

VÝZVA

zpravodaj pro lidi s výzvou



OBSAH

na slovíčko s Milanem a Lenkou

/ 1-3

„PSA“

Asistenti ve Frýdlantu / 4-6

Ochrana práv klienta / 6-7

očiima asistenta

Procházka v ZOO / 8-9

„Zůstanu co nejdéle!“ / 10

Svatba 10-11

očiima klienta

Konkurz na úsměv / 12

klub Brána

V Bráně se bavíme / 13

rehabilitační okénko

cviky / 14-16

pod pokličkou

perníčky / 17

okénko pro děti

/ 18

co s volným časem

nabídka / 19



Dobrá zpráva pro všechny !

V době, kdy to už už vypadalo, že nebude na výplaty asistentů a kdy se všichni změníme na dobrovolníky, kteří pracují jen tak pro radost, přišly dobré zprávy ze dvou nadací (z mnoha oslovených), které zvažovaly

naše žádosti o příspěvek. Ze sbírky „Pomozte dětem !“ (pořádané NROS / ČT) dostaneme maximální možnou částku 250 tisíc korun a z Nadace Eurotel 150 tisíc korun. Dohromady nám to pokryje mzdy zhruba na jeden a půl měsíce ! Radujme se, veselme se, aspoň na chleba bude !



Pomocníků (dárců) přibývá. Díky moc všem !

Rádi bychom teď uvedli seznam všech, kteří nás v letošním roce finančně (či jinak) podpořili, kteří nás drží nad vodou :



Za první jsou to „staré známé firmy“ :

Ministerstvo práce a sociálních věcí
Statutární město Ostrava
Moravskoslezský kraj
Úřady práce
Biskupství ostravsko-opavské

Za druhé nadace :

NROS / ČT, sbírkový projekt „Pomozte dětem !“
Nadace Eurotel
Nadace PATRIK DĚTEM

Za třetí „nové firmy“ :

HAYES LEMMERZ AUTOKOLA

KOMA ložiska

CALUMITE

MTA OSTRAVA

GMP MIX

HA-VEL

ESOS



(a několik dalších firem je v jednání, či před podpisem smlouvy, rádi je uvedeme v příštím čísle Zpravodaje)

Za čtvrté - a toho si velmi vážíme - (ne)obyčejní lidičkové :

manželé Davidovi

manželé Mikovi

manželé Fuisovi

manželé Hodečkovi

manželé Pastorovi

manželé Halašovi

manželé Kolouchovi

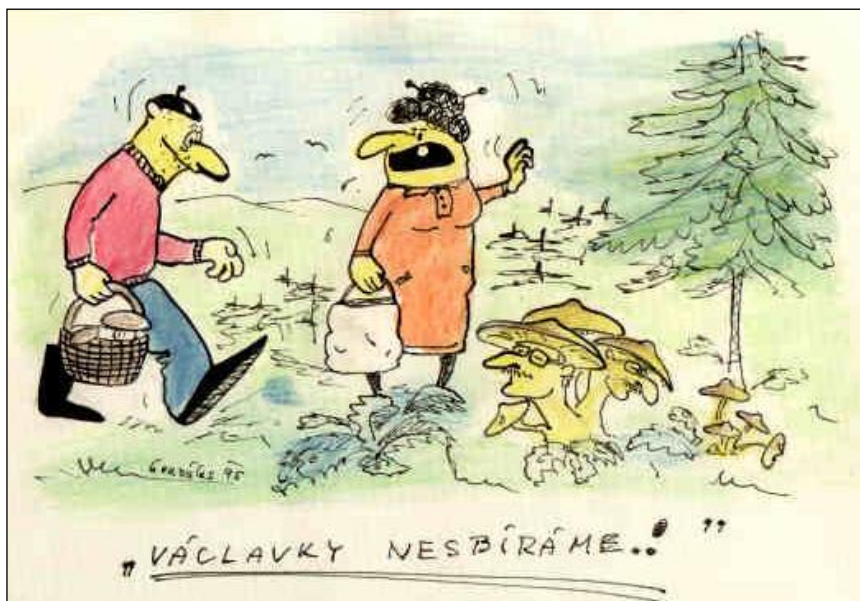
manželé Kunčarovi

Všem patří naše velké poděkování ! Vy „staří“ - prosím neumdlévejte, budeme vás ještě potřebovat, vy „noví a potenciální“, prosím, pomozte také. Děkujeme za všechny naše děti a rodinky, které to opravdu moc potřebují.

Někomu z vás se může zdát, že v našem zpravodaji věnujeme vždy až moc místa povídání o penězích. Omlouvám se. Ale je pravda pravdoucí, že bez nich to nejde. I když naši osobní asistenti mají letos jenom základní mzdy (7 700 - 9 200 hrubého) bez prémie, je to vcelku i s odvody státu pěkný ranec peněz. A každou korunku si musíme vybojovat, ukecat, vyprosít, vymodlit. Tak proto...

PSA do konce roku - co nás čeká ?

- 25. a 26.10.** na biskupství - osobní pohovory a kontrola výkazů dle časového rozpisu
- 26.10.** v 16 hodin Camelot
- 30.11.** v Sedlištích. Pro tento den se nám podařilo zajistit školení s panem Mgr. Hynkem Jůnem z organizace APLA z Prahy. Setkání bude zaměřeno především na problémové chování u zdravotně postižených dětí (LMD, hyperaktivita, autismus, poruchy chování, DMO) - odměny a tresty, nácviky žádoucích forem chování, spolupráce mezi asistentem a rodiči. PSA bude trvat asi do 17 hodin a bude to vzácná příležitost pro všechny asistenty.
- 14.12.** předvánoční setkání - podrobnosti budou v pozvánce



Asistenti ve Frýdlantu / Kateřina Ožanová

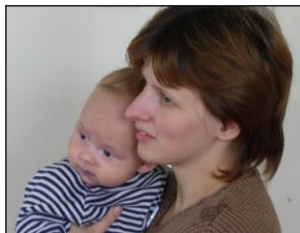
Protože se neustále snažíme, aby Výzva fungovala co nejlépe a aby se naše organizace dynamicky rozvíjela (hmm...takové moderní slovní spojení), rozhodli jsme se, že nedáme našim asistentům pokoj a budeme proškolovat, proškolovat a ještě jednou proškolovat. A protože na PSA se



všechno nedá stihnout, zrodil se nápad (raději neprozradím v čí hlavě, protože by mi asistenti mohli dát na budku ☺) uspořádat dvoudenní školení, kde by noví asistenti získali většinu základních informací a „staří“ asistenti si je zopakovali či rozšířili. A tak jsme se v pátek 1.10. setkali v hojném počtu ve



vzdělávacím středisku CPR ve Frýdlantu nad Ostravicí a zahájili školící akci. Pravda, vzhledem k tomu, že jsem se díky svým rodičovským povinnostem účastnila jen částečně, nejsem asi nejpovolnější člověk, který může sdělit komplexní obraz této události, ale pokusím se.



V pátek dopoledne nám přednesla sympatická paní ředitelka Soukromé ZvŠ a PŠ v Ostravě - Mar. Horách Mgr. Dagmar Mazáková příspěvek na téma „Asistent ve školním zařízení“.



Besedovalo se nejen o práci asistentů ve školách, ale také o speciálním školství, poradenských zařízeních a integraci zdravotně postižených dětí. To vše poutavě okořeněno řadou „veselých historek z natáčení“.

Honza Zuchnický mezitím čaroval v kuchyni a tak posilnění obědem, mohli asistenti absolvovat psychicky náročnou přednášku, kterou jsem si na ně osobně připravila já. Tentokrát byla řeč o jednotlivých diagnózách, které se vyskytují u našich klientů. Přednáška jistě méně záživná a informačně napěchovaná, nicméně nutná, protože čím lépe se asistenti budou orientovat v odborné terminologii a souvislostech, tím rovněžšími budou partnery pro všemožné odborníky, se kterými se v praxi setkají. O další odpolední seminář se postarala fyzioterapeutka z Dětského rehabilitačního stacionáře v Ostravě - Porubě, paní Danuška Červenková, která asistentům osvětlila mnoho zajímavých informací ze zdravotnické praxe. A protože je třeba využít každé volné chvíle k získávání nových informací, ani po večeři jsme nenechali asistenty zahálet a Lenka Daňová se s ostatními podělila o své zkušenosti z práce osobní asistentky, konkrétně o zkušenosti s cestováním vlakem s dospělou klientkou na vozíčku a Milan s Lenkou ještě využili večerní čas k prodiskutování různých organizačních záležitostí a předávání krevních konzerv (rozuměj asistentka Danka jakožto zasloužilá dárkyně krve byla odměněna lahví Medvědí krve).



Podle toho, co jsem zaslechla v kuloárech, o tom, co se dělo na některých pokojích po 22. hodině by se jistě dalo napsat několik dalších a daleko poutavějších článků, každopádně sobotní atmosféra nasvědčovala tomu, že zvláště některé asistentky si návrat do doby škol v přírodě či dětských táborů pořádně užily.



Celé sobotní dopoledne pak bylo zasvěceno praktickému semináři o komunikaci a vztazích asistenta s klientem a jeho rodinou, který si pro nás připravila paní psycholožka Mgr. Martina Pastuchová. Seminář byl postaven na komunikační teorii transakční analýzy a účastníci měli možnost si některé problémové situace zahrát a rozebrat. Myslím, že tento komunikační seminář byl pro všechny velmi inspirující.



Závěrem bych chtěla poděkovat Lence, Milanovi, Jolaně a Helence, kteří vše skvěle zorganizovali, všem přednášejícím za jejich čas a ochotu podělit se o své zkušenosti, Honzovi za vaření a samozřejmě asistentům za to, že věnovali jeden den volna na své sebevzdělávání a navíc byli milí a aktivní. Takže zase za rok!

Ochrana práv klientů / Kateřina Ožanová

Na dubnovém setkání asistentů jsme se zabývali velmi důležitým tématem - hovořili jsme o tom, která práva klientů je třeba důsledně dodržovat. Samozřejmě lze jednoduše říci, že jde o všechna tzv. „lidská práva“. Jenomže, která to vlastně jsou a co konkrétně dělat (nebo naopak nedělat), abychom tato práva našich klientů nenarušili? Není jistě nutné zdůrazňovat, že lidé s jakýmkoliv handicapem či postižením mají v tomto směru horší pozici než ostatní, takzvaně zdraví lidé a jejich základní práva jsou porušována mnohem častěji, než si myslíme.

Abychom našim asistentům všechny informace nenesli na stříbrném podnose, nechali jsme je nejdříve samostatně napsat, co si o tomto tématu myslí a pak jsme teprve společně besedovali o tom, která práva jsou ta základní a musíme si na jejich dodržování

při osobní asistenci dávat velký pozor. S potěšením musím

konstatovat, že většina těch opravdu základních práv se v samostatných pracích asistentů objevila a já Vám je teď přináším tak, jak je popsali sami asistenti seřazené podle toho, jak často se v těchto pracích objevily:

1. Klient má právo na komunikaci - má právo vyjádřit svá přání, potřeby, názory a pocity.
2. Klient má právo na soukromí.
3. Klient má právo na výběr činností, které bude dělat ve volném čase, má právo si (přiměřeně věku) svobodně vybrat, co bude jíst, co si obleče, jakou hudbu bude poslouchat apod. Klient má právo o sobě rozhodovat.
4. Klient má právo na důstojnost - lidé by s ním měli komunikovat adekvátně jeho věku (např. nešišlat, nepoužívat zbytečně zdobnělidy), měl by mít možnost se vkusně oblékat, nosit účes přiměřený jeho věku, neměl by být např. přebalován na veřejnosti apod.
5. Klient má právo na důvěru, úctu a přátelské jednání - mezi klientem a asistentem by měl být přátelský vztah, asistent by neměl klienta „podvádět“ např. mu lhát.
6. Klient má právo vědět předem o všem, co se s ním bude dít - každou činnost provázet slovy např. nemanipulovat s vozíkem, na němž sedí klient bez jeho vědomí.
7. Klient má právo na ochranu svých osobních údajů.
8. Klient má právo na přístup do společnosti - např. asistent musí dát klientovi prostor pro komunikaci s vrstevníky a pomáhat mu v zapojení.
9. S klientem musí být zacházeno jako s plnoprávnou osobností - nesmí s ním být zacházeno jako s věcí. Klient má právo na individuální přístup.
10. Klient má právo na pohyb.
11. O klientovi nesmíme mluvit před ním jako by tam nebyl.
12. Klient má právo na respektování jeho potřeb a návyků.

...A nakonec: Klient má právo na poskytování kvalitní služby a na profesionálního a vzdělaného asistenta.

Procházka v ZOO / Eva Theimerová

Bylo celkem příjemné podzimní odpoledne. Na vrátnici ostravské ZOO dorazili kromě mě a Katky další tři zoonadšenci. Zbytek výpravy (Jirka, Lada a Milan) se měli připojit v průběhu prohlídky. Minuli jsme plameňáky, kteří se nám předvedli ve svém krásném růžovém šatě a šli jsme pozdravit jeleny. Zvířata se na nás zvědavě



dívala a klidně se přiblížila až k zábradlí. Nejspíše čekala, že dostanou něco dobrého na zub. Když jsme měli namířeno k divokým prasatům, dohnali nás zbylí opozdilci. Prasátka nás jako vždy přivítala veselým chrochtání. Netradičně, v tak pozdní roční dobu,



jsme mohli obdivovat malá pruhovaná selátka. Prasnici bohužel první vrh uhynul a tak se jí narodilo nových pět rošťáků. Přehnali jsme se kolem lam, protože jsme chtěli stihnout zvířata v pavilónech. Po zdolání schodů (Katka otestovala schodišťovou plošinu) jsme se ocitli v pavilonu opic. Paní ošetřovatelka nás seznámila s populární rodinou šimpanzů. Právě probíhalo jejich krmení. Siry (hlava rodiny) nám předvedl jak umí vrátit kelímek. Samozřejmě výměnou za

chutnou odměnu v podobě banánu. Ostatní opice se nerušeně věnovaly

očima asistenta

9

pravidelné hygieně srsti a naše přítomnost je očividně nevzrušovala. Rychle jsme se přesunuli do pavilónu hrochů, kde mělo největší úspěch malé hrošátko. Byla to velmi šikovná hroší holčička, která se už ve svých třech dnech života rozhodla vyškrábat na



schody. Jako každé dítě byla velmi zvědavá. Její první dobrodružství však skončilo nepříjemným pádem. Nebojte se, nic vážného se jí nestalo - od toho má přece silnou „hroší kůži“.

To už jsme stáli u klokanů, kteří krásně pózovali a zvědavě si nás prohlíželi. Všichni jsme si při tom vzpomněli na nejslavnějšího klokana Skipiho, který svými rozpustilými kousky rozveselil nejednoho diváka televizní obrazovky. Avšak přátelé, nevěřte všemu, co se ukazuje ve filmu !! Klokani jsou nejprimitivnější a proto i nejhloupější savci na světě. Nicméně pravda je, že působí docela chytře a roztomile.

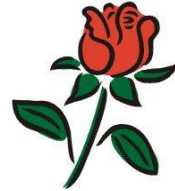
Už se stmívalo a my jsme se pomalu přesouvali kolem jelenů k východu ze ZOO. Měla jsem v sobě takový zvláštní pocit jako bychom byli poslední lidé na této zemi (pravdou bylo, že kromě nás touhle dobou už nikdo v ZOO nezůstal) a tvořili jsme harmonický celek s okolní přírodou. Za celý rok svého působení v ZOO jsem nic podobného nezažila. Možná to bylo tím všemi barvami hrajícím listím,



provoněným podzimem, možná těmi zvířaty, možná těmi lidmi...???

„Zůstanu co nejdéle!“ / Kája Bergerová

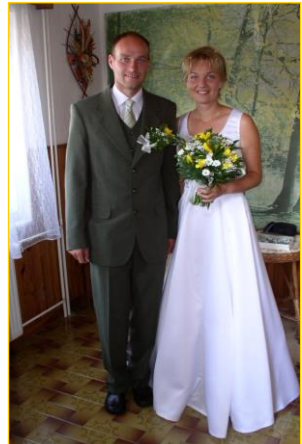
„Dnes je to dva roky co jsi nám asistentem, kamarádem, tetou, někdy rádcem i poradcem. Děkujeme, že jsi vydržela a tajně doufáme, že s námi zůstaneš co nejdéle.“



Těchto pár slov jsem dostala jako SMS zprávu od rodičů mého klienta. Přiznávám, že jsem to vůbec nečekala a o to více mě to potěšilo. V rodině pracuji už dva roky. Byla to pro mne nejlepší odměna a zároveň povzbuzení do další práce. Kromě SMS zprávy mě čekal ještě dobrý oběd, kytička a objetí. Někdo by možná řekl, že jsou to jen maličkosti, ale moc za tyto maličkosti děkuji. Budou pro mne posilou do další práce a doufám, že i díky nim „zůstanu co nejdéle“.

Svatba / Lenka Moravcová teď už Daňová

Danielka si nehrála na Bílou paní, ale byla družičkou na svatbě. Moc jí to slušelo a byla tou nejlepší družičkou, jakou jsem kdy měla!!!! 😊😊😊😊





A Lence to taky moc slušelo, že ...! (poz. redakce)

Konkurz na úsměv / Katka Kapicová



Tato akce se konala v centru Ostravy. Bylo pondělí a pro mě přišla Evča, protože jsme jely do Hrabyně na logopedii a na ergoterapii. Ještě k tomu jsme měly jít na angličtinu, jenže jsme měly smůlu (nevím jak Evče, ale mě to nevadilo), protože angličtina nebyla. Místo toho, jsme jely do Ostravy - centra, kde se konala soutěž „Konkurz na úsměv“. Ještě předtím jsme šly koupit děrovaný míček jako pomůcku k psaní. Blížily se moje narozeniny a Evča mi koupila krásnou růžovou svíčku ve tvaru lachtánka, která se mi hrozně líbila, a kterou jsem ještě nezapálila. Měly jsme všechno, co jsme potřebovaly a tak jsme šly na soutěž „Konkurz na úsměv“.



Mně se sice moc nechtělo, protože vím, jaký mám úsměv, ale nakonec jsem byla ráda. Bylo tam strašně moc lidí, tak jsme všichni dostali pořadové číslo a podle toho jsme věděli, kdo je na řadě. Nevím, jak dlouho jsme čekaly, ale díky zábavnému programu to rychle uteklo. Přišel náš čas, tak jsme šly do velkého stanu, kde to celé probíhalo. Byli tam fotografové, kteří nám fotili nejlepší úsměv. Jelikož na tom stanu zepředu měli obrazovku, tak to viděli všichni. Když jsme vyšly, tak jsem si oddychla, protože pro mě to byl šílený trapas. Přesto všechno, celá akce byla suprová.

O smíchu a úsměvu

*Smích většinou umí
závažné věci rozřešit lépe a rázněji
než velká přísnost.*

Q. F. Horatius



V Bráně se bavíme! / Lenka Kramná - dobrovolník Brány

Dne 7. října se v Bráně seznamovalo a bavilo. Tentokrát jsme s našimi dobrovolníky připravili zábavný program pro děti od 8 do 15 let. A jak tomu bývá pokaždé, i tohle byla naše premiéra. Jak všechno probíhalo?

Na začátku všechny děti, sourozence, rodiče i dobrovolníky přivítali dva "Pyžamáci", kteří nás doprovázeli celé odpoledne. Seznamovali jsme se prostřednictvím hry se sladkou odměnou. Následovala další bezvadná hra, u které jsme se i my "dospěláci" pořádně zasmáli. Soutěžilo se ve skupinkách v pantomimě, malování a vysvětlování pojmů - jedním slovem „Aktivity“.

Do Brány přišla i naše milá kamarádka Kačka, mimo jiné hráčka 1.ligy bocci, která všechny do hry zasvětila a pak si tuto hru, podobnou Petanqu, s námi také zahrála. A kdo vyhrál? No přece všichni! Odměnou nám byl sladký pohár z naší "minikavárničky", kde se mimochodem dělají ty nejlepší toasty na Kostelním náměstí. Před koncem celé akce přišla opět hra, kde soutěžil každý za sebe. Odměna byla jak jinak než sladká, ale té srandy kolem ... No schválně, zkuste si hodit na kostce šestku, obléct si honem čepici a šálu a sníst gumového medvídka na čokoládě. A to všechno musíte stihnout dřív než někdo další hodí šestku. Ale zase když šestky nepadají a nepadají, tak si dáte pěkně „do nosu“.



Odpoledne se nám všem moc líbilo. Jen jsme se divili, jak ten čas rychle utíká, když se člověk dobře baví. Už dnes se všichni moc těšíme na další akci, která se uskuteční již 4. listopadu. Srdečně zveme !!!

Tak jak se vám daří cvičit? A kdopak z vás cvičí raději - maminky, děti nebo tatínkové? To si můžete zodpovědět každý sám.

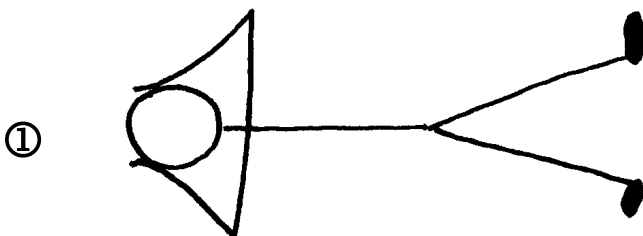
Popis cviku:

Tentokrát nás čeká cvičení na válci. Bude to opět poloha na čtyřech - viz obrázek. Cílem tohoto cviku je nácvik opory o HKK (pokud to je možné, snažíme se, aby se dítě opíralo o otevřenou dlaň) s přenášením váhy do stran. Velikost válce musí odpovídat velikosti dítěte a to tak, aby se dítě opíralo oběma koleny o podložku a tak, aby dosáhlo HKK rovněž na podložku. Připomínám, že na všech fotkách je Jurášek, který má DMO kvadruspastickou formu.

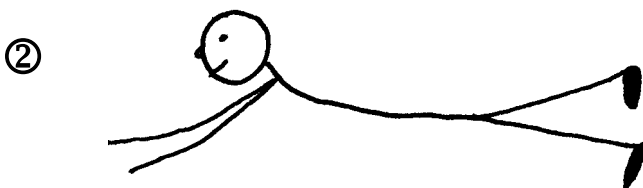


1. Sedíme na válci za dítětem. Svými nohama lehce přidržíme DKK dítěte tak, aby bérce a kolena ležely na podložce.
2. Dítě leží podélně na válci na bříšku. Hlavu má volně položenou na válci a ruce i nohy opřené o podložku.
3. Nejprve se můžeme zaměřit jen na jednu HK. Uvolníme dlaň a prsty tak, aby se dítě opřelo a zkusíme stimulaci extenze lokte. U více postižených dětí můžeme opět vyzkoušet vyztužené rukávky.
4. Pokud se nám podařila opora o jednu HK, zkusíme nastimulovat a připravit stejným způsobem druhou HK.
5. Když se dítě dokáže dostatečně opřít o obě HKK přidržíme svými rukama jeho ruce a mírným pohybem doleva a doprava pomaličku přenášíme váhu.
6. Přenášení váhy může dítě provázet pohybem hlavy a to tak, aby se vždy podívalo na tu stranu, kde se teď hlavně opírá (kde je přenesena váha).
7. Cvičení ukončíme velkou pochvalou dítěte.

Ať už maminky, tatínkové, asistenti nebo kdokoliv z nás děláme řadu činností v menším či větším předklonu. Břemena často taky zvedáme z předklonu a málo kdo z nás si nejprve dřepne než něco zvedne. Proto si dnes ukážeme jeden cvik ve třech fázích na vyrovnání naší páteře.



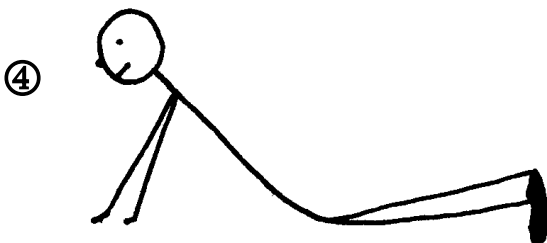
Začínáme v lehu na břicho, ruce máme pod čelem a několikrát se zhluboka nadechneme a vydechneme. Zkusíme cítit celou dechovou vlnu, kdy se nám páteř postupně zvedá a zase klesá (od hrudníku až po zadeček).



V lehu na břicho se opíráme o dlaně, HKK mírně natažené. Hlava a trup mírně zvednutý. Snažme se celkově uvolnit a zhluboka prodýchávat. Prohnutí cítíme spíše v horní části hrudní páteři. Pak si znovu leheme na břicho a prodýcháme. Viz obr.č.1



Další poloha a postup cviku je stejný jako předchozí, ale ruce posuneme víc k sobě a zvedneme se o kousek výš. Opět prodýcháváme a prohnutí cítíme v oblasti přechodu hrudní a bederní páteře. Následuje opět uvolnění na břicho.



Poslední cvik je v nejvyšší poloze. Zvedáme se co nejvýš, respektujeme však své možnosti (popř. bolest), ale nejvíce však tak, aby pánev ležela na podložce. Prohnutí je v bederní páteři. Při cvičení můžeme pociťovat mírnou bolest, která je docela příjemná, ale nesmí vystřelovat do nohou nebo jinam. Příklad: představte si, že nesete těžkou tašku, pak ji položíte a než rozevřete prsty a otevřete dlaň, trochu to bolí. Většinu dne děláme spoustu činností v předklonu, páteř je více ohnutá dopředu. Večer, když si zacvičíte tyto cviky, snažíte se ji vyrovnat. Proto to může, ale taky nemusí, mírně bolet.

Závěrem vám přeju hodně chuti do cvičení a zdravá záda.

Perníčky /Jan Zuchnický

Vánoce se kvapem blíží a příští číslo Výzvy vyjde až v novém roce. Proto uvádíme již dnes dva recepty na vánoční perníčky:

Perníčky I.

600 g hladké mouky,
200 g práškového cukru,
150 g teplého medu,
1 vanilkový cukr,

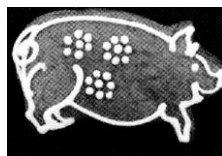


1 lžička jedlé sody nebo 1/2 balíčku prášku do pečiva,
125 g hery, 1 lžička skořice, 1/2 lžičky mletého anýzu,
1/2 tlučeného hřebíčku, 5ks nového koření (rozemlít),
2 celá vejce, žloutek se 3 lžícemi teplé vody na potřetí

Ze všech uvedených surovin vypracujeme těsto a necháme je 24 hodin odležet. Pak vyválíme placku a formičkami vykrajujeme perníčky. Před pečením je potíráme žloutkem rozšlehaným se třemi lžícemi teplé vody. Perníčky se musí nechat asi týden „odležet“, pak jsou výborné.

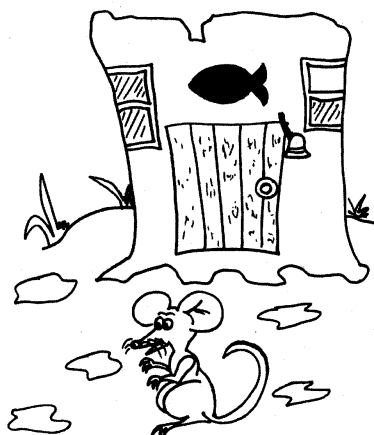
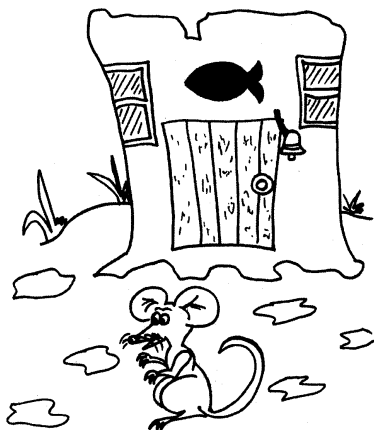
Perníčky II.

300 g hladké mouky,
150 g práškového cukru,
110 g másla, 1 celé vejce, 2 lžice medu,
trochu kakaa, mletý hřebíček, na špičku nože badyánu,
trochu mleté skořice, 1 lžička jedlé sody,
marmeláda, čokoládová poleva

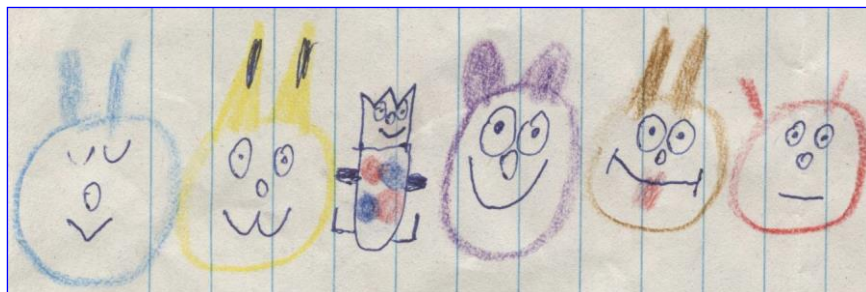
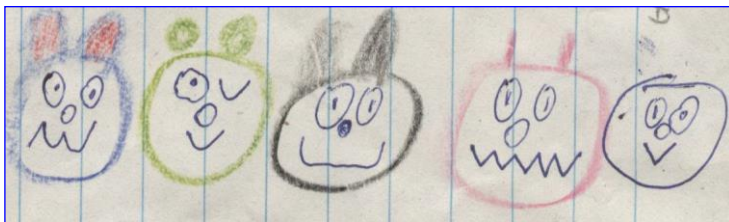


Hladkou mouku s práškovým cukrem prosijeme, přidáme ostatní suroviny a na vále z nich vypracujeme těsto. Pak vál pomůžeme trochou hladké mouky, těsto vyválíme a formičkami vykrajujeme perníčky. Před pečením nepotíráme vajíčkem!!! Po upečení můžeme slepovat k sobě marmeládou. Perníčky jsou hned měkké a výborné.

Porovnej obrázky a najdi 5 rozdílů.



Smáči - pro „Výzvu“ nakreslil Jan Kliment. Moc Honzíkovi děkujeme!



Program klubu Brána na listopad a prosinec:

Klub pro děti od 8 do 15 let, pro jejich kamarády, sourozence, rodiče .. bez omezení věku)

- 4. listopadu: Zpívánky a muzikoterapie
- 2. prosince: Múza - malování je pro každého!
- 16. prosince: Předvánoční setkání

Klub pro mladé lidi od 15 do 30 let, pro jejich přátele a příznice

- 18. listopadu: Múza - činnost s textilem, lepidlem a barvami
- 16. prosince: Předvánoční setkání

*Nabízíme osobní asistenci při cestování MHD do klubu i z klubu!
Najdete nás v centru Ostravy na Kostelním náměstí (poblíž Masarykova nám.), boční vchod budovy Biskupství ostravsko-opavského*

Kontakt: Centrum pro rodinu a sociální péči, Kostelní nám. 1, mobil 777 604 263

Boccia

Boccia je speciální sport pro vozíčkáře, kteří dokáží udržet v ruce míček, zamířit ho a vyhodit. Ve hře figurují 2 barvy, každý hráč má svou barvu se šesti míčky. Postupně je hází tak, aby míček byl hozen co nejbližší bílému jacku, který je vhozen jako první.

Trénujeme od 13.0 do 15.0 hodin v Centru volného času, který sídlí na Vietnamské ulici v Porubě. Tramvají se zde dostanete ze zastávky „Třebovická“ a odtud rovněž kolmou ulicí k tramvajový kolejm.

Termíny: 2. 11., 16.11., 23. 11., 7. 12., 21. 12. 2004

Centrum pro rodinu a sociální péči v Ostravě
projekt „**VÝZVA**“ - podpora rodin s dětmi s postižením



poskytuje novou službu

RESPIT

**ÚLEVOVÁ OSOBNÍ ASISTENCE
PRO DĚTI S TĚŽKÝM POSTIŽENÍM**

**nabízíme osobní asistenty pro hlídání dětí
s postižením dle potřeb rodiny**

cena za 1 hodinu je nyní 20,- Kč

V případě zájmu volejte kontaktním osobám Respitu:

Kateřina Makyčová tel.č.: 775 244 249

Andrea Bogarová tel.č.: 777 160 582

Nebo se můžete přijít osobně informovat každou středu od 15.30 do 16.30 hodin do kanceláře Centra pro rodinu a sociální péči v budově Biskupství ostravsko-opavského (3.patro) Kostelní nám. 1, 728 02, Ostrava (tel. č.: 596 116 522/ klapka 232)

činnost projektu VÝZVA v letech 2002 - 2003 finančně podpořily :

Ministerstvo práce a sociálních věcí

Moravskoslezský kraj

Statutární město Ostrava

Biskupství ostravsko-opavské

Nadace Eurotel

Úřady práce

NROS/ČT, sbírka „Pomozte dětem!“

PHARMOS

Q-ELEKTRIK

Nadace Dětský mozek

Obec Paskov

Úřad městského obvodu Ostrava-Jih

Nadace prof. Vejdovského

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

..... *místo pro Vás a Vaši firmu !!!*



Výzva - zpravodaj projektu Výzva, který realizuje Centrum pro rodinu a sociální péči v Ostravě, určený pro vnitřní potřebu pracovníků projektu. Jazyková úprava Veronika Lindovská. Nevyžádané příspěvky se nevracejí. Texty mohou být redakčně kráceny a upraveny. Názor redakce se nemusí ztotožňovat s obsahem článků.

Kontaktní adresa redakce: Jan Zuchnický, Lubojaty 57, Bílovec 5, 742 92
tel.: 556403253 mobil: 723958368 e-mail: jzuchnický@seznam.cz

vyšlo 1.11.2004

uzávěrka příštího čísla 15. 12.

kontakty na nás



Centrum pro rodinu a sociální péči
Kostelní nám. 1, Ostrava 1, PSČ 728 02
tel : 596 116 522 - linka 232
fax: 596 114 819

e-mail: cpr@doo.cz, <http://cpr.doo.cz>

IČO: 48804517

Bankovní spojení: KB Ostrava,

č.ú.: 27-2497860207/0100 specifický symbol 111

realizátoři projektu

Lenka a Milan Svojanovští

Sedliště 378, PSČ 739 36

tel : 558 658 412

mobil: 777 100 327

e-mail: cprvyzva@doo.cz



