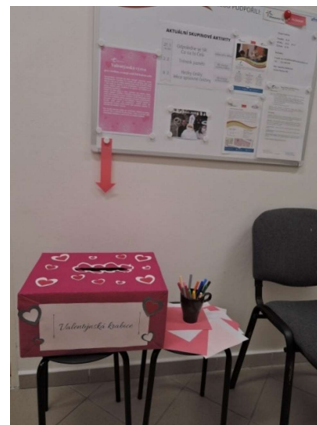
informací, abychom mohli společná setkání zlepšovat. Dotazník jsem vám poslala elektronickou cestou do vašich emailů, ale kdo byste ho chtěl vyplnit ručně, najdete ho jako přílohu na konci tohoto vydání Trendy zpravodaje. Vyplněný dotazník můžete donést do schránky Trendu nebo ho poslat po svém asistentovi. Děkuji za váš čas a ochotu. Budu se těšit na osobní setkání!

Koordinátorka volnočasových aktivit Zuzana Plachá

„Láska je všude kolem nás ... stačí se dívat srdcem“

Od roku 2021 jsme v Trendu zavedli novou tradici, která má udělat radost všem uživatelům služeb, zaměstnancům, členům a přátelům Trendu s názvem „**Výzva pro všechny, co mají rádi lidi kolem sebe**“.

V tradici samozřejmě pokračujeme i letos. **Od 1. února 2024** bude na chodbě Trendu připravena valentýnská krabice, do které můžete vložit psaníčka, sladkosti a další drobnůstky, které zaručeně udělají obdarovaným radost. Je důležité, aby dáreček byl čitelně popsán a mohli jsme ho následně doručit adresátům. Krabice bude k dispozici až **do středy 14. února 2024 do 12:00h**.



Jestliže si na **tvorbu valentýnky** netroufnete sami, rádi vás ve výrobě podpoříme, a to hned v rámci dvou setkání.

První aktivita s názvem **Odpolední tvoření s Tomem - příprava na Valentýna**, kdy si za podpory šikovného lektora Toma budete moci vyzkoušet výrobu



drobných srdíčkových mýdel. Aktivita proběhne v **pondělí 29. ledna 2024 od 14:30 do 16:30h** v učebně Trendu.

Druhá aktivita s názvem **Výroba valentýnek** proběhne v úterý **13. února 2024 od 14:30h do 16:30h** v učebně Trendu. Papíry, tužky, fixy, nůžky, lepidla, tiskátka a další výtvarné potřeby budou zajištěny.

Valentýnská krabice bude otevřena přesně na Den svatého Valentýna **ve středu 14. února 2024** během aktivity **Oslavme Valentýn se Sociální rehabilitací**. Aktivita proběhne v učebně Trendu **od 14:30h do 16:30h**. Po otevření a následném roztržení se budeme snažit co nejdříve doručit veškerý obsah valentýnské krabice svým majitelům.

Za sociální rehabilitaci a volnočasové aktivity Zuzana Plachá

Povídka paní Věry S.: DEJVI, MŮJ MALÝ COPPERFIELD

Když jsem si přivezla malinkého Dejviho domů, měl na krku obojek, ostatně jako každý pes z útulku.

Já osobně považuji obojek u tak malých pejsků dobrý jen na nošení známek, a tak jsem mu hned šla koupit postroj. Rychle přišel na to, že je to mnohem příjemnější než se škrtit na obojku a „kšíroval“ se do něj rád, dokonce mi v tom i sám pomáhal. Sedl si a poslušně zvedal jednu tlapku, potom druhou a trpělivě čekal, až se mi podaří postroj zapnout i na zádech.

Ve chvílích, kdy na mě čekával před obchodem, zkoumal, co to ten postroj vlastně je a jak to funguje. Samozřejmě, že mi o tom nic neřekl. Došlo mi to až ve chvíli, kdy si volně běhal před obchodem a vodítko i s prázdným postrojem visely přivázané k zábradlí.

Když se to stalo jednou, nevěřila jsem svým očím. Jak se mu to povedlo? Že bych ho špatně zapnula? Ale rozepnutý nebyl, tak asi ne. Že by byl volný? Upravila jsem ho přesně na Dejviho tělo.

Když se to stalo podruhé, že se před obchodem vysvlekl z postroje, mávla jsem s úsměvem na rtech rukou.

Když se to ale stalo potřetí a postarší pán se mě zeptal, jaký to má význam, nechat psa volně běhat a přivazovat prázdné vodítko k zábradlí, tak to už mi došla trpělivost. Vzala jsem Dejviho a zamířili jsme do zverimexu pro postroj nový, v domnění, že tento už je vytaháný a tudíž nefunkční.

Paní prodavačka si odborným okem prohlídla Dejviho a přinesla mu nový, pevný postroj. Hned jsem mu ho nasadila a šli jsme domů. Teda já jsem jela na svém invalidním vozíku a Dejvi klusal vedle mě. Chvíli poskakoval, pak se ale zklidnil a poslušně cupital vedle mě. Aspoň já si to naivně myslela. Už jsem ho chtěla za to pochválit, když jsem si koutkem oka všimla, že Dejvi je asi pět metrů ode mě, očůrává patník a já, samozřejmě, tahám prázdné vodítko. Kdy a jak se dostal z postroje, a ještě k tomu za pochodu, netuším. Otočila jsem svůj vozík a zamířila zpět do zverimexu. „Chtěla bych vyměnit ten postroj za menší.

„Ale paní,“ protestovala prodavačka: „Nemůže mít menší, bude mu těsný.“

Vyzkoušela jsem – těsný byl, ale neškrtil, netlačil, v dýchání nebránil, tak jsem ho vyměnila.

Dejvi celou cestu domů poskakoval, zkoušel to, ale dostat se z něho se mu nepodařilo.

„Konečně!“ vydechla jsem si. „Konečně nebudu vypadat jako blbec, že uvazuji prázdné vodítko k zábradlí a psa nechávám volně běhat.“

Moje radost ale netrvala dlouho. Pouze do druhého dne – do chvíle, kdy Dejvi na mě opět čekal před obchodem, pobíhal sem-tam, očichával rohy a prázdný postroj i s vodítkem visely přivázané k zábradlí. Jak to udělal, že se opět dostal i z tak pevného postroje, to mi nikdy neprozradil a já to dodnes netuším – prostě to byl Dejvi, můj malý Copperfield.

Akce v Trendu

Trendácké kafé aneb Trendáci na cestách

Kdy: čtvrtek 18. ledna 2024, 14:30-16:30h

Kde: online přes odkaz meet.google.com/svq-mtmh-yku



Podělte se o svá cestovatelská dobrodružství nebo místa v České republice, které bychom měli navštívit.

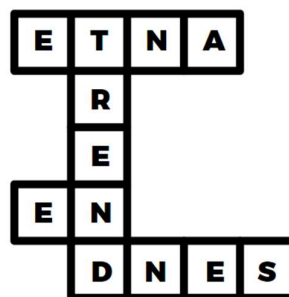
Další informace: Zuzana Plachá,
e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Odpoledne plné deskových her - Scrabble

Kdy: středa 24. 1. 2024, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Procvičme společně slovní zásobu a zahrajme si deskovou hru Scrabble, kde z vylosovaných písmenek budeme tvořit do sebe vzájemně zapadající slova. Každé písmenko je různě bodově ohodnocené. Cílem každého hráče je získat co nejvyšší počet bodů.



Přihlášky a informace: volnocasovky@trendvozickaru.cz, tel.: 777 974 455.

Odpolední tvoření s Tomem – Výroba srdíčkových mýdel (*změna náplně aktivity*)

Kdy: pondělí 29. ledna 2024, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

V rámci aktivity jsme společně měli vyrábět valentýnská přání. Tuto aktivitu jsme přesunuli na úterý 13. 2. 2024.



Nově během dnešní aktivity si se šikovným lektorem Tomem budete moci vyzkoušet výrobu drobných srdíčkových mýdel. Naučí vás postup, seznámí vás s celkovým procesem výroby a zároveň vám prozradí, jaké suroviny a ingredience k výrobě jsou zapotřebí. Veškeré vybavení bude přichystáno.

Abychom toho měli dostatek, prosíme o přihlášení se na aktivitu, a to do pátku 26. 1. 2024.

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá,
e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Odpoledne plné deskových her

Kdy: středa 7. února 2024, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Setkání tentokrát proběhne bez konkrétního tématu, kdy si každý podle své chuti bude moci zahrát, co chce. Připravené budou šachy, pexeso, člověče, nezlob se a mnoho dalších her.

Další informace:

e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455

Trendácké kafé aneb Trendáci na cestách - seznamte se s novým koordinátorem volnočasových aktivit

Kdy: pátek 9. února 2024, 14:30-16:00h

Kde: online přes odkaz meet.google.com/zpc-dkmp-hgi

Seznamte se s novým koordinátorem volnočasových aktivit. Nezávazně si povykládejte a zjistěte, jaké jsou plány a vize volnočasových aktivit do budoucna.

Přihlášky a další informace:

e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.



Výroba valentýnek

Kdy: úterý 13. února 2024, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Přijďte si vyrobit přáníčko pro svého rodinného příslušníka, kamaráda nebo pracovníka organizace, které následně můžete vhodit do připravené valentýnské krabice na chodbě v Trendu a my se postaráme o jeho doručení. Papíry, tužky, fixy, nůžky, lepidla, tiskátka a další výtvarné potřeby budou zajištěny.

Přihlášky informace: volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.



Oslavte Valentýna tréninkem paměti

Kdy: středa 14. února 2024, 14:30-16:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Valentýnský trénink paměti jako vůbec první setkání k procvičení našich mozku v roce 2024! Můžete se těšit na mnoho úkolů a cvičení zasažených Amorovým šípem lásky. Ve skupině i jednotlivě procvičíme mozkové závitky a paměť. Těší se na vás holky ze Sociální rehabilitace.

Další informace: soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 731 144 670.



Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 15. února 2024, 14:00-15:30h (POZOR, ZMĚNA ČASU!)

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme vás na cvičení s paní Věruškou Schmidovou, které se postará o protažení našich těl. Není jednoduché cvičit sám, proto my cvičíme společně! Díky cvičení dobijeme energii, uvolníme krční a hrudní páteř. Nacvičíme správný posed. Také se zaměříme na protažení ramen, pokusíme se zbavit migrény, zmírnit astma a hlavně zlepši celkovou naši imunitu. Při cvičení se nezpotíte, tudíž se nemusíte ani převlékat. Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku. Cvičí se podle vašich možností a tempa, tak se nebojte a přijďte si s námi společně zacvičit.



Přihlášky a další informace:

e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Jak a kdy si sám pomoci - povídání s paní Věrkou Schmidovou

Kdy: středa 21. února 2024, 14:00-16:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc
nebo online přes odkaz

meet.google.com/cuz-xhcc-pyf



Druhé společné setkání s paní Věruškou, kde si budeme povídat o tom, jak můžeme pečovat sami o sebe a co dělat v případě, že nás něco bolí. Ukážeme si, jak se bolesti zbavit a jaké pomůcky nám od ní mohou pomoci.

Přihlášky a další informace:

e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Trendácké kafé aneb Trendáci na cestách

Kdy: pátek 23. únor 2024, 14:30-16:00h

Kde: online přes odkaz meet.google.com/odg-vdsg-sfi

Cestování po světě i po České republice? Vše je možné, jelikož na světě existuje nespočet překrásných míst a my si je můžeme společně ukázat. Kam se podíváme tentokrát?



Další informace:

e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Nácvik vaření se Sociální rehabilitací

Kdy: úterý 27. února 2024, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme všechny **uživatele služby Sociální rehabilitace** na společné vaření, v rámci kterého vám představíme speciální pomůcky (nože, škrabky, prkénka, příbory, apod.), které si budete moci rovnou vyzkoušet v praxi. **Na aktivitu je nutné se dopředu přihlásit!**



Těší se na vás holky ze Sociální rehabilitace.

Další informace:

e-mail soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 731 144 670.

Hra Bingo

Kdy: středa 28. února 2024, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

V dnešní době potřebujeme hodně zdraví, ale štěstí, to se v životě také hodí! Proto neváhejte a přijďte své štěstí vyzkoušet a porovnat s protihráči ve hře Bingo!



Další informace: volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Vážené čtenářky a čtenáři našeho skvělého měsíčníku.

Před pár dní jsme vstoupili do nového roku 2024, dovolte mi, abych Vám popřál vše dobré, hlavně pevné zdraví, štěstí, lásku.



Letošek je pro Trend vozíčkářů významným rokem. Trend vozíčkářů vznikl 4. září 1994, což znamená, že oslavíme už 30 let od jeho založení.

Za těch svých 30 let naše asistentky a asistenti poskytli statisíce hodin osobních asistencí. Mnoho lidí se naučilo něco nového nebo získalo práci díky sociální rehabilitaci, bylo zodpovězeno nespočet dotazů v rámci poradny, půjčeny stovky kompenzačních pomůcek a sociálním podnikáním prošly desítky šikovných zaměstnanců.

Tento rok bude tudíž rokem oslav našeho společného cíle a tím je poskytnutí té nejlepší možné podpory a pomoci, aby každý z nás mohl překonávat bariéry, žít ve svém přirozeném prostředí a mohl vykonávat a zažívat většinu toho, co může dělat člověk bez zdravotního omezení.

Máme pro vás nachystánu spoustu akcí a aktivit a budeme rádi, když i Vy přispějete svými nápady, nadšením a třeba i rukou k dílu.

Všechny informace o chystaných aktivitách najdete právě v tomto našem skvělém TRENDY zpravodaji ☺

Bc. Tomáš Zrnka

ředitel spolku Trend vozíčkářů Olomouc

Vydává: Spolek Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7, 779 00 Olomouc

Napsali pro vás: Přemysl D., Otakar A., Martina B., Krysa a další
Distribuce a info s úsměvem: Milena B., Alena T. a Anna K.

Datum vydání: **12. 1. 2024**, Počet výtisků: +-50

tel: 734 478 665

email: drtil@trendvozickaru.cz, krysa@trendvozickaru.cz

Uzávěrka **dalšího** čísla je **31. ledna 2024**

Hodnotící dotazník spokojenosti účastníků Volnočasových aktivit za rok 2023

Milí účastníci volnočasových aktivit,

moc vám děkuji za vaši hojnou účast na všech volnočasových aktivitách, které pro vás byly připraveny s radostí a elánem po celý rok 2023. Ráda bych vás požádala o vyplnění tohoto anonymního dotazníku, abychom znali Váš názor na kvalitu poskytování volnočasových aktivit. Vaše hodnocení a připomínky jsou pro nás důležitým zdrojem informací, abychom mohli společná setkání zlepšovat.

Mockrát děkujeme za váš čas a ochotu

koordinátorka volnočasových aktivit Zuzana Plachá

1. Účastnil/a jste se volnočasových aktivit v roce 2023? *(vyberte jednu odpověď)*
 - a. ano
 - b. spíše ano
 - c. spíše ne
 - d. ne

2. Vyhovovala Vám nabídka našich volnočasových aktivit? *(vyberte jednu odpověď)*
 - a. ano, naprosto
 - b. ano, vyberu si
 - c. ne, změnil/a bych ji
 - d. nemám o ně zájem

3. Jaké aktivity se Vám v roce 2023 nejvíce líbily? *(můžete zakroužkovat více možností)*
 - a. Den otevřených dveří – Čajovna na kolečkách *(Zuzana Plachá)*
 - b. Exkurze ve firmě M. L. S. Holice Olomouc, s. r. o. *(Tomáš Zrnka, Zuzana Plachá)*
 - c. Máme rádi Valentýn *(Zuzana Plachá)*
 - d. Odpoledne plné deskových her *(Zuzana Plachá)*

- e. Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung (*Věra Schmidová*)
- f. Plavání Baluo se studenty FTK UPOL (*Klára Botková*)
- g. Povídání o čínské medicíně (*Věra Schmidová*)
- h. Přednáška Bezpečnost na internetu (*host*)
- i. Přednáška Kybernetická bezpečnost (*host*)
- j. Přednáška o firmě FlexiThrone – nabídka vozíků a příslušenství (*host*)
- k. Přednáška o firmě Wuuky s ochutnávkou (*host*)
- l. Přednáška Páté kolo - přídatné kolečko k mechanickému vozíku (*host*)
- m. Přednáška Páteř a její zajímavosti (*Věra Schmidová*)
- n. Přednáška Řezbářský workshop (*host*)
- o. Přednáška Zážiteková 1. pomoc Marka Balického (*host*)
- p. Přednáška: Sucho, povodně, aneb voda v krajině (*host*)
- q. Přednášky studenta Právnické fakulty UPOL - Dezinformace, smlouvy, dědické právo, Státověda a ústavní právo (*Jan Tichánek*)
- r. Sbírká Zasukované tkaničky (*Milan Papežík*)
- s. Společenské akce - Ples Dobrého místa pro život, Karneval APA (*Zuzana Plachá*)
- t. Španělské odpoledne s ochutnávkou (*Karolína Navrátilová, Zuzana Plachá*)
- u. Štafeta na vozíku (*Milan Papežík*)
- v. Táborák (*Zuzana Plachá*)
- w. Trendácké káfé aneb Trendáci na cestách (*Zuzana Plachá*)
- x. Tvořivé odpoledne s Tomem – hrnky, tašky, vánoční svícny (*Tomáš Strouhal*)
- y. Vánoční benefiční koncert a Dobropunč (*Milan Papežík*)
- z. Vánoční posezení (*Zuzana Plachá*)
- aa. Velikonoční strom (*Petra Bastlová, Zuzana Plachá*)
- bb. Výlet 1 – ZOO Zlín Lešná (*Zuzana Plachá*)
- cc. Výlet 2 – Zámek Rájec nad Svitavou (*Zuzana Plachá*)
- dd. Výlet 3 – ZOO Olomouc (*Zuzana Plachá*)
- ee. Výroba Trendácké marmelády (*Jana Měrková*)
- ff. Výroba valentýnek (*Zuzana Plachá*)

gg. Výstava ve Vlastivědném muzeu Olomouc- Mušle Středomoří
(Petra Bastlová, Zuzana Plachá)

4. O jaké aktivity máte zájem do budoucna?

5. Máte tipy na bezbariérové výlety v dojezdové vzdálenosti 1,5h od Olomouce?

6. Chtěl/a byste jet v roce 2024 na týdenní pobyt? *(vyberte jednu odpověď)*

- a. ano
- b. ne

7. Byl/a jste spokojen/a se spoluprací s koordinátorkou volnočasových aktivit (Zuzanou Plachou)? *(vyberte jednu odpověď)*

- a. ano
- b. spíše ano
- c. spíše ne
- d. ne

8. Byl/a jste spokojen/a se spoluprací s lektory volnočasových aktivit? *(vyberte jednu odpověď)*

- a. ano
- b. spíše ano
- c. spíše ne
- d. ne

9. Víte o všech službách, které Trend nabízí (osobní asistence, sociální rehabilitace, odborné sociální poradenství, poradenství v odstraňování bariér, psychologické poradenství, půjčovna kompenzačních pomůcek, dobrovolnictví)? *(vyberte jednu odpověď)*

- a. ano
- b. částečně
- c. ne, tyto informace mi chybí
- d. ne, není to pro mě důležité

10. Odkud čerpáte pozvánky na volnočasové aktivity? *(můžete zakroužkovat více možností)*

- a. Trendy zpravodaj
- b. Facebookové stránky Trendu
- c. Nástěnky na chodbě Trendu
- d. Informace od koordinátorky volnočasových aktivit (e-mail, telefonáty, SMS)
- e. jiné:

11. Zde je prostor pro Vaše připomínky i podněty k volnočasovým aktivitám.
