



Výsledky Zasukované tkaničky 2021

Pracovní doba během svátků

Reportáže a fotky z akcí

Okénko z poradny, Oto, volnočasové aktivity



I teď, v listopadu, Agáta dokáže najít jahody...

Úvod-kník

Konec roku se pomalu blíží a jsem velmi zvědavá, co dostanu od Přemka na vánoče. Obchody už nějakou chvíli prodávají adventní kalendáře, čokoládové Mikuláše, vánoční kolekce a majitelé televizí jistě zažívají masivní reklamní masáž.



Doufám, že jste byli hodní, aby vás neodnesl čert. Taky doufám, že jste se nechali naočkovat v první vlně, protože ten zlý výtrus nikam neodešel a začínám mít dojem, že jsme se prakticky nehnuli z místa, protože situace zdá se být stejná, jako loni na podzim, akorát v bledě modrém, snad právě díky očkování a těm, kteří si nemoc již prošli. Pokud se celkově zotavilo již 1,68 milionů lidí a 6,11 milionů má dvě dávky, je to skoro těch 75% populace, kdy už by mělo být všechno relativně v normálu, jak slibovali. Neustále se prokazovat žlutým vontským špendlíkem/certifikátem mi přijde jako strašnej opruz, který rozděluje společnost a vláda dělá, co může, aby všechny donutila se nechat očkovat. Třeba neproplácením testů a zkrácením jejich platnosti na jeden den, respektive tři u toho lepšího. Komu by se chtělo si nechat každý den štárat v nose špejlí, což není zrovna příjemné a ještě za to dát dvě stovky, nebo kolik? Očkování je pohodlnější.

Každopádně je to na palici. Nebo ránu palicí... Kovovou. Od Hulka. Dvakrát.

Každopádně držíte předposlední číslo Trendy zpravodaje v tomto roce, který je nabouchaný fotkami ze všech možných akcí a hlavně ze sbírky Zasukované tkaničky, která proběhla na konci září a můžete si o jejím průběhu něco přečíst na bezprostředně následujících stránkách.

*Určitě věnujte zvýšenou pozornost **pracovní době o Vánocích**, abyste nebyli překvapeni, ale troufám si myslet, že to není nijaká veliká novinka. Pan Oto pokračoval ve svém fejetonu z minulého čísla a ze zásob textů od paní Věrky jsme vybrali ten nejvhodnější pro aktuální období, kdy určité procento lidí většinou onemocní díky počasí, které se už snad ustálilo na všeobecně chladnějších teplotách, čímž se usnadňuje volba oblečení.*

*A obrátila se na nás **MUDr. Dagmar Riegrová** s prosbou o zprostředkování inzerce **týkající se** darování **matrace**/z polohovací el. postele/standardních rozměrů, materiálu/omyvatelný potah/, krátce používané. Pokud byste měli zájem, napište si o bližší informace na **dagmar.riegrova@gmail.com**.*

Sbírka Zasukované tkaničky 2021

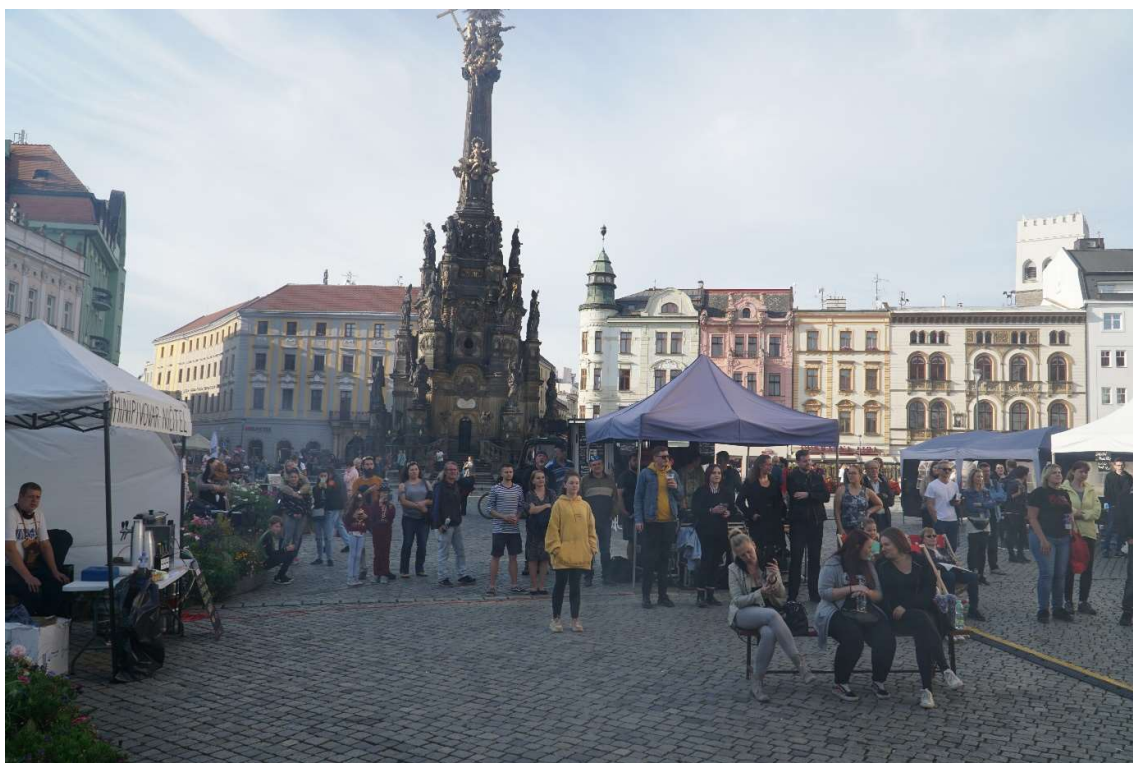
Ve dnech 22. – 24. 9. 2021 proběhl v Olomouci již 19. ročník sbírky Zasukované tkaničky. Kvůli omezením vlády jsme opět museli sbírku uspořádat v září. Malou generálku jsme si však udělali 16. 9. 2021 v Praze, kde se na lodi (A)VOID Floating Gallery uskutečnily také 4 benefiční koncerty. Mise Praha byla obzvlášť namáhavá a co se počasí týče, to nám rozhodně nepřálo. Hlavní město pro nás bylo velkou výzvou a nakonec jsme vše zvládli.



Věděli jsme, že našim hlavním cílem je Olomouc, kde jsou lidé na sbírku už několik let zvyklí a naše dobrovolníky v ulicích města s tkaničkami už tak trochu očekávají, znají a s úsměvem nám opět přispějí.

Když jsme sbírku připravovali, žili jsme neustále v nejistotě, zda nám školy uvolní své žáky. Vše ale dopadlo skvěle a to se promítlo i na celkové vybrané částce. Ta dohromady činí úžasných **179 602,- Kč** (příspěvky do kasiček, platby na účet na základě QR kódů a zaslané DMS).

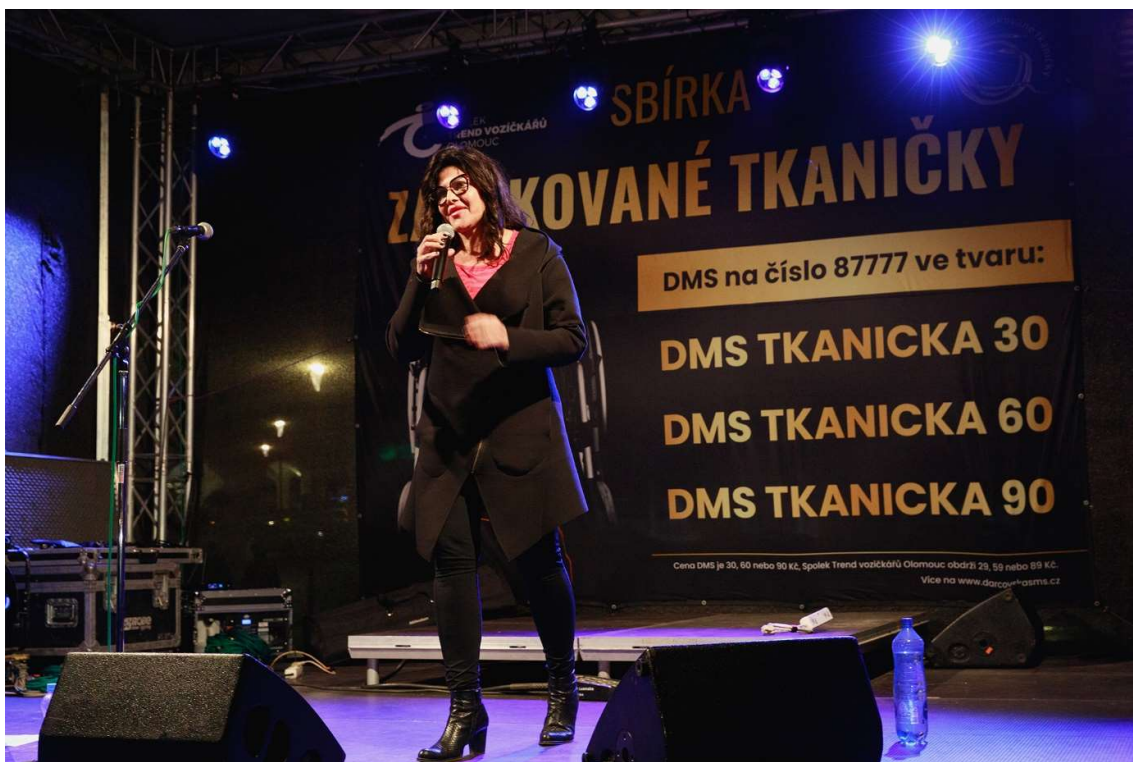
Velké poděkování patří našim sponzorům a partnerům, bez kterých bychom nebyli schopni sbírku s benefičními koncerty uspořádat. Jmenovitě to jsou společnosti Blue Trade, Auto Hlaváček, Laski, ISH Pumps, Ravoz, Repont, ViaCon, PROZK, Výtahy Moravia, Moravia Consult Olomouc, H+V VMD Grygov, Rozvaděče Vagner, TechPro, magazín Hudební scéna, Galerie Šantovka, TV ZZIP, portál www.Olomouc.cz – nejlepší adresa ve městě, Hanácký Večerník, Hanácké novinky, portál Jsem z Olomouce, magazín Vozka, Rauty s.r.o., Kofola, Jack's Cowhouse, Minipivovar Ničitel, Pizza Truck Frančesko, Taverna Allegra.



I letos nás podpořily obce v Olomouckém kraji - Obec Mrsklesy, Dlouhá Loučka, Samotíšky, Skrbeň, Huzová a Horka nad Moravou

Děkujeme také všem dobrovolníkům z řad vozíčkářů, osobních asistentů a studentů z SOŠ obchodu služeb Štursova, gymnázia Čajkovského, Církevního gymnázia Německého řádu a VOŠ a SPŠE Božetěchova.

Moc děkujeme za skvělou spolupráci zaměstnancům Magistrátu města Olomouce a jsme moc rádi, že naše pozvání přijal hejtman Olomouckého kraje Josef Suchánek, náměstek hejtmána Ivo Slavotínek a náměstek primátora Martin Major.



Během celého programu v Praze a Olomouci bez nároku na honorář vystoupili a skvěle nás bavili úžasní umělci, kteří na pódiu nechali kus svého srdce - Alžběta Kolečkářová, Zbyněk Drda, Genny Ciatti, Jakub Moulis, duo Kláva, kapela Kowall Company, kapela Minami, Kateřina Marie Tichá & Bandjeez, Peter Juhás, kapela Luna, kapela Parní Lucie, kapely Mylions a Ilona Csáková.





Je naší každoroční milou povinností vyhlásit vítěze sbírky z řad našich Trendáků. Věřte nebo ne, ale máme nového krále! Je jím **Vašek Herzinger** s úžasnou částkou **13 589,- Kč**. Na krásném druhém místě se umístil dosavadní neporazitelný vítěz posledních ročníků **Pepa Effenberger** s úctyhodnými **12 235,- Kč**, bronzová medaile patří **Davidu Novému** s částkou **6 216,- Kč**, na čtvrtém místě se umístil **Filip Hyrák** s krásnými **5 460,- Kč** a naši nejúspěšnější pětici uzavírá **Zdeňka Vyoralová** s částkou **5 453,- Kč**.

Moc vám všem děkujeme a těšíme se na další již jubilejní dvacátý ročník.

Krysa říká: *Dalších pár fotek najdete na posledních stránkách tohoto čísla a mnohem víc samozřejmě na facebooku.*

Pracovní doba o Vánocích 2021:

Osobní asistence

Vážené klientky a vážení klienti osobní asistence, službu osobní asistence a vaše požadavky **budeme plánovat na dva týdny**. To znamená, že požadavky na asistenci na období **od 27. 12. 2021 do 9. 1. 2022** budeme evidovat nejpozději do čtvrtka 23. 12. do 9:00 hodin.

V období od 24. 12. 2021 do 2. 1. 2022 vám bude v případě neodkladných záležitostí k dispozici pracovník na krizové lince osobní asistence (tel. 775 974 455). Kancelář bude opět otevřena v pondělí 3. 1. 2022.

Pokud už tedy víte, že budete potřebovat asistenci i o Vánocích nebo mezi Vánocemi a Novým rokem, nebojte se oslovit asistenty a dohodnout si s nimi přesný termín už nyní. Naše personální kapacity budou přes svátky omezené.

Dojednané asistence můžete nahlašovat na kancelář osobní asistence emailem, telefonicky nebo osobně.

Děkujeme a přejeme krásný a klidný konec roku - kancelář osobní asistence.

Sociální rehabilitace:

Kancelář sociální rehabilitace bude fungovat do středy 22. 12. 2021. V termínu 23. - 31. 12. 2021 pak bude z důvodu čerpání dovolených uzavřena. Na kanceláři SR nás opět najdete od pondělí 3. 1. 2022. Pokud víte, že v týdnu mezi svátky budete potřebovat využít pracovní asistenci, dejte nám prosím vědět co nejdříve, ať máme dost času vymyslet, zda a jak dokážeme Váš požadavek v tomto období pokrýt. Děkujeme.

Půjčovna kompenzačních pomůcek:

- do 23. 12. 2021 do 12h, nepřítomnost od 24. 12. do 2. 1. 2022, od 3. 1. 2022 opět možnost výpůjček.

Odborná poradna:

- ve dnech 23. 12. 2021 – 2. 1. 2022, bude poradna z důvodů dovolené uzavřena.

Pokud budete chtít odpověď na některý z vašich dotazů, obraťte se na poradnu nejpozději do pondělí 20. 12. 2021, nebo pak až 3. 1. 2022, kdy již bude poradna opět fungovat a to dle stanovených konzultačních hodin.

Velmi krátké 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:

Čtvrtek 25. 11. 2021, 13:00 – 14:30: Osoby se zrakovým postižením

Nová pracovnice volnočasových aktivit

Všechny vás moc zdravím!

S mnohými z vás se již znám osobně, ale všem novým a neznámým bych se ráda představila. Jmenuji se Zuzana Plachá a v Trendu na mě můžete narazit ve službě Osobní asistence a Sociální rehabilitace, kde pracuji jako sociální pracovnice. Ráda rozšiřuji pole své působnosti a stavím se čelem novým výzvám.



Proto od 1. listopadu 2021 přebírám od kolegyně Lidušky Mackové, která odchází na mateřskou dovolenou, Volnočasové aktivity. Doufám, že se jich nadále budete účastnit a zároveň budete mou inspirací pro vymýšlení nových výletů a akcí, při kterých zaručuji pořádnou dávku humoru. Již teď se nemůžu dočkat nových zážitků s vámi!

S touto změnou se pojí i změna telefonního kontaktu, kdy mě zastihnete na čísle **777 974 455**.

Otův koutek

Fejeton: Diktatura, část druhá

Protože mě několik mých milých kolegyněk z práce ubezpečilo, že by mou diktaturu rozhodně podpořily a staly se mou levou a pravou rukou, rozhodl jsem se vás seznámit se svými dalšími dekrety.



Dekret číslo 5 – zkrátit pracovní dobu

Osmihodinová pracovní doba byla zavedena v roce 1918, po pádu monarchie. Pracovalo se samozřejmě i v sobotu. První sobota v měsíci byla zrušena v roce 1966, druhá v září 1968. Takže navrhuji čtyřdenní pracovní týden, nebo zkrátit dobu na 7 hodin. Ekonomové budou rvát o snížení životní úrovně. Takhle ovšem řvali i v roce 1968. Jako obvykle se nic z jejich předpovědí nesplnilo a chcete někdo říct, že se máme hůř než v roce 1968?

Dekret číslo 6 – obnovit povinnou vojenskou službu

Když vidím ty dnešní sedmnáctileté kluky, jak jsou neforemní, obtloustlí, nepohybliví, prostě hrůza. 6 – 9 měsíců tvrdého výcviku by jim vůbec neuškodilo. V 6 ráno rozcvička na čerstvém vzduchu, kilometr běhu, probdít pár nocí někde v zimě při výcviku, otužit se, postarat se jeden o druhého... Opět slyšíme řeči, že to nejde, nemáme kasárna, instruktory. To jsme to pěkně dopracovali...

Dekret číslo 7 – legalizovat eutanázii

Jen málo z nás tuší, v jakých bolestech lidé umírají. Často čtu, že lékaři nechtějí dávat lidem bolest utišující látky, aby prý si na ně nenavykli. Chápete to? Ten člověk umírá, je to často už jen uzlíček kostí a oni ho nechají trpět... Prý by se to mohlo zneužívat, aby mladí dřív přišli k majetku a tak. Zneužít se dá všechno, jistě. Nožem si ukrojíte chleba, ale taky s ním můžete zabít. Zakážeme proto nože?

Dekret číslo 8 – legalizovat marihuanu a ostatní drogy

60 let se tady bojuje proti drogám a jaký je výsledek? Berou se pořád. Máme 300 000 těžkých alkoholiků, 3 miliony kuřáků, takže nějakých 30 000 narkomanů vůbec nic neznamená. Všechno by se výrazně zlevnilo, platily by se z toho daně, skončily by nesmyslné akce policajtů – sklízení konopí, vyrážení dveří, zatýkání a podobně. Jistě – dva, tři dny by u prodejen postávaly štáby

přihloupělých českých novinářů z televizí a ptali by se: „Jaké to je, jít si koupit svou drogu?“ Dotyční by je poslali někam do hodně temných míst a věřte, že za 14 dní už by to nikoho nezajímalo.

Takže, mé milé kolegyně – nasedat do tanku a NA PRAHU!!!

Otakar Altman

Soutěž o nejkrásnější květinový truhlík

Pokud si dobře pamatujete, v srpnu jsme se v rámci skupinové aktivity klientů služby Sociální rehabilitace zapojili do soutěže O nejkrásnější květinovou výzdobu v Olomouci. 🌸🌻🌻 Odborná komise náš květinový truhlík vybrala mezi oceněné a Trend se tak umístil na 2. místě v jedné z kategorií. 🥳 Ceny jsme si slavnostně převzali v rámci Podzimní Flory Olomouc na [Výstaviště Flora Olomouc a.s.](#). Děkujeme všem "zahradníkům" z Trendu, kteří se na truhlíku podíleli, a těšíme se, až si ceny společně užijeme 😊

Jana Měrková





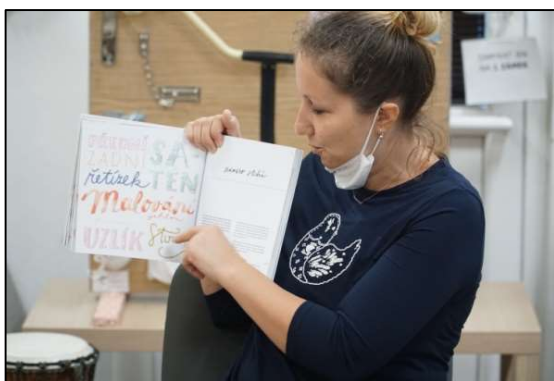
Krysa říká: *Moc pěkněj truhlík to je, radost kolem něj chodit do práce...*

Z našich akcí

Den otevřených dveří - Čajovna na kolečkách 6. 10. 2021

V říjnu proběhl další den otevřených dveří. Dopoledne jsme nabídli zájemcům o kompenzační pomůcky z řad studentů Univerzity UP, ale i veřejnosti jejich ukázkou. Online jsme informovali o našich službách přes odkaz na google meet. Návštěvníci měli možnost přijít osobně i do kanceláří jednotlivých služeb. Rozdávali jsme dobrý čaj i kytičku levandule z naší zahrádky. Učebna byla nádherně vyzdobená květinami od Janči Měrkové (moc díky!) a výrobky z Trendy obchůdku.

Odpoledne nás navštívila výšivkárka Martina Křížová se svým synem a popovídala o svém koníčku – Malování jehlou. Kdo chtěl, mohl si její ozdobené šaty koupit. Bylo to moc příjemné odpoledne.



Kadeřnický salon 12. 10. 2021

Ochotní učni kadeřníci ze Štursovky se svými vyučujícími paní Mgr. Vladislavou Říhoškovou a mistrovou Hanou Kovářovou nás opět zkrášlili. Moc děkujeme!



Táborák s vůní čokolády 13. 10. 2021

Minulý táborák na zakončení léta jsme museli kvůli špatnému počasí odložit a mnozí z vás se ptali, kdy bude náhradní termín. Vzhledem k nabitému programu v září jsme se sešli v říjnu. Venku bylo chladno, tak jsme si udělali setkání v učebně. Oheň jsme si pustili s táborákovými písničkami na dataprojektoru a v učebně jsme si rozehřívali čokoládu a dělali si ovocné fondue. Díky Zuzi za čokoládovar! Bylo to fajn sladké odpoledne!



Povídka paní Věrky - JAK NA CHŘIPKU A NACHLAZENÍ

Chřipka a nachlazení jsou běžná, častá, ale současně i dost obtěžující onemocnění, o kterých se také často mluví a často nás přepadají. Například zrovna teď na podzim a druhé kritické období je jaro.

Nachladit se můžete kdykoliv a kdekoliv, chřipku chytnete i v MHD, v obchodě, práci ...

Možností je opravdu hodně.



Na jedné straně často slyšíte „nepodceňovat chřipku“ a „vyležet i obyčejné nachlazení“.

Na straně druhé slyšíte: „to nic není“ a často, žel, i od zdravotnického personálu slyšíte „rady“ typu „něco si kupte v lékárně“.

Tak se koukneme na reklamy, kterými nás v tomto období televize zahrnuje, zajdeme do lékárny, koupíme přípravek, který slibuje zázraky, za stovku i víc a myslíme si, jak jsme si pomohli.

Ano, stává se to dost často a po čase se divíme, že máme problémy se srdcem, bolesti kloubů... Příčina? Přechozené chřipky, přechozená nachlazení.

Neposlouchali jsme totiž reklamy důkladně - ... zbaví vás PŘÍZNAKŮ chřipky...

Zaposlouchejte se. Všechny to říkají. Ano, „vrátí vás do hry“, ale zbaví vás pouze PŘÍZNAKŮ chřipky a nachlazení, nikoliv samotné chřipky!

A to je veliký rozdíl. Takže tyhle přípravky jsou v podstatě proti nám, nepomáhají nám, nýbrž naopak!

Všechny tyto příznaky totiž tělo nevysílá jen tak, z dlouhé chvíle, ale proto, aby nám něco hodně důležitého sdělilo. Stačí jenom, abychom ho poslouchali. A to dřív, než bude pozdě, dřív, než tělo řekne „dost!“ a donutí nás lehnout s něčím hodně vážným, jako například poruchy srdečního rytmu, srdeční slabost, záněty kloubů...

Pak se jen všichni diví: „proč to postihlo zrovna mě?“

Ne, za všechno nemůže chřipka, ale my sami, že jsme neposlouchali varovné signály našeho těla, jeho volání o trochu klidu, odpočinku, více spánku, méně jídla, více tekutin a čerstvého vzduchu.... – samé jednoduché, běžné věci. Nic složitého, nic, do čeho bychom museli investovat velké peníze.

Vždyť se jen zamysleme:

Máme teplotu, horečku – co nám tím tělo říká? - Bojuji, potřebuji klid, teplo a tekutiny!

Kašleme, kýcháme – tělo se snaží zbavit bacilů, dostat je pryč z těla, ven. Co nám tím říká? Potřebuji klid, čerstvý vzduch a teplo!

Máme ucpané dutiny, plný nos – co nám říká tělo? Potřebuji klid, teplo a horké tekutiny!

Ono to není zas tak těžké! Jenom musíme naslouchat.

Ani v jednom případě nám tělo neříká: chci ten a ten prášek....

Ano, s těmi různými drahými léky se vám hned uleví, ale nezbavíte se chřipky.

Poznáte to i podle toho, že kašel vás drží potom ještě hodně dlouho (tělo se ním snaží zbavit se zbylých bacilů a všech odpadů – takže vlastně jde o obrannou reakci organismu).

Nejlepší a zaručeně nejúčinnější na chřipku je chytnout ji hned v počátcích, při prvních příznacích a vyležet ji s litry horkého čaje (nejlépe zázvorový, nebo lipový, šípkový...) a konzumace většího množství vitamínů ve formě ovoce a zeleniny. A také je dosti důležité si uvědomit jednu věc-nepřidávat tělu práci konzumací hlenutvorných potravin (potraviny, které nejvíce podporují tvorbu hlenu jako je cukr, dále všechny výrobky z mouky a také výrobky z kravského mléka).

Takže na konzumaci těchto potravin (obsahujících cukr, mouku, mléko) hlavně v období chřipek pozor, raději je z jídelníčku vylučte, nebo aspoň výrazně omezte jejich konzumaci. Sušenky a buchty raději nahraďte sušeným ovocem a ořechy. Uděláte pro své tělo hodně a ono vám bude vděčné.

Pokud nemůžete být bez mléčných výrobků, zkuste ovčí, kozí, nebo sójové.

Hodně nám posílí imunitu pravidelné cvičení, hlavně zaměřené na dýchací cviky. Výborné, jednoduché, a přitom velice účinné je vitální dýchání, které dokáže hodně pomoci. Zdravé, silné plíce jsou tou nejlepší prevencí.

Důležité v tomto období jsou vitamíny, ve formě ovoce a zeleniny, ale o tom ani mluvit nebudeme, to ví každý. Ale už ne každý ví, že nejvíce vitamínů má třeba paprika, kiwi... a naopak citron jich moc nemá.

Výborný je zázvorový, lipový, šípkový čaj, sirup z rýmovníku, který vám vyrostě doma za oknem, ale i všechna zahřívající koření – chilli, skořice, zázvor, kari ...

Pepř, cibule, česnek a křen vás zase krásně odhlení a v tělu bez hlenu ani viry, ani bakterie nemají šanci.

Ale hlavně tělo potřebuje klid, spánek, vnější a vnitřní teplo.

Akce v Trendu

Předání štafety na volnočasových aktivitách

Moc vás zdravím. Koordinátorkou volnočasových aktivit se stává od 31.10. Zuzka Plachá. Nazrál čas a já se už ubírám či spíše kulím na mateřskou dovolenou.:) Děkuji za hezké tři roky s vámi, byli jste pro mě velkým obohacením a práce v Trendu mě moc bavila! Přeji vám, ať se vám daří a budu se těšit na setkání na některé z akcí...

Lidka Macková

Kadeřnický salon s uční ze Štursovky

Kdy: datum upřesníme, nevíme, jak se bude vyvíjet epidemiologická situace a zda studenti budou moci přijít.

Kde: učebna Trendu vozíčkářů, Lužická 7

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá, DiS.
email volnocasovky@trendvozickaru.cz,
tel.: 777 974 455.



Zdroj obrázku: <https://cz.depositphotos.com/vector-images/skica-kade%C5%99nick%C3%A9-za%C5%99%C3%ADzen%C3%AD.html?view=106582920>

Plavání se studenty v Baluo centru

Kdy: 16. 11., 23. 11., 30. 11., 7. 12., 14. 12. 2021 v 9:45 -11:00

Kde: Baluo centrum

Lekce probíhají v Baluo centru v rámci výuky Centra APA při Univerzitě Palackého v Olomouci. Studenti vám také pomohou s převlečením a přípravou na i po lekci.



SRAZ PRO PŘIHLÁŠENÉ je v 9:45 v recepci Baluo centra. Cena: 90,- Kč za 1 lekci (platí se na recepci centra). S sebou si vezměte plavky, 2x ručník a brýle na plavání (pokud je máte). Plavat se bude do 14. 12. 2021. Kdo bude mít zájem jen zkusit si to jednorázově, není problém.

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá, DiS.

email volnocasovky@trendvozickaru.cz, tel.: 777 974 455.

Zdroj obrázku: <https://apa.upol.cz/novinky-apa?view=article&id=360:studenti-pomahaji-zakum-s-postizenim-s-plavanim&catid=9>

Online Filmové odpoledne s Kryštofem a praktikantkou Hankou

Kdy: 23. 11. 2021, 16:00 – 17:30

Kde: na odkaze u vás doma ☺ <https://meet.google.com/ruh-amfs-adc?authuser=1>

Rádi bychom vás všechny pozvali na online aktivitu zaměřenou na filmy. Nejen pro milovníky filmů je připravena aktivita, u které se můžeme dozvědět něco nového z filmového prostředí, zároveň si ověřit znalosti a přehled, připomenout a zavzpomínat na jedinečná díla, nebo si o tématu povídat. Společně si některé scény můžeme připomenout díky ukázkám, nebo písním. Neváhejte a přijďte načerpat inspiraci a strávit společný čas. Budeme se vás všechny těšit,



Kryštof a praktikantka Hanka

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá, DiS.

email volnocasovky@trendvozickaru.cz, tel.: 777 974 455.

Zdroj obrázku: <https://www.cervenykoberec.cz/65670/jak-prezit-podzim-aneb-filmove-tipy-pro-destiva-odpoledne/>

Výroba adventních věnců

Kdy: čtvrtek 25. 11. 2021, 14-17h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Adventní čas se nám pomaličku blíží a milovníci dekorací z přírodních materiálů jistě dají za pravdu, že vánoční atmosféru nejlépe vykouzlí vůně větviček ze smrků, boroviček a jiných jehličnanů. Pojďme tohoto krásného předvánočního času společně využít a vytvořme si každý dle své fantazie adventní věnec, na kterém zapálíme již první svíčku na železnou neděli 28. listopadu. Na aktivitu je potřeba se přihlásit v rámci služby Sociální rehabilitace, která dle počtu účastníků zajistí potřebný materiál.



Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

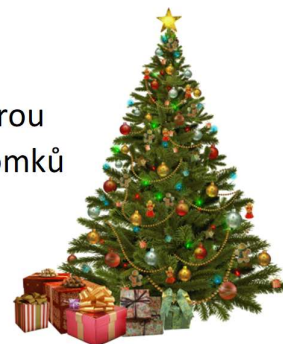
V případě zájmu je nutné se předem nahlásit na e-mailu soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo tel. 731 144 670.

Vánoční posezení v Trendu

Kdy: pátek 3. 12. 2021, 14:00-17:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Kouzelný čas Vánoc je spojený s pohodou a rodinnou atmosférou stejně tak jako se shonem okolo nákupu vánočních dárků, stromků a vánočních dekorací. Zastavte se. Hodte alespoň na chvíli všechny starosti za hlavu a dojděte za námi do Trendu načerpat tu správnou vánoční pohodu. A pokud vás Vánoce moc neberou, tak za námi přijďte alespoň pokecat. Bude vás čekat drobné mlsání, horký jablečný mošt a třeba i koledy s živou hudbou. Již teď se na shledání s vámi moc těšíme.



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

Se sociální rehabilitací do kina: Karel

Kdy: pondělí 6. 12. 2021,

14:00 (sraz v 13:30 před kinem)

Kde: kino Metropol, Sokolská 25, Olomouc

Srdečně Vás zveme ke společné návštěvě kina Metropol v rámci Filmového klubu seniorů, kdy nejen senioři mohou přijít na promítání za zvýhodněnou cenu v odpoledním čase od 14h. Jelikož jít do kina s Trendem bude výjimečný zážitek, dali jsme si při výběru filmu z programu záležet a hledali jsme něco výjimečného. A našli jsme jeden film o někom opravdu výjimečném - Karel. Věříme, že se tímto snímkem o Karlu Gottovi, o jeho slávě i o tom, jaký byl doma mezi blízkými, trefíme do chuti co nejvíce z Vás a promítání si společně užijeme. Bezbariérovost zajištěna.



Zdroj obrázku: karelgott.com/film-karel/

Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

V případě zájmu je NUTNÉ se do středy 1. 12. nahlásit na tel. číslo 731 144 670 nebo na e-mailu soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz.

Trénink paměti ONLINE

Kdy: úterý 7. 12. 2021

Kde: online přes odkaz, který pošleme a zveřejníme (e-mail, Facebook)



Nechte se pozvat k dalšímu tréninku paměti, abyste dlouhé zimní večery vyplnili něčím opravdu prospěšným a procvičovali na lehčích i těžších úlohách své mozkové závity. Aktivita po domluvě s jejími pravidelnými účastníky probíhá přes zimu formou online formuláře. Po rozkliknutí příslušného odkazu, který Vám v den zveřejnění přijde na e-mail či ho najdete na facebookových stránkách Trendu, tak cvičení můžete vyplnit libovolně podle svých časových možností i kondice z pohodlí svého domova. Na dálku se na vás těší Kateřina Halfarová.

Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

V případě zájmu o zaslání odkazu na e-mail nebo o poskytnutí předání varianty se hlaste na e-mailu soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo tel. 731 144 670.

Vánoční online setkání s Diou a Kryštofem

Kdy: středa 8. 12. 2021, 16:00-17:00h

Kde: online

Neváhejte se připojit na Vánoční online setkání, kde hlavním tématem budou vánoční zvyky, tradice, tipy a triky, dárky, no prostě všechno, co se týká Vánoc. Společně si můžeme popovídat o vašich vánočních zážitcích, anebo si vyměníme recepty na báječné vánoční cukroví. Pakliže budete mít správného vánočního ducha, volné zábavě a spontánním nápadům se meze klást nebudou. Těšíme se na vás, Dia a Kryštof.



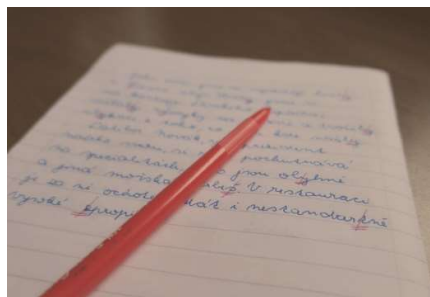
Online odkaz: meet.google.com/gjm-fqhb-yqh

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

Hezky česky: lekce spisovné češtiny ONLINE

Kdy: pondělí 13. 12. 2021

Kde: online přes odkaz, který pošleme a zveřejníme (e-mail, Facebook)



Máme tu další lekci spisovné češtiny s názvem Hezky česky, kde se učíme nedělat chyby tam, kde je dělá většina ostatních. Jedná se už o jubilejní 10. lekci. Pokaždé se však věnujeme jiným jevům, takže nevádí, když ta desátá lekce bude pro vás teprve první. Aktivita probíhá po domluvě s pravidelnými účastníky přes zimu formou online formuláře. Ten tak po rozkliknutí příslušného odkazu můžete vyplnit libovolně podle svých časových možností i kondice z pohodlí svého domova. Na dálku se na vás těší Kateřina Halfarová.

Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

V případě zájmu o zaslání odkazu na e-mail nebo o předání vytištěné varianty se hlase na e-mailu soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo tel. 731 144 670.

Aktivity podporuje:



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. 11. 2021**, Počet výtisků: +-60

tel: 734 478 665

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

Uzávěrka **dalšího** čísla je **3. prosince 2021**

Shrnutí:

16. 11. - Plavání

23. 11. - Plavání

23. 11. - Filmové odpoledne

25. 11. - Výroba adventních věnců

30. 11. - Plavání

03. 12. - Vánoční posezení v Trendu

06. 12. - Se SR do kina: Karel

07. 12. - Plavání

07. 12. - Trénink paměti

08. 12. - Vánoční online setkání

13. 12. - Hezky česky

14. 12. - Plavání







