

VÝZVA

zpravodaj pro lidi s výzvou



číslo 83

září 2019

OBSAH

Středisko VÝZVA

O VÝZVĚ /1

OASA – osobní asistence – „můžu žít podle svého...“

Srpnové pracovní setkání asistentů /2

RESPIT – odlehčovací služba – „mám čas... a mé dítě je v dobrých rukou...“

Novinky v RESPITU /5

REHABILITAČNÍ ASISTENCE /5

RODINNÝ PRŮVODCE – odborné sociální poradenství – „nejsme na to sami...“

Naše letní prázdninová grilovačka /6

Poradna RODINNÝ PRŮVODCE vás srdečně zve /7

RODINNÝ PRŮVODCE pro vás nově /8

Pozvánka /9

BRÁNA integrační klub – sociálně aktivizační služba– „žít svůj život...“

Beats for Love /10

Bobovka Tošovice /12

LÉTO LÉTO LÉTOFEST /13

Nový tým v BRÁNĚ /14

Středisko RODINA

PORADNA PRO VZTAHY A RODINU /15

Středisko RODINA vás zve /16

Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

Náš Rodinný kalendář 2020! /18

Nabídka v občůdtku! /19

Kontakty Střediska VÝZVA /20

O VÝZVĚ

Každý jdeme životem s nějakou výzvou. Pro děti a mladé lidi se zdravotním postižením a jejich pečující rodiny je životní výzvou jejich nelehká situace. Naše Středisko VÝZVA jim již 17 let pomáhá překonávat překážky, aby mohli žít běžným životem.

Dětem a mladým lidem se zdravotním znevýhodněním pomáhá žít životem, který se podobá běžnému životu jejich vrstevníků, nabízí jim nové možnosti a zkušenosti a překonává s nimi obtíže, které jim jejich situace přináší. Pečující rodiny podporuje, provází a pomáhá jim zvládat náročnou péči a těžkou životní situaci.

Středisko VÝZVA nabízí čtyři sociální služby:

OASA

osobní asistence

u dětí a mladých lidí do 30 let se zdravotním postižením a jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby

„můžu žít podle svého...“



osobní asistence dle potřeb, na míru, kdykoli

RESPIT

odlehčovací služba

osobám, které pečují o dítě nebo mladého člověka od 1 roku do 35 let se zdravotním postižením

„mám čas...
a mé dítě je v dobrých rukou...“



odlehčení a podpora odpočinku a seberealizace pečujících

RODINNÝ PRŮVODCE

odborné sociální poradenství

podpora, orientace a provázení pro rodiny, děti a mladé lidi žijící se zdravotním postižením

„nej sme na to sami...“



poradenství, podpora, setkávání pečujících, motivace, vzdělávání, konzultace v oblasti pomůcek

BRÁNA

integrační klub

sociálně aktivizační služby pro dospívající děti a mladé lidi se zdravotním postižením

„žít svůj život...“



podpora v osamostatňování na cestě k dospělosti, sociálně aktivizační činnosti a aktivity, cesty za poznáním, dobrovolnictví

Mimo režim sociálních služeb nabízí VÝZVA aktivity:

REHABILITAČNÍ ASISTENCE

cvičení s dětmi a mladými lidmi ve věku od 7 do 30 let se závažným tělesným postižením

„cvičím, abych byl...“



PŮJČOVNA POMŮCEK

pro osoby se zdravotním postižením a pro rodiny s dětmi

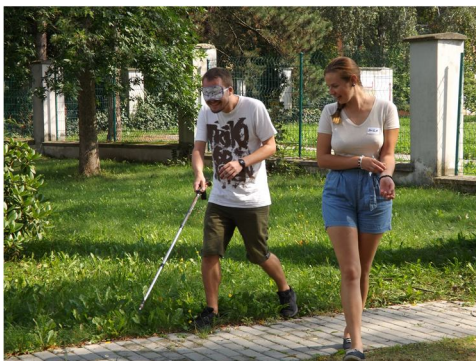


Ročně VÝZVA poskytne své služby z 80 uživatelům. Děkujeme všem, kdo nám v tom pomáhají. V tomto zpravodaji píšeme my i naši uživatelé o tom, čím VÝZVA žije a co se v našich službách děje. Více najdete na www.vyzva.prorodiny.cz

SRPNOVÉ PRACOVNÍ SETKÁNÍ ASISTENTŮ

27. srpna u nás ve službě OASA proběhlo opět Pracovní setkání osobních asistentů. Připravili jsme pro asistenty aktivity, které je měly někam posunout.

Jedna z nich jim mimo jiné umožnila prožít, alespoň částečně, jak se může cítit člověk, který nevidí a musí se spolehnout na druhého.

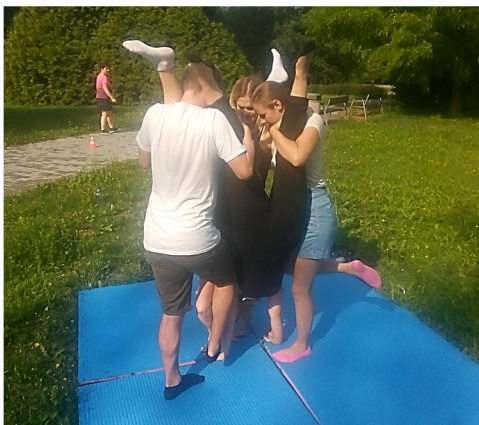


Dále si vyzkoušeli, jak je těžké pohybovat se na invalidním vozíku v terénu a překonávat různé překážky.



Další aktivita prověřila nejen jejich fyzickou zdatnost, jak by se na první pohled mohlo zdát, ale také schopnost domluvit se a shodnout se na postupu, nacházet nová řešení a nenechat se omezit jen jednou možností.

Takhle nechal na podložce jen požadovaný počet rukou a nohou tým Růžovky.



Úplně jinak se k úkolu postavil tým Žabky zelené a taky ho s přehledem zvládl.



A nenechal se zahanbit ani tým Modří.



I následující aktivita byla o kreativitě. Asistenti skládali příběh na předem určené písmeno P. I za velice krátkou dobu, kterou měli na tento úkol, ho zvládli s přehledem a grácií. Snad vás taky pobaví:

Příběh na P tým Modří

Pomáhající profese přináší potěšení především potřebným, protože potřebují pomoc. Pomoc přináší potěchu především Petře, Petrovi, Patrikovi, Patricii, Pavle, Pavlíně, Pavlovi, Procházkovým.

Problém přichází, pokud pomoc postrádají. Potom pomoc poptávají, pátrají, píšou, prosí.

Pomáhající profese potřebuje pomáhající pracovité, pečlivé, přívětivé, pilné, proškolené. Proškolení probíhá při PSA.

Pracovníci procházejí pečlivým pozorováním prakticky pořád. PSA působí pozitivně. Proto PSA preferujeme před poleháváním po plážích, postelích, pohovkách.

Pomáhající pracovník pomáhá přebalit, přemístit, připravit, podat pokrm, polohovat. Pomáhající pracovník pobaví, přečte pohádku, poradí, podrží pomůcku, poskládá puzzle, podá plyšáka, povleče polštář, peřinu, podá pití, pochopí, porozumí, povzbudí, pochválí,



převlékne ponožky, pyžamo, podá pantofle. Při psaní pomáhala Prokopová – přiznáváme, protože pomoc potřebujeme. Poselství pomáhajících - Přátelé, pojdte pomáhat potřebným!

Příběh na P tým Růžovky

Paní profesorka Plačková potřebuje pomoc. Pod paní Plačkovou praskla podlaha. Podlaha praskla! Padá! Pláče!

Proto povoláme pomáhajícího pečovatele. Pečovatel přichází. Potřebujete pomoc?

Profesionál pláč potlačí, pouze popotahuje. Profesionál povolává pomáhajícího psa. Pes pošťkuje. Pes přibíhá, poskytuje první pomoc.

Paní Plačková pociťuje příjemnou pohodu. Pohládit psa prostě pomáhá

Poučení: Při potížích přivolej Pomoc!



Příběh na P tým Žabky zelené

Pondělí po pátek pomáháme potřebným, pěkný pocit při práci prožíváme pokaždé. Plníme pilně pracovní povinnosti, pácháme pilně pracnou práci. Péče pracná posiluje povahu, přináší potěšení, peníze, psychické problémy, potíže páteře, posiluje paže.

Papu, pití podáváme, pořád povídáme, počasí probíráme. Posloucháme povely, příkazy, povzdechy, přání plníme. Plnou parou pojízdnými prostředky pádíme, přechody přecházíme, přes překážky přeskakujeme, přitom pot potíme. Proto po práci pomalu pijeme pivo!



Musím říct, že jsem ze svého týmu spolupracovníků nadšená. Byla jsem velmi příjemně překvapená, jak se asistenti všech úkolů zhostili s nasazením a o jejich splnění usilovali bez skrupulí a předsudků, které by je mohli v jejich splnění brzdit.

Předpokládám, že se stejným přístupem i asistují a jsem za to moc ráda. Všem kolegům za to moc děkuji a věřím, že si z prožitého dne odnesli i něco nového do své práce.

Jolana Goluchová, služba OASA

NOVINKY V RESPITU

Zazvonil zvonec a prázdninám je konec! I tak by se dalo rozloučit s tímto krátkým, ale pro všechny jistě pozitivním obdobím roku.

Pro kancelář RESPIT to bylo období pozitivní ale i náročné, protože jsme se museli v červenci rozloučit s naší drahou kolegyní Alexandrou Karasovou, která se vydala ve své studijní a kariéerní dráze dále.

Doufáme, že se jí na novém místě bude líbit a určitě se s ní ještě uvidíte, jelikož do konce roku 2019 zůstává koordinátorkou akce RAINMAN (Spolek rodičů a přátel dětí s autismem), která v Centru probíhá jednou za měsíc v pátek odpoledne. Měj se krásně, Sašo!

Pozici vedoucí služby od začátku prázdnin zastává

Bc. Martina Borovičková,
vedoucí služby a sociální pracovník
mborovickova@prorodiny.cz
774 244 259



Kromě změn, kterými jsme si museli projít, jsme v kanceláři samozřejmě i plánovali. Stihli jsme pro naše asistenty připravit zajímavá školení z témat poruch autistického spektra nebo relaxačních technik pro pracovníky v sociálních službách, která budou probíhat během podzimu. Nadále také pokračujeme v nábore asistentů a naplno makáme, navazujeme spolupráci se školami, a snažíme se co nejvíce vyjít vstříc žadatelům o službu.

služba RESPIT

REHABILITAČNÍ ASISTENCE

Naše nová kolegyně Veronika ŠUBERTOVÁ se již naplno zabydlela nejen v RESPITU ale i v REHABILITAČNÍ ASISTENCI a míra angažovanosti, kterou vynakládá je opravdu chvályhodná.

V případě zájmu o aktivitu REHABILITAČNÍ ASISTENCE se na ni můžete obrátit s Vašimi dotazy.

Kontakt pro Vás:

Veronika Šubertová, DiS.
sociální pracovník odlehčovací služby RESPIT
pracovník REHABILITAČNÍ ASISTENCE
vsibertova@prorodiny.cz
774 785 457



Děkujeme, že jste si naše novinky přečetli a přejeme hezké Babí léto!

služba RESPIT
aktivita REHABILITAČNÍ ASISTENCE

NAŠE LETNÍ PRÁZDNINOVÁ GRILOVAČKA



Během letních prázdnin se služba Rodinný průvodce rozhodla uspořádat odlehčené setkání pro pečující a jejich rodiny. Odlehčené v tom smyslu, že setkání nebylo tematicky zaměřené. Cílem bylo se jen tak sejit, povykládat o tom, jak rodiny tráví prázdninový čas, mít možnost inspirovat ostatní svými zkušenostmi, vzájemně se sdílet, co je momentálně trápi či z čeho mají radost. Přítomni byli i členové rodin, což bylo velmi příjemné, protože jsme mohli poznat i partnery našich uživatelů a jejich děti.

Celkem se zúčastnily tři rodiny. Někdo by mohl tento počet namítat, ale my jsme přesvědčení, že právě v tomto malém počtu zúčastněných mělo setkání velký smysl. Byly přítomny chvílky velmi důležité, protože umožnily vyslovit hluboké a zraňující pocity, které v tu chvíli měly být sdíleny a byl na to ten prostor. Možnost se vyjádřit měl každý účastník i děti. K tomu jsme si pochutnali na grilovaném špekáčku, hermelínu a výborné grilované zelenině. Mňam ☺.

Uživatelé měli ze setkání velkou radost a odcházeli s tím, že se velmi těší na další. Stejně nadšeni jsme byli i my – tým služby Rodinný průvodce, který se znovu přesvědčil o tom, že kdyby naše setkání mělo pomoci jen jednomu účastníkovi, tak má smysl v tom pokračovat.

Ten, komu nevyšlo přijít, nevadí! Budeme se těšit na setkání s vámi u jiných příležitostí.

S přáním krásného a úspěšného začátku školního roku přeje za službu Rodinný průvodce

Paola Hodinová a Gabriela Máchová Čumpelíková

PORADNA RODINNÝ PRŮVODCE VÁS SRDEČNĚ ZVE NA

Tematické setkání pečujících o dítě se zdravotním postižením

V nejbližší době máme pro Vás připravena tato zajímavá témata:

ZDRAVÉ EFEKTIVNÍ STRAVOVÁNÍ I.

26. 9. 2019 15:00-18:00 hod.

ZDRAVÉ EFEKTIVNÍ STRAVOVÁNÍ II.

17. 10. 2019 15:00-18:00 hod.

Dvě na sebe navazující setkání s tematikou zdravého stravování a práce s vlastním tělem. Setkání budou vedena k tomu, abyste si odnesli plno praktických rad a nácviků šitých na míru přímo Vám.

VÁNOČNÍ TVOŘENÍ

listopad/prosinec 2019

Tradiční setkání s předvánočním se laděním, výrobou adventních věnců a možná si také ozdobíme perníčky, ochutnáme cukroví a popovídáme, co nám uplynulý rok přinesl.

SOCIÁLNÍ RÁDCE

15. 1. 2020

Mgr. Radka Pešlová a její rady ze sociálně právní oblasti pro Vás, k Vaším konkrétním situacím a dotazům.

Všechna setkání proběhnou v Centru pro rodinu sociální péči z. s.,
Středisko VÝZVA, Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice.

V případě zájmu o více informací a účast nás kontaktujte na tel: 774 244 256, 774 244 511 nebo pište na adresu pruvodce@prorodiny.cz

Těšíme se na setkání s Vámi ☺

Pavla Hodinová
Gabriela Máchová Čumpelíková

RODINNÝ PRŮVODCE PRO VÁS NOVĚ

Od září nabízíme sociální poradenství lidem se zdravotním postižením, jejich rodinám a osobám pečujícím nově také v prostorách

**Komunitního centra – VŠICHNI SPOLU v Ostravě Porubě
na ulici Karla Pokorného 447/52a.**

Se svými dotazy, starostmi, radostmi nás můžete navštívit vždy

druhou středu v měsíci od 14:00-17:00 hod,

konkrétně v následujících měsících tedy **11. 9., 9. 10., 13. 11., 11. 12.**

Kontakt:

Mgr. Pavla Hodinová 774 244 256

Gabriela Máchová Čumpelíková 774 244 511

pruvodce@prorodiny.cz

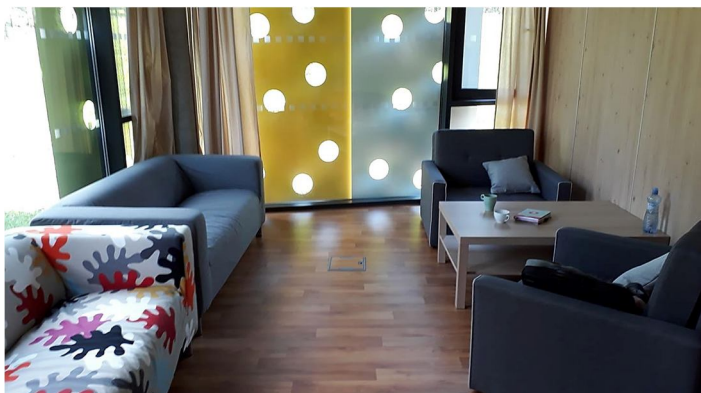


foto poradenských prostor



vizualizace centra z webu <https://fajnovaporuba.cz/p/komunitni-centrum-vsichni-spolu>

RODINNÝ PRŮVODCE

CENTRUM PRO RODINU
A SOCIÁLNÍ PÉČI z. s.ZDRAVÉ
EFEKTIVNÍ
STRAVOVÁNÍ

Chcete se dozvědět jak jíst a hubnout efektivně? Pokud ano, zveme vás tímto na velmi zajímavé setkání zaměřeno na zdravé efektivní stravování spojené se základy práce s vlastním tělem a s cviky pro nebolestivá záda.

26. 9. 2019 | 15:00–18:00

17. 10. 2019 | 15:00–18:00

Centrum pro rodinu a sociální péči z. s., Středisko VÝZVA, Syllabova 19, Ostrava–Vítkovice

Setkání proběhne ve dvou termínech, které na sebe navazují.

První setkání nás seznámí s technikou flexibilního stravování, každý účastník si určí základní cíl ohledně stravy a naučí se pár cviků, které může cvičit i doma.

Druhé setkání naváže na první a napoví jak správně pracovat se svým tělem (prevence), lektor zkontroluje stravu, kterou si každý účastník zadal na prvním setkání, případně upraví cíle v případě, že se nedaří hubnout. Samozřejmě nebude chybět ani praktické cvičení.

Tím vším nás provedou lektori Martin a Marek Barnoví.

Informace o Martinovi:

Martin je absolvent mezinárodně uznávané Coach School Praha (aktuálně Fitness akademie Ronnie), Certifikovaný Poradce pro výživu s více než 10 letou praxí ve fitness, bojovém umění a sebeobraně. Také byl student Advanced Coaching Academy jednoho z TOP britských trenérů Phila Learney, atd. Specializuje se mimo jiné na práci s individuální metabolickou kapacitou, na online výživový coaching, Reverse Dieting (zotavení metabolismu po dietě – dlouhodobá udržitelnost formy), aj.

Zájemce prosíme o nahlášení účasti do 24. 9. 2019

e-mail: pruvodce@prorodiny.cz | telefon: 774 244 256, 774 244 511

Těší se na vás lektori Martin a Marek Barnoví a tým služby RODINNÝ PRŮVODCE!

BEATS FOR LOVE 3. a 4. 7. 2019

Michael: Když jsem se dozvěděl, že dostanu příležitost zahrát si na festivalu B4L, byl jsem nejenom nadšený, ale zároveň i velmi nervozní, jelikož jsem si nevěřil, že bych to mohl zvládnout, tréma byla v některých chvílích silnější než radost. Úplně poprvé v životě jsem si mohl vyzkoušet opravdový mixážní pult. Po celou dobu mi byl oporou DJ Sifon. Slovy nedokážu popsat, jaký to byl skvělý pocit hrát na podiu.

Další festivalové dny jsem si užil naplno se svým asistentem, který mě všude doprovázel a pomáhal mi. Projel jsem si celý areál, poslechl jsem si různé DJ's a navštívil jsem každou stage. Povožil jsem se i na kolotočích, protože jízdu na kolotočích opravdu miluji.

Na festivalu byla skvělá atmosféra, kterou vytvářeli nejenom vystupující a návštěvníci ale i celý tým B4L, který se celý rok snažil, aby si festival všichni užili. Byl bych velmi rád, kdybych tento festival mohl navštívit i další roky. Moc děkuji za příležitost, kterou jste mi dali, nikdy na ten zážitek nezapomenu.

Michael Bina



Roman: 3. 7. 2019 se konal festival s názvem Beats for Love a první den tam proběhl DJ Workshop a my s Michalem Binou, jako jediným na vozíku nám byla nabídnuta možnost si zahrát na jedné stage jako DJ. Tak Michal měl trochu obavy na rozdíl ode mě, to já se úplně těšil, jaké to bude, vylézt za ten DJ Pult a ukázat všem lidem, co ve mně je. No, a když mě tam chlapi vynesli na vozíku, tak prvně šel na to kámoš Michal, protože já jsem říkal, že to nejlepší půjde na konec ☺. A jak jsem šel na to a jak jsem do pultu zapíchl flash disk a zapnul jsem hudbu, tak jsem to úplně rozjel, až jsem si připadl jako ti profi DJ, co pod sebou mají spoustu lidí. A je sice škoda, že my s Michalem jsme tam měli málo ale zase nejbližší fanoušky, tak ti tam tancovali, a moc se jim to prej líbilo, jak nám po tom řekly. Tak jsme řekli, že by takové příležitosti mohly být i častěji. A ty další dny jsem tam šel zase s kamarádkou a s Michalem a bylo to též super, byli jsme i na kolotočích a ve VIP sektorech tak to bylo též super.

Roman Sajdak alias DJ Romin



Verča: My ostatní jsme si festival a vystoupení kluků na Excelent stage také užili.

Na festivalu se každý bavil po svém, často jsme byli po skupinkách, aby si každý přišel na to své.

Byly to sice náročné dva dny, během kterých jsme zažili i pár nezdarů, ale zážitky a atmosféra to vysoce převažují!

Verča



BOBOVKA TOŠOVICE 24. 7. 2019

Ahojky, také letos o letních prázdninách BRÁNA připravila letní aktivity. Já jsem se zúčastnila výletu na bobovou dráhu, kterou mám moc ráda. Byli jsme na bobové dráze už loni v Mostech u Jablunkova, kde jsme si to moc užili, a tak jsme jeli i tento rok. Letos jsme jeli do Tošovic. Musíme vyzkoušet všechny dostupné bobové dráhy, ne? :D

V Tošovicích je to také bezva. Pravda, v Jablunkově byla dráha delší, ale v Tošovicích měla větší náklon. Počasí nám také vyšlo, za co jsme byli moc rádi.

Za sebe můžu říct, že to bylo naprosto boží. Miluji rychlé jízdy na bobovce. Ono totiž čím rychlejší, tím je to větší bomba.

Děkujeme BRÁNĚ, že nám umožňuje zažívat takový adrenalin 😊

Monika Gallasová

Moc děkuji za krásný zážitek, bylo moc hezky a moc jsem si užíval bobovou dráhu. Těším se na příští rok.

Libor Delong



LÉTO LÉTO LÉTOFEST

Dne 9-10 srpna jsme se společně s Bránou účastnili Létofestu.

Hned jak pořadatelé zveřejnili, kdo z účinkujících bude vystupovat, měla jsem neskutečnou radost. Byli tam zejména čeští umělci jako je třeba Marek Ztracený, Tomáš Klus, Lenny, MIG21, Mandrage, UDG a další.

Pátek jsem si neskutečně užila, ale už od začátku festivalu jsme se s dobrovolnicí Lenkou neskutečně těšili na sobotní vystoupení Tomáše Kluse. A taky bylo na co. Už od začátku svého koncertu si nás Bráňáků všiml, a při jedné písničce skočil mezi nás vozíčkáře a každého nás stisknul za rameno. Šla z něj neskutečná energie.

Úžasné zážitky pokračovaly. Jako třeba ten, kdy Marek Ztracený při jedné ze svých písní přišel ke mě a objal mě. Neskutečný pocit.

Jsem hrozně moc ráda, že jsem tohle vše díky BRÁNĚ mohla zažít. A všem moc děkuji!

Terka Muroňová

Dne 9. 8 2019 se areál otevřel v 15:00 hodin.

Bylo zahájení Létofestu.

Začaly tam hrát kapely, které jsme pochopitelně znali. Byli tam například: Xindl X, Pražský výběr + karaoke, Doga. Na další kapely jsme neměli čas.

Dne 10. 8 se otevřel areál ve 13:00 hod.

Pokračovali jsme na Létofestu: O5 a Radeček, Lenny, Tomáš Klus a nakonec Marek Ztracený. Líbilo se mi to a chci tam jet zase znovu.

Pak jsme jeli domů.

Michal Kvača

Moc hezký Letofest. Užival a užíval jsem si to.

Děkuji Pavle ☺

Ze začátku bylo hezky a v sobotu trochu přšelo a bylo zima.

Moc děkuji, byla to skvělá akce!

Libor Delong



NOVÝ TÝM V BRÁNĚ

V BRÁNĚ v období prázdnin proběhly personální změny.

Z mateřské dovolené se na pozici vedoucí služby vrací Bc. Alžběta Vodsedálková, DiS. a novými pracovníky v přímé péči jsou Barbora Horňáková, DiS. a Vojtěch Zajíček.

Děkujeme za práci Darině Pawlakové, DiS. a Janě Kondiczové, DiS. a přejeme jim vše dobré.

Kája

Karolína Schmidtmejerová
zástupce a sociální pracovník



Bety

Alžběta Vodsedálková
vedoucí služby a sociální pracovník



Verča

Veronika Hejtmanová
sociální pracovník



Tom

Tomáš Uhl
pracovník v sociálních službách



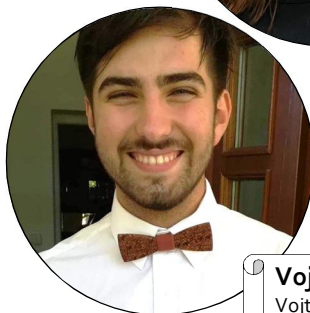
Barča

Barbora Horňáková
sociální pracovník
a vedoucí dobrovolníků



Barča

Barbora Seidlerová
pracovník v sociálních službách



Vojta

Vojtěch Zajíček
pracovník v sociálních službách
a koordinátor dobrovolníků

Středisko RODINA představuje

PORADNA PRO VZTAHY A RODINU

odborné sociální poradenství

Poradna pro vztahy a rodinu je od ledna 2019 registrovanou sociální službou, která svou činnost vykonává v Centru pro rodinu a sociální péči na Syllabově 19 v Ostravě.

Služba odborně doprovází a podporuje dospívající mládež a dospělé osoby při zvládnání jejich osobních, partnerských, rodinných i společenských vztahů. Poskytuje poradenství, terapii a rodinnou terapii v nepříznivých vztahových životních situacích.

Cílem je:

- Porozumění své nepříznivé vztahové situaci.
- Podpora ve vlastních dovednostech a zvědomování svých schopností pro nalezení konstruktivního řešení své situace.
- Posilování zdravého vnímání, hodnocení a přijímání sebe sama.
- Převzetí kontroly nad svou situací.
- Podpora v rozvoji zdravých osobních vztahů založených na úctě k manželství a rodině.
- Posilování rodinných a rodičovských kompetencí a propojování osobního života s profesním.
- Podpora dospívající mládeže při hledání vlastní identity a tím napomáhání k dozrávání jejich osobnosti.

Pracuje zde tým psychologů, terapeutů, poradců a sociálních pracovníků.

Objednat se můžete na 775 244 291 či na poradenstvi@prorodiny.cz.

PORADNA PRO VZTAHY A RODINU V KOMUNITNÍM CENTRU V PORUBĚ

Od září letošního roku se rovněž Poradna pro vztahy a rodinu svou činností zapojila do aktivit Komunitního centra VŠICHNI SPOLU v Ostravě-Porubě, Karla Pokorného 447/52A.

Od října v Komunitním centru naši poradci Mgr. Katarína Dubělčíková a Mgr. Dagmar Ševčíková budou k dispozici dospívající mládeži od 16 let a dospělým osobám, kteří se dostali do nepříznivé životní situace v oblasti osobních, rodinných a partnerských vztahů a pochází z dané oblasti.

Klienti nás tam zastihnou každé liché úterý od 8:30 do 12:00 a každé sudé úterý od 12:30 do 16:00.

V případě jakýchkoliv dotazů nás neváhejte kontaktovat na tel. čísle: 775 244 291 nebo na e-mailové adrese poradenstvi@prorodiny.cz.

Středisko RODINA vás zve

Druhé středisko Centra pro rodinu a sociální péči z. s. – Středisko RODINA nabízí programy na podporu fungování vztahů, rodiny a manželství a pomáhá lidem v obtížných situacích.

V nadcházejícím období Vám

Středisko RODINA nabízí:

17. 9. Kurz efektivního rodičovství

Cyklus začíná 17. 9., dále pravidelně vždy v úterý, od 17 do 21:00

Místo konání: klubovna Středisko RODINA,

Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Přihlašování a informace:

Marie Varechová, marievarechova@seznam.cz, tel.

725 255 901

www.kurz-efektivniho-rodicovstvi.webnode.cz

od 24. 9. Kurz Manželské večery

Místo konání:

Restaurace Hotelík, K Mutlochu 118, Budišovice

(blízko konečné tramvaje č. 5)

Informace a přihlášky do 15. září:

jdstalova@prorodiny.cz, 731625617

od 8. 10. Kurz Manželské večery

Místo konání:

Restaurace PULS, Ruská 3077/135, O-Zábřeh

8 setkání vždy v úterý 18:30-21:00

Informace a přihlášky do 4. října:

mfridrichova@prorodiny.cz, 731625617

5. 10. Než do toho vletíš

od 9:30 do 18:00

Místo konání: klubovna Středisko RODINA,

Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Informace: Maria Fridrichová,

mfridrichova@prorodiny.cz; mobil 731 625 618.

Pro účastníky zdarma. Akce je finančně podpořena statutárním městem Ostrava.

Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.
OSTRAVA!!!
FAJNA RODINA

Mády-dobí...
Jak reagovat? Jak reagovat?
Jak chvilku povzdechovat?
Jak být častěji propracovan
na cestě k samostatnosti?
Je možné být rodičem i když
laskavými náročnými?
Jak vstát před k odporům?
Co mám dělat když...

Kurz efektivního rodičovství
9 setkání, zahájení 17. 9. 2019
Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice
17 - 21 hod.
V rámci projektu Celoroční pro rodinu,
který podporuje stát, město a Ostrava,
nabízíme kurz za
výjimečnou dotovenou cenou
1400,- Kč za osobu, nebo
2000,- za rodinný pár

Informace a přihlášky:
Marie Varechová
marievarechova@seznam.cz, 725 255 901
www.kurz-efektivniho-rodicovstvi.webnode.cz

WWW.PRORODINY.CZ

Kdo chce do provozu, musí mít autozskou...
Kdo chce být šťastnější, musí mít konvenční...
A kde se uč, jak udržet šťastný vztah,
stabilitu, sílu, radost, rodičovství?

TO PRÁVĚ MÍSTO, KDE ROZUMÍ VZTAHŮM,
je Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

Navštivte kurz:

Než do toho vletíš ...

Jednoduše termín! pro mládež lidí v době
chození nebo před vstupem do trvalého vztahu

5. 10. 2019 | 9:30 – 18:00

Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Podrobné informace:
www.prorodiny.cz
fb.com/prorodiny

OSTRAVA!!!
FAJNA RODINA

Kurz se koná s finanční podporou
statutárního města Ostrava
v rámci projektu CELOROČNÍ PRO RODINU.



Centrum pro rodinu
a sociální péči z. s.

C
E
K



V Centru pro rodinu a sociální péči víme,
že k lepšímu porozumění vede cesta...

CESTA EFEKTIVNÍ KOMUNIKACE

Pojďte s námi cestou pochopení sebe i druhých ...

Cestou, na které se naučíme naslouchat tak, abychom slyšeli, a mluvit tak, abychom byli slyšeni.

Cestou, na které se nevyhneme ani různosti, emocím a konfliktům.

Cestou vedoucí k upevnění a zlepšení vtažů a k opravdovému porozumění.

termíny:

19. 11.

26. 11.

3. 12.

10. 12.

- čtyři úterky od 19. 11. 2019 od 17:00 do 20:00
- Centrum pro rodinu a sociální péči z. s., Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice
- informace a přihlášky - Marie Varechová, mvarechova@prorodiny.cz
- cena kurzu: 500 Kč



 **OSTRAVA!!!**
FAJNA RODINA

Kurz se koná s finanční podporou statutárního města Ostrava
v rámci projektu CELOROČNĚ PRO RODINU!

Náš Rodinný kalendář 2020

Od 13. září je v prodeji náš
Rodinný kalendář na rok 2020.

Najdete ho v našem obchůdku.

Náš kalendář je jedinečný pro svých
šest plánovacích sloupců, které
umožní zaznamenat plány každého
člena Vaší rodiny.

Jeho koupí podpoříte naši činnost.
Děkujeme!



Rodinný kalendář 2020

Tipy na výlety do Biskupských lesů



Pustevny – Radhošť

Horské sídlo Pustevny je pojmenováno po poustevnících, kteří zde žili. Dnes je toto místo zejména v zimě vyhledávaným lyžařským střediskem s typickými stavbami postavenými v lidovém slohu na návrh Dušana Jurkoviče. Na Radhošti lze obdivovat kapli a sousoší sv. Cyrila a Metoděje.

ČERVEN

1 DO 1	Laura sv. Justina, Památka Panny Marie Mátský církve						
2 DO 2	Jarmal sv. Marcolin a Petr						
3 DO 3	Tairnara sv. Karol Lwanga a družovč						
4 DO 4	Dalibor sv. František Caracciolo						
5 DO 5	Dobroslav pá sv. Bonifac						
6 DO 6	Norbert bo sv. Norbert						
7 DO 7	Iveta/Glavol sv. Robert slavnost Nepřevěžití Trglce						
8 DO 8	Meadard sv. Meardard						

NABÍDKA V OBCHŮDKU!

V našem obchůdku nyní najdete novou kolekci čajů – tentokrát čajů s inspirací. Najdou v nich inspiraci rodiče, manželé, senioři a všichni ti, kteří chtějí lépe porozumět lidem s autismem.

Čaj pro dobré manželství aneb Dva různé světy (sypaný černý čaj, 30g, Earl Grey)

Čaj pro dobré manželství aneb My dva (sypaný ovocný čaj, 30g, Něžná limetka)

Čaj pro rodiče – uvnitř krabičky najdete Desatero pro výchovu, které vzešlo z Kurzu efektivního rodičovství (sypaný čaj, 30g, Jemná malina, ovocný čaj)

Čaj pro dobré manželství aneb Láskyplný vztah – kromě čaje najdete v krabičce také Desatero pro dobré manželství, které vzešlo ze Školy rodičovských a rodinných kompetencí – Manželská setkání (sypaný zelený čaj, 30g, jasmínový)

Čaj pro lepší komunikaci aneb Mluvme spolu – Kurz Cesty efektivní komunikace přináší pár rad, jak spolu lépe komunikovat, najdete je uvnitř krabičky (sypaný čaj, 30g, Rooibos)

Čaj pro zralý věk - inspirujte se radami k tomu, jak si užít seniorský věk. V krabičce najdete voňavé Obohacení (sypaný čaj, 30g, Zahrada bylin, bylinná směs)

Čaj pro pochopení aneb Modrá je dobrá – nahlédněte do problému komunikace s lidmi s autismem. Inspirujte se tipy, jak s nimi mluvit a lépe porozumět jejich chování (sypaný zelený čaj, 30g, Sencha brusinkovo-jahodová)

Notýsek pro dobré nápady

Notýsek formátu A6 s pastelkami obsahuje 20 stránek. Vejde se do každé kabelky i baťůžku. Vhodný pro tvořivé kluky i holky!

Kloboučky

Jsou ze 100% bavlny vhodné jak pro děti (vel. S/M) tak i dospělé (vel. L/XL)

Tašky

Taška malá plátěná z lehkého bavlněného popelínu o rozměr u 42x38 cm se dvěma uchy 60x 2,5 cm béžové barvy. Taška velká nákupní z pevnější 100% bavlny o rozměru 40,5x43,5 cm se dvěma uchy 60x2,5 cm.

www.prorodiny.cz/obchudek



VY ROZHODUJETE, MY POMÁHÁME!

Děkujeme, že děláte své okolí lepším a že jste se zapojili do projektu „Vy rozhodujete, my pomáháme“ a dali jste nám svůj hlas.

Nakonec jsme se umístili na 2. místě a získali jsme 16.000 Kč pro náš integrační klub BRÁNA. Celá částka bude použita pro aktivitu „Moje kuchyně“ a s ní spojené výdaje. Děkujeme!

Děkujeme společnosti TESCO za příležitost účastnit se jejich programu a grantový příspěvek.

TESCO

Nadační fond

Kontakty Střediska VÝZVA

VÝZVA nabízí služby pro děti a mladé lidi se zdravotním postižením a jejich pečující rodiny:

osobní asistence OASA (od roku 2002)

u dětí a mladých lidí do 30 let se zdravotním postižením a jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby, Bc. Jolana Goluchová, DiS., 775 644 245, 552 301 407, oasa@prorodiny.cz

odlehčovací služba RESPIT (od roku 2004)

u dětí a mladých lidí se zdravotním postižením, aby byl jejich pečujícím umožněn nezbytný odpočinek a seberealizace

Bc. Martina Borovičková, 774 244 258, 552 301 405, respit@prorodiny.cz

sociálně aktivizační služba BRÁNA – integrační klub (od roku 2004)

pro dospívající děti a mladé lidi od 12 do 35 let se zdravotním postižením; individuální i skupinové aktivizační činnosti, doprovody na akce, výlety, dobrovolnictví,

Bc. Alžběta Vodseďálková, DiS., 774 244 081, 552 301 408, brana@prorodiny.cz

odborné sociální poradenství RODINNÝ PRŮVODCE (od roku 2005)

podpora při řešení obtížné životní situace dětem a lidem se zdravotním postižením, jejich rodinám a osobám pečujícím, motivační setkání,

Mgr. Pavla Hodinová, 774 244 256, 552 301 406, pruvodce@prorodiny.cz

Mimo režim sociálních služeb Středisko

VÝZVA nabízí:

Rehabilitační asistence pro děti a mladé lidi

s tělesným postižením,
Veronika Šubertová, DiS., 774 785 457,
rehast@prorodiny.cz

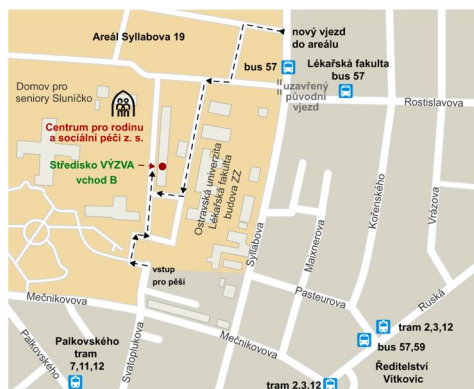
Půjčovna pomůcek pro osoby se zdravotním

postižením a pro rodiny s dětmi,
Gabriela Máchová Čumpelíková, 774 244 511,
pujcovna@prorodiny.cz

Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

Středisko VÝZVA

Syllabova 19, 703 86 Ostrava-Vítkovice



Děkujeme za Vaši podporu

Moravskoslezský kraj • Statutární město Ostrava • Statutární město Havířov
Městský obvod Krásné Pole • Městský obvod Mariánské Hory a Hulváky
Městský obvod Ostrava-Jih • Městský obvod Poruba • Městský obvod Stará Bělá
Obec Albrechtice • Obec Dobrá • Obec Kobeřice • Obec Ludgeřovice
Obec Sedliště • Obec Velká Polom • Obec Vendryně • Obec Vřesina

F-nadace
Nadace ČEZ
Nadační fond Globus
Nadační fond Kousek po kousku
Nadační fond Českého rozhlasu ze sbírky Světluška
Grantový program Hyundai Motor Manufacturing Czech „Společně“

Biskupství ostravsko-opavské
Dům kultury města Ostravy a.s.
Ostravská univerzita – Lékařská fakulta
Ostravská univerzita – Fakulta sociálních studií
Ostravská univerzita – Filosofická fakulta
Turistický oddíl Buntaranta
Univerzita Palackého v Olomouci – Katedra aplikovaných pohybových aktivit
Úřady práce
Vyšší odborná škola sociální Ostrava

Bravantické lahůdky, s.r.o. • CALUMITE s.r.o. • Continental Barum s.r.o.
Český rozhlas Ostrava • Jan Delong, TRANSPORT • Emitex Products s.r.o.
Forum Nová Karolina • FUNBABY • Gorenje spol. s r.o. • ha-vel internet s.r.o.
Kofola a. s. • Linde Gas a.s. Ostrava • Malíři natěrači CZ • NET4GAS, s.r.o.
POLYPRINT.CZ – SEMPER CORPORATION, s.r.o. • Podlahy Gajdoš s.r.o.
Portaflex s.r.o. • Program Radio Čas • Ruční mytí Ostravsko • SeePOINT družstvo
STAPRO s.r.o. • TARRA pyrotechnik s.r.o. • TV NOE • Válek & Kačena s.r.o.
VELA CZECH, s.r.o. • VVM-IPSO s.r.o. FULNEK • Wienerberger a.s.

Pavel Hejátko • Kateřina Hurníková • Marek Matula • Marek Michalík • Milan Mytzyk
Lumír Swiech • David Ševčík • Ing. Jiří Třetina

VÝZVA zpravodaj Střediska VÝZVA a jeho sociálních služeb pro děti a mladé lidi se zdravotním postižením.

VÝZVA je středisko zapsaného spolku Centrum pro rodinu a sociální péči z. s. v Ostravě.

Zapsán do evidence periodického tisku pod ev.č. MK ČR E 15625.

Nevyžádané příspěvky se nevracejí.

Názor redakce se nemusí ztotožňovat s obsahem článků.

Kontaktní adresa redakce: Martina Kurdzielová, 774 244 082, e-mail: vyzva@prorodiny.cz

uzávěrka příštího čísla 13. 11. 2019

Sídlo organizace, kontakty



Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

Kostelní náměstí 3172/1, 728 02 Ostrava

tel.: 597 822 232

e-mail: cpr@prorodiny.cz

www.prorodiny.cz

www.facebook.com/prorodiny

IČO: 48804517

Bankovní spojení: **ČS Ostrava č.ú.: 1660723399/0800**

Adresa Střediska VÝZVA

Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

Středisko VÝZVA

Syllabova 19 (areál Lékařské fakulty Ostravské univerzity)

703 86 Ostrava-Vítkovice

tel.: 552 301 404

e-mail: vyzva@prorodiny.cz

www.vyzva.prorodiny.cz

Líbí se Vám naše činnost a chcete nás finančně podpořit?

Můžete na 1660723399/0800 var. s. 102 DAR VÝZVA. DĚKUJEME.

Naši činnost podpořili



OSTRAVA!!!



MALÍŘI NATĚRAČI CZ

