



**Tkaničky pro Trend
Okénko z Poradny
Akční sociální rehabilitace
Text paní Věry
...a volnočasové aktivity**



Máme nové barvy a budou makrely!

Úvod-kník

Krysa říká: *Komu jsem v minulém čísle chyběla?*

Nikomu? Super!

Komu chybí Chuck Norris? Na Velikonoce bohužel nevstal jako Ježíš, ale v srdcích fanoušků a vtipech o kopu s otočkou, kterým vyřeší vše, bude žít určitě dál.



Aktuální číslo vychází o týden dřív, protože již příští pátek proběhne první ročník sbírky Tkaničky pro Trend a bude to velká, velká nádherná věc. Bude probíhat na té nejskvělejší zahradě ve městě, objednali jsme nádherné počasí a ty nejlepší makrely, které se dají v blízkém okolí koupit. Více se dozvíte na následujících stránkách od toho nejlepšího fundrisera a PR managera.

Okénko z poradny je nádherně krátké. Jedna super trooper pozvánka na přednášku o zdravém životním stylu na vozíku a jak do toho zapojit tu nejzdravější možnou stravu, která je k dispozici v obchodech, abyste vydrželi do sta let. Do sto deseti let. Klidně i do sto padesáti, pokud pořád budete mít co dělat, číst, sledovat, vyrábět, tvořit.

A samozřejmě - mí velmi šikovní kolegové ze sociální rehabilitace se zúčastnili nádherné akce Edojarmarku v nádherné lokalitě, kterou jistě velmi dobře znáte, na Sluňákově nedaleko našeho krásného města v rámci Ekologických dnů.

Pár dní na to se celý jejich tým sešel včetně nové posily a probrali, jak skvěle se jim vede a co všechno by se dalo ještě vylepšit, ačkoliv se zdá, že teď už mají všechny karty v ruce!

Nesmí chybět ani další skvělý a úžasný text paní Věry, která je nejen spisovatelkou, ale hlavně velkým milovníkem psů a zároveň fyzioterapeutkou vedoucí parádní lekce ozdravného cvičení vycházejí z tajemného umění s názvem Čchi-kung.

Závěr tohoto velkolepého čísla zcela netradičně tvoří ohlédnutí se za minulým měsícem a seznamem jedinečných a neopakujících se volnočasových aktivit. Jste překvapení, že?

A na poslední chvíli přišla žádost o zveřejnění krátkého inzerátu:

Dobrý den, akutně sháníme bezbariérové bydlení, byt 2+1, 3+1, podnájem.
Kontakt: Marie Sýkorová, 731 939 879



Nová sbírka Tkaničky pro Trend startuje. Trend vozíčkářů zve na benefiční slavnost i zářijový program

Spolek Trend vozíčkářů Olomouc představuje novou celostátní veřejnou sbírku „Tkaničky pro Trend“, která plynule navazuje na dosavadní projekt Zasukované tkaničky. Kromě zajištění stávajících sociálních služeb umožní nová sbírka jejich modernizaci a rozšiřování podle aktuálních potřeb klientů. První etapa sbírky odstartuje 15. května Sousedskou zahradní slavností přímo v areálu spolku.

„Nová sbírka rozšířila svůj účel, abychom mohli financovat širší okruh námi poskytovaných služeb a tím je postupně zkvalitňovat, rozšiřovat a dále rozvíjet,“ uvedl ředitel spolku Tomáš Zrnka. „Bohužel však na nové služby chyběly finance, a tak jejich část pokryje právě nová sbírka. Ta nám díky štědrým dárcům v minulých letech pomohla zafinancovat mimo službu osobní asistence také pořízení nových vozů pro terénní služby nebo kompenzačních pomůcek do půjčovny. Věřím, že Tkaničky pro Trend budou mít i v nové podobě u veřejnosti ohlas, stejně jako tomu bylo uplynulých 23 let,“ dodal Zrnka.

Sbírka Tkaničky pro Trend proběhne i letos ve dvou etapách. Jarní část se uskuteční 15. května 2026 od 14:00 hodin na zahradě Trendu vozíčkářů v Olomouci formou Sousedské zahradní slavnosti s beneficí. „Chceme se tímto přiblížit našim podporovatelům a nadále lidi spojovat, třeba i sousedy z přilehlého sídliště. A jaká příležitost vás dokáže s lidmi z okolí spojit víc než

právě sousedská slavnost?“ říká garant sbírky, fundraiser a PR manažer Milan Papežík. „Otevřeme naši zahradu široké veřejnosti a přiblížíme jim tak naši činnost a nabízené služby. Květnová sousedská slavnost nabídne přátelskou atmosféru, skvělé občerstvení, makrely na roštu i tradiční táborák. Program doplní oblíbená hudební a kulturní vystoupení: děti „Krtečci“ z MŠ Lužická, kapela Dogs Can Wear Hats, zpěvačka a dlouholetá podporovatelka spolku Alžběta Kolečkářová a zpěvák a vítěz X Factoru Jiří Zonyga. Vstupné je dobrovolné a akce proběhne za každého počasí. Trend vám nikdy nebyl blíž,“ uvedl Papežík.

Druhá etapa sbírky proběhne v září 2026 jako součást Tradiční olomoucké pouti, kde sbírku doplní velkolepý koncertní program. Spolek Trend vozíčkářů Olomouc dlouhodobě poskytuje sociální služby lidem s tělesným postižením a podporuje jejich nezávislost, mobilitu a aktivní zapojení do společnosti. Nová sbírka Tkaničky pro Trend je dalším krokem k tomu, aby služby mohly růst spolu s potřebami klientů a aby organizace mohla pružně reagovat na nové výzvy.

Spolek Trend vozíčkářů můžete podpořit hned několika způsoby:

- Platbou na účet - zasláním libovolné finanční částky na transparentní účet u Raiffeisenbank: č. 1000100065/5500

- Jednorázovou DMS: Odešlete z Vašeho mobilního telefonu na číslo 87777 textovou zprávu s textem: DMS TKANICKA 30, 60, 90, 190, 290 nebo 490. Cena zprávy je 30, 60, 90, 190, 290 nebo 490 Kč, na účet Spolku TREND VOZÍČKÁŘŮ bude připsáno 29, 59, 89, 189, 289 nebo 489 Kč.

- Celoroční DMS Odešlete z Vašeho mobilního telefonu na číslo 87777 textovou zprávu s textem: DMS TRV TKANICKA 30, 60, 90, 190, 290 nebo 490. Více informací Cena zprávy je 30, 60, 90, 190, 290 nebo 490 Kč a strhává se každý měsíc, na účet Spolku TREND VOZÍČKÁŘŮ bude připsáno 29, 59, 89, 189, 289 nebo 489 Kč. POZOR! Dárce může svoji trvalou podporu kdykoliv dle svého uvážení bezplatně odvolat zasláním SMS ve tvaru STOP TKANICKA na 87 777 V případě zrušení telefonního čísla, ze kterého byla služba DMS Roční podpora objednána, se služba deaktivuje automaticky. Pokud dárce nemá po sobě dva jdoucí měsíce dostatečný kredit, služba se taktéž deaktivuje.

- Do kasičky v obchodních centrech: Příspěvkem jakéhokoli obnosu do kasičky označené logem sbírky. Pokladničky jsou umístěné v Olomouci v obchodních centrech OBI, Hornbach Olomouc a MAKRO Velká Bystřice.

- Do kasičky na benefcích: Návštěvníci benefičních koncertů mohou přispět do kasičky na stánku Trendu vozíčkářů.

- Do kasičky dobrovolníkům: Dobrovolným příspěvkem dobrovolníkům a vozíčkářům do kasičky - platba za tkaničky je možná také platební kartou přes mobilní terminál nebo načtením QR kódu umístěným na kasičce.



Olomoucká štafeta na vozíku 2026

14. ročník naší oblíbené Olomoucké štafety na vozíku proběhne jako tradičně den před Mattoni Running Festivalem v pátek 12. června 2026 od 9:00 do 21:00 hodin. Vydejte se s námi na naši štafetovou trať a pojdme společně zdolat rekord v počtu zapojených jezdců. Po celý den vás čeká spousta zábavy pro všechny generace. V rámci doprovodného programu se můžete těšit na vystoupení Libora Elvise Konečného, kapely Isbina nebo na taneční skupinu Soraya. Jako každý rok vyzýváme týmy, aby přijaly naši týmovou výzvu a závodníci se vydali na trať v trikách jejich společnosti, aby bylo vidět, že aktivně podporují dobrou věc. Letos úplně poprvé proběhne v rámci týmové výzvy také závod na čas. Těšíme se na vás.

S pozdravem a přáním hezkého dne

Bc. Milan Papežík

Fundraiser & PR Manager

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:

Pondělí 25. 5. 2026, 15:00 – 16:30: Osoby s mentálním postižením

Pondělí 29. 6. 2026, 15:00 – 16:30: Specifika komunikace u osob se zdravotním postižením

Vážení uživatelé, milí příznivci Trendu,

Vážení uživatelé a příznivci Trendu z řad osob s tělesným postižením přijměte pozvání na květnovou podpůrnou skupinu pro vás s tělesným handicapem.



Dovolím si upozornit na **změnu termínu květnové podpůrné skupiny pro osoby s tělesným postižením!**

Uskuteční se **20. 5. 2026 od 15 do 16:30 hodin v učebně Spolku Trend vozíčkářů Olomouc na Lužické 7.**

Skupinu povede Průvodce pro osoby s tělesným postižením Adam Bergmann a společně budeme debatovat na téma Zdravý životní styl u osob s tělesným postižením.

Možnost účasti je také online, avšak osobně se lépe diskutuje.

Odkaz pro online připojení zde:

<https://www.google.com/url?q=https://meet.google.com/bob-qbgu-cks>

Jste srdečně zváni.



Srdečně vás zveme na podpůrné setkání
osoby s tělesným postižením na téma:

Zdravý životní styl u osob na vozíku s Adamem Bergmannem



 20. 5. 2026 |  15:00 - 16:30

 učebna TRENDu, Lužická 7, Olomouc

Podpůrné setkání povede Adam Bergmann. Posdílí svoji zkušenost z oblasti zdravého životního stylu u člověka na vozíku. Adam je jedním z průvodců, je Vám k dispozici také pro individuální setkání a zprostředkování neformální podpory, rady a motivace.

Přijďte mezi nás na inspirativní setkání a sdílení zkušeností! Těšíme se na Vás!

Koordinátorka Zdeňka Vyoralová a
Průvodce Adam Bergmann

Možnost účasti i online



<https://meet.google.com/bob-qbgu-cks>

vyoralova@trendvozickaru.cz
731 501 386



pomahatjeTREND
www.trendvozickaru.cz

Více informací u koordinátorky podpůrné skupiny pro osoby s tělesným postižením Zdeňky Vyoralové na těchto kontaktech
vyoralova@trendvozickaru.cz nebo na +420 731 501 386

Podpůrná setkání pro pečující

Dobrý den, opět Vás zdravím. Dubnové setkání pro pečující o těžce tělesně postižené bylo věnováno malování na kamínky. Byl prostor na sdílení toho, co pečující zažívají, co jim pomáhá, jak se mají. Zasmáli jsme se, dali si něco dobrého a vytvořili kamínky, za kterými se skrývají příběhy. Lidí, kteří se nevzdávají, kteří s láskou pečují, i když to jde někdy těžce.

Pečující často nesou neviditelný náklad a právě tyto chvíle, kdy se mohou zasmát, vypnout a tvořit, jsou nesmírně cenné pro to, aby se cítili líp.

Kdo bude chtít podpořit naše podpůrná setkání pro pečující, může si na benefiční akci Sousedská slavnost zakoupit hrneček, kteří naši pečující malovali nebo kamínek pro radost.

Ludmila Macková



Podpůrné setkání pro pečující: Cesta ke zdravějšímu stravování – Burza receptů

Kdy: pátek 29. 5. 2026 14:00 – 15:30

Kde: učebna Trendu vozíčkářů, Lužická 7

Cena: zdarma

Na setkání promluví paní Renata Boxanová, pro kterou je vaření a pečení nejen každodenní nutnost, ale i dlouholetý koníček. Přiblíží nám svou cestu od tradiční české kuchyně k lehčím a zdravějším variantám. **Součástí setkání bude sdílení receptů pečujících.**

Další informace:

Bc. Ludmila Macková, koordinátorka podpůrných setkání pro pečující kontakt: mackova@trendvozickaru.cz, na telefonu 605 060 049 k dispozici: po 8-12, pá 9:00 -14:00.

Zdroj obrázku: <https://1url.cz/nepBk>



Konference Charity Zábřeh

Ve středu 15. dubna 2026 jsme se s vedoucí naší Odborné poradny Mgr. Janou Měrkovou vydaly na konferenci (nejen) o neformální péči, která letos nesla silné téma „**Jedna realita, jiný svět – když péče pohltí život.**“

Mluvílo se o tom, co péče přináší do každodenního života pečujících, s jakými výzvami se potýkají a jak důležité je nabídnout jim skutečnou podporu – lidskou, sociální a odbornou.

Program přinesl důležitá témata jako sebepéče pečujících, situace sourozenců dětí s vážnou nemocí tzv. Skleněných dětí, sladování práce a péče nebo individualizovaná podpora v oblasti neformální péče. Součástí odpoledne byly také workshopy a slavnostní ocenění Pečující roku 2026.

TIPY OD PEČUJÍCÍCH PRO PEČUJÍCÍ

- Vyhrad' si pravidelný čas pro sebe
- Delegovat úklid (např. placená služba)
- Mít v zásobárně – pohotovostní jídla pro sebe, když není energie

(ne cukry, ale s bílkovinami a vlákninou, tvaroh a ořechy, tuňák, sardinky, celozrnné krekry, vařená vejce, cizrnový/fazolový salát,...

- Najít si reset rituál (sprcha, sauna, běh, procházka, box, dechová cvičení,...

KONFERENCE (NEJEN) O NEFORMÁLNÍ PÉČI

Jedna realita, jiný svět - když péče pohltí život

Program
9:00 – 9:10 Úvodní slovo
9:10 – 9:25 Rozhovor s pečujícími osobami
9:25 – 10:00 Sebepečte pečujících
Eliška Antošová
Přiblížení nejčastějších obtíží pečujících a praktické tipy pro péči o tělo i duši. Zdůrazní také význam zdravých hranic a odvalu požádat o pomoc.
10:00 – 10:35 Sourozenci dětí s vážnou nemocí
Tereza Robinson
V rodině, kde se bojuje s nemocí, se sourozenci často učí ustoupit do pozadí. Nechtějí přidělovat starosti, a tak mlčí. Přesto i oni potřebují být viděni, slyšeni a podpořeni.
10:35 – 11:10 přestávka – občerstvení zajištěno
11:10 – 11:25 Rozhovor s pečujícími osobami
11:25 – 12:00 Jak skloubit práci a péči
Mgr. Eva Kupčíková
Komunikace pečujících zaměstnanců se zaměstnavatelem a možnosti sladování práce a péče.
12:00 – 12:35 Alliance pro individualizovanou podporu
PhDr. Hana Geissler
Činnost Alliance pro individualizovanou podporu v oblasti neformální péče o dospělé a její role v prosazování systémových změn. Aktuální témata a výzvy pečujících.
12:35 – 13:15 obědová přestávka – raut
13:15 – 14:00 Workshop – výběr jednoho z nabízených workshopů
MCA. Bc. Lenka Čurdová
Praktické rady, jak zvládat náročné situace při domácí péči o osobu s demencí.
Vítězslav Vurst, B.Th.
Praktický workshop, který se zaměří na to, jak dlouhodobá péče o blízkého přináší nejen náročnost a únavu, ale i hluboké prožitky vztahu, smyslu a ztráty.
14:00 – 14:15 přestávka
14:15 – 15:00 OCENĚNÍ PEČUJÍCÍ ROKU 2026

15. 4. 2026
Kulturní dům
Československé armády
835/1, Zábřeh

NUTNÉ PŘIHLÁŠENÍ PŘEDEM / VSTUP ZDARMA

Organizuje Charita Zábřeh v rámci projektu CZ.03.02.00/22_014/0000512.

Registrujte se zde nebo na <https://forms.gle/YRQy4Ahsx5cLp6fa8>
Tel : 605 403 832 | Email: projekty@charitazabreh.cz

Sociální rehabilitace na Edojarmarku 2026

V sobotu 25. dubna 2026 jsme se za službu Sociální rehabilitace zúčastnili krásné akce Edojarmark, která proběhla v areálu Sluňákova v rámci Ekologických dnů Olomouc. Celý den se nesl v příjemné atmosféře plné setkávání, inspirace a zajímavých aktivit pro veřejnost.

Naším cílem bylo představit návštěvníkům činnost naší organizace a přiblížit jim každodenní život lidí s tělesným postižením. Velkou radost nám udělalo, že se do akce aktivně zapojili také klienti Sociální rehabilitace, kteří byli důležitou součástí našeho stanoviště. Pro návštěvníky jsme měli připravený pestrý program. Zájemci si mohli prohlédnout elektrický i mechanický vozík a dozvědět se více o jejich ovládání a využití v běžném životě. Představili jsme také různé kompenzační pomůcky, které usnadňují každodenní sebeobsluhu, a některé z nich si mohli lidé sami vyzkoušet. Velký prostor byl také pro rozhovory, dotazy a sdílení zkušeností. Součástí našeho stanoviště byl i prodej výrobků, které vznikají při ncviku pracovních dovedností klientů sociální rehabilitace. Velmi si vážíme podpory všech, kteří si některý z výrobků zakoupili a podpořili tak další rozvoj dovedností našich klientů.

Velké poděkování patří všem našim zaměstnancům a klientům, kteří se akce zúčastnili. Bez jejich ochoty, energie a nasazení by se tato krásná prezentace nemohla uskutečnit. Zároveň děkujeme organizátorům za možnost být součástí této povedené akce a všem návštěvníkům za milá setkání, otevřenost a zájem o naši činnost.



Zuzana Dittmarová
vedoucí služby Sociální rehabilitace

Když táhneme za jeden provaz, společně jsme silnější

Ve čtvrtek 29. 4. 2026 proběhlo společné setkání celého týmu sociální rehabilitace, kterého se zúčastnili všichni pracovní asistenti i sociální pracovníci. Bylo to velmi příjemné a inspirativní setkání, během kterého jsme měli prostor zastavit se, společně zhodnotit dosavadní fungování služby a probrat vše důležité, co souvisí s její každodenní činností. Sdíleli jsme zkušenosti z praxe, vzájemně si předali podněty, nápady i postřehy a zároveň jsme se věnovali plánům a cílům do dalšího období. Taková setkání jsou pro nás velmi cenná, protože nám dávají možnost lépe spolupracovat, sladit naše kroky a ujistit se, že všem klientům poskytujeme podporu s maximální péčí, respektem a individuálním přístupem. Právě dobrá spolupráce v týmu je základem kvalitní služby, která může lidem skutečně pomáhat na jejich cestě k větší samostatnosti a naplňování osobních cílů.

Velkou radost máme také z toho, že se náš tým rozrostl o novou pracovní asistentku Luci. Díky jejímu příchodu jsme se stali kompletním týmem, což vnímáme jako skvělou zprávu nejen pro nás, ale především pro klienty sociální rehabilitace. I oni se mají v následujícím období na co těšit – budeme jim i nadále oporou v jejich domluvené spolupráci, budeme je podporovat při zvládnání každodenních situací, rozvoji dovedností i na cestě k větší samostatnosti.

Ze setkání jsme odcházeli s dobrou náladou, novou energií a chutí do další práce. Těšíme se na vše, co nás společně čeká, a věříme, že nás čeká mnoho dalších úspěšných kroků a spokojených klientů.



Zuzana Dittmarová
vedoucí služby Sociální rehabilitace

Jen si vzpomeňte, co dělala maminka, když jste si natloukli kolínko. Hladila ho, hladila vás, líbala a kolínko brzy přestalo bolet.

Já vím, ne každý partnera má, a i když má, ne každý je milován tak, jak by chtěl, jak by si zasloužil, jak by potřeboval.

Pokud je člověk sám a nového, či jiného, partnera už nechce a nechce jít do penzionu mezi lidi podobného věku a osudu, chce zůstat ve svém, sám, nechce už ani chodit mezi lidi, podobnou „službu“ mu může udělat pejsek, nebo kočička. U kočičky se jedná hlavně o fyzický kontakt, hlavně hlazení, u pejska je to také pohyb, procházky. Člověk má kvůli komu ráno vstávat, jít ven, do obchodu, vařit, hýbat se. Má s kým mluvit, ale i se snadněji seznamuje s druhými lidmi.

Hlavně ale, pokud tomu zvířátku dáváte lásku, mnohonásobně vám ji vrátí.

MODLITBA JAKO LÉK

Je to stará známá věc. Nikdo neví, jak a proč to funguje, ale dnes už i spousta ateistů uznává, že „to asi funguje“. Dokonce se dělaly nějaké „pokusy“, průzkumy a výsledky byly velice překvapivé – lidé, kteří se modlili, lépe snášeli bolesti, potřebovali méně léků, rychleji a lépe se uzdravovali. Často i v případech, kde se to už neočekávalo.

Také je známo, že řádové sestřičky, které tráví několik hodin denně modlitbami, trpí mozkovou demencí mnohem méně často než běžná populace. Jestli je to silou modlitby, nebo neustálým opakováním naučených textů (modliteb), o tom se vedou neustálé spory. Já osobně si myslím, že je úplně jedno kdo má v tomto případě pravdu, důležité je, že tady ta možnost oddálit mozkovou demenci, je. A je na každém z nás, jestli ji využije.

Někdo říká – stačí hodně číst, luštit křížovky – jistě to význam i smysl má, znám ale lidi, kteří celý život hodně četli, luštění křížovek bylo jejich koníčkem, a i navzdory tomu ve stáří ani nevěděli, kde bydlí.

Já spíš věřím v sílu modlitby.

Možná i proto, že jsem si sama vyzkoušela, jakou silou dokáží modlitby jiných lidí táhnout člověka zpět do života, i když už stojí na hranici, na křižovatce dvou světů. Dokonce i v případě, když se jemu samotnému zpět do tohoto světa už ani nechce.

Síla modlitby je prostě obrovská, jestli tomu věříte, nebo ne.

Vážení čtenáři Trendy zpravodaje,

posílám vám pozdrav z prosluněného konce dubna! Jaro je v plném proudu a duben v Trendu byl přesně takový, jaké má toto měsíční období být – pestrý, tvořivý a plný nové energie.

Hned začátkem měsíce jsme se vydali za kulturou a zábavou na Karneval APA do Bea centra. Pod heslem „VIVA LA VIDA“ jsme si užili nezapomenutelný večer v maskách. Atmosféra byla skvělá a dokonce jeden z nás vyhrál krále plesu!

Velké poděkování patří organizátorům a studentům z APA za to jak akci připravili. Už teď se těšíme, až se s nimi znovu uvidíme na podzim při společném plavání!



Tvořivá odpoledne s Tomem pokračovala v jarním duchu, tentokrát jsme experimentovali s technikou malování provázkem. Musím říct, že vznikla skutečně originální díla, která rozjasnila vstupní halu Trendu. O týden později jsme si protáhli svá těla při ozdravném cvičení Čchi-kung.

Měsíc jsme zakončili tou nejlepší možnou tečkou – společným táborákem na naší zahradě. Opekli jsme si buřty a jiné dobroty, popovídali si a hlavně zahájili opékací sezonu!



Za volnočasové aktivity, Šárka Sláničková, koordinátor

Akce v Trendu

Zpívánky

Kdy: pondělí 11. května 2026, 14:30 – 16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Máte rádi hudbu, zpěv a příjemnou atmosféru? Přijďte na Zpívánky s Klárkou, kde si společně zazpíváme oblíbené písničky podle vašeho přání za doprovodu kytary. Těšit se můžete také na jemné prvky muzikoterapie, které přinášejí uvolnění, radost a dobrou náladu. Čeká vás setkání plné hudby, pohody a společného prožitku.

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

Nácvik vaření se Sociální rehabilitací

Kdy: středa 13. května 2026, 14:00-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Chcete si vyzkoušet vaření, naučit se něco nového a užít si společný čas? Přijďte na nácvik vaření. Aktivitu tentokrát povede klientka Pája alias Kuře. V rámci aktivity se každý zapojuje podle svých možností a schopností. Vyzkoušíte si praktické kuchařské dovednosti, speciální kompenzační pomůcky usnadňující práci v kuchyni i radost ze společného tvoření. Čeká vás příjemná atmosféra, nové zkušenosti a něco dobrého na závěr.

Akce je pro klienty Sociální rehabilitace a je nutné se na ni přihlásit nejpozději do středy 6. 5. 2026.

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

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 21. 5. 2026, 14:00 – 15:30 h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Přijďte si zacvičit s Věrkou Schmidovou, fyzioterapeutkou, která ví, jak na to. Cvičíme v sedě, bez nutnosti sportovního oblečení a přesně takovým tempem, jaké vám vyhovuje. Věrka díky vlastní zkušenosti s vozíkem přesně ví, jak tělo efektivně protáhnout i posílit, aniž byste se museli přetěžovat. Těšíme se na vás!

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

Dramáček

Kdy: pondělí 25. května 2026, 14:30 – 16:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Chcete se pobavit, rozhýbat fantazii a strávit příjemný čas ve skvělé společnosti? Přijďte na dramáček s Adamem, kde vás čekají zábavná divadelní cvičení, improvizace, hry a tvořivé aktivity vycházející z herecké průpravy, dramatické výchovy i dalších uměleckých přístupů. Společně si užijeme smích, uvolnění a radost z tvoření. Dveře jsou otevřené všem zájemcům.



Více informací:

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

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 4. 6. a 18. 6. 2026, 14:00 – 15:30 h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zacvičte si v sedě pod vedením fyzioterapeutky Věrky Schmidové, která vás díky vlastním zkušenostem s vozíkem efektivně a šetrně protáhne.

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

Tvořivé odpoledne s Tomem: Tvorba organizéru na tužky

Kdy: čtvrtek 11. 6.2026, 14:30 – 16:30 h (změna termínu ze 14. 5.)

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Přijďte si s námi vyrobit květináč nebo organizér na tužky s pomocí dřevěných dřívíek. Budeme zdobit, lepit a užijeme si společný čas. Těšíme se na vás!

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

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

Napsali pro vás: Martina B., Zuzka D., Šárka S., a další...

Distribuce a info s úsměvem: Libuše D., Jiřina N.

Ohlodała: Agáta K.

Datum vydání: **7. 5. 2026**, Počet výtisků: +- akorát

tel: 734 478 665

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

Uzávěrka **dalšího** čísla je **1. června 2026**

<https://www.trendvozickaru.cz/aktivity/trendy-zpravodaj>

Přihlásit k odběru zpravodaje a pozvánek na akce

* indicates required

Jméno *

Příjmení *

Emailová adresa *

Přihlásit