

PLÁNOVANÉ AKTIVITY

BŘEZEN 2025

8. března



Sociální pracovnice:

Sídlo: Nám. Přerovského povstání 1, 750 02 Přerov

Bc. Markéta Malá: 777 929 215

Bc. Marcela Mertová: 777 929 216

Provozovna: Wurmova 7a, Přerov

E-mail: info.dusevnizdravi@gmail.com

Web: www.dusevnizdravi.com



Sledujte také naši facebook stránku – **Duševní zdraví o.p.s**

PÁTEK 7. 3. a PÁTEK 14. 3. 2025 – návštěva plaveckého areálu Přerov

- **Sraz:** sraz vždy v 13:50 před plaveckým areálem (hlavní vchod)
- **Kde se hlásit:** v kanceláři sociálních pracovníků do 6.3. a 13.3.
- **Příspěvek na vstupné 50,-Kč**
- **Těší se:** Jana Hřebávková



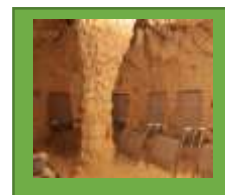
STŘEDA 5. 3. 2025 kino Hvězda film „ Tichá pošta“

- **Sraz: 17:45** před kinem
- **Kde se hlásit:** v kanceláři sociálních pracovníků do 4 3. 2025
- **Info:** Dobrodružný rodinný film se odehrává v zimě v zasněžených Krkonoších na sklonku německé okupace. Vypráví skutečný příběh o odvaze malých i velkých hrdinů.
- **příspěvek na vstupné 80,- Kč**
- **Těší se:** Markéta Malá



ÚTERÝ 11. 3. a ČTVRTEK 27. 3. 2025 – návštěva solné jeskyně

- **Sraz:** v 14:30 před poliklinikou MENS, 14:50 před relax. centrem Adam.
- **Kde se hlásit:** v kanceláři sociálních pracovníků do 10.3. a 26.3.
- **Info:** Není vhodné v případě hyperfunkce štítné žlázy, nádorových onemocnění, akutní záněty, tuberkulóza
- **příspěvek na vstup: 50,-Kč**
- **maximální počet 9 klientů**
- **Těší se:** Marcela Mertová



ÚTERÝ 18. 3. 2025 – Bowling – BowlingBar u Zubra

- **Sraz:** v 14:00 hod. před budovou MENS - 14:15 U Zubra
- **Kde se hlásit:** v kanceláři sociálních pracovníků do 17. 3. 2025
- **Info:** maximální počet 12 klientů
- **Příspěvek na vstup: 70 Kč**
- **Těší se:** Marcela Mertová



ÚTERÝ 25. 3. 2025 - Badminton Aréna

- **Sraz:** před poliklinikou MENS v 14:30, nebo 14:45 před Badminton Arénou.
- **Kde se hlásit:** v kanceláři sociálních pracovníků do 24. 3. 2025
- **Info:** Pojdte se protáhnout a zahrát si badminton.
- **maximální počet: 8 klientů**
- **Příspěvek na vstup: 85,- Kč**
- **Těší se:** Markéta Malá



STŘEDA 26. 3. 2025 – procházka za medvědí česnekem

- **Sraz:** v 14:00 hod. před budovou polikliniky MENS
- **Kde se hlásit:** v kanceláři sociálních pracovníků do 25. 3. 2025
- **Info:** procházka po cyklostezce ke Kozlovicím spojená se sběrem medvědího česneku. Můžeme se zastavit na malé občerstvení.
- **Těší se:** Marcela Mertová



AKADEMIE VĚDOMOSTÍ, INFORMACÍ A POZNATKŮ

místo konání: Psychosociální centrum, společenská místnost 3 patro, vždy od 15:00 hodin
přednášky pro přihlášené klienty:

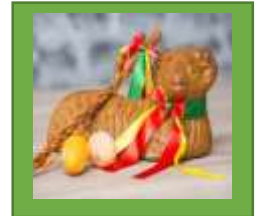
3. 3. 2025 OSOBNÍ ROZVOJ

17. 3. 2025 GERONTOPSYCHIATRIE

31. 3. 2025 TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

Pečení velikonočního cukroví

- **Info:** Kdo má zájem společně péct na Velikonoce?
- **Kde se hlásit:** v kanceláři sociálních pracovníků do **31. 3. 2025**
- **záloha na potraviny 130,- Kč**
- **Termíny pečení: 9. 4. a 17. 4. 2025**
- Je třeba přijít na oba dny pečení. Začínáme vždy v 12:00
- Počet míst je omezený – max. 8 klientů
- **Těší se:** Marcela Mertová



PRAVIDELNÉ AKTIVITY

PING PONG – ŠÍPKY:	každé pondělí - 12.45 – 13.45 hod. (vede Markéta Malá)
KONDIČNÍ CVIČENÍ:	každé pondělí - 14.00 – 15.30 hod. (vede Markéta Malá)
KERAMIKA:	každé úterý - 14.00 – 17.00 hod. (vede Andrea Nedbalová)
RUČNÍ PRÁCE:	každou středu - 14.00 – 17.00 hod. (vede Ivana Milo a Barbora Plchotová)
VÝTVARNÁ DÍLNA:	každý čtvrtek - 14.00 – 16.00 hod. (vede Hanka Košutová)
KURZ VAŘENÍ:	každý pátek – 12.00 – 15.00 hod. (vede Marcela Mertová)

Prosíme naše klienty, aby se na docházce do aktivit výtvarná dílna a vaření předem s vedoucí aktivity domluvili. Aktivita je limitovaná počtem osob.

KAVÁRNA: OTEVŘENA V SKLEPNÍCH PROSTORÁCH



- Čtvrtek: **15:30 – 17:30**
- Pátek: **14:30 – 16:30**

Těší se na Vás Jana Jandová

KLUBOVNA: OTEVŘENA: od pondělí do pátku 8:00 – 17:00



mimo provoz kavárny
v sklepních prostorách se můžete setkávat, zahrát si ping pong, uvařit si vlastní kávu
klíče od klubovny jsou k dispozici na vrátnici



Od ledna 2015 poskytujeme sociální službu sociální rehabilitace i v terénní formě - tedy v domácím prostředí klienta (návštěvy v bytě, doprovody na úřady apod.). Terénní služba je určena pro lidi s chronickým duševním onemocněním, kteří jsou v situaci, kdy nejsou schopni (nebo jsou schopni jen částečně) docházet za službou do prostor organizace. Terénní služba má člověku pomoci, aby mohl do budoucna využívat službu v ambulantní formě nebo aby mohl žít samostatný život bez potřeby dopomoci druhých. Bližší informace Vám rádi zodpoví sociální pracovníci.

Kancelář terénních sociálních pracovníků: Wurmova 7a, Přerov

Telefonický kontakt na sociální pracovníky pro terénní formu služby:

Mgr. Veronika Slaninová	773 381 583
Bc. Zuzana Štolcová	777 929 291
Bc. Daniela Malinová	730 179 214
Bc. Kolaříková Jana	777 929 203
Mgr. Ivana Milo	771 192 929
Lenka Hlaváčová DiS.	739 892 802
Mgr. Ivana Koudelová	730 179 213

Jsme tu pro Vás Wurmova 7a Přerov		
	AMBULANTNÍ služba	TERÉNNÍ služba
Pondělí	8 – 16 hod	7:30 – 16 hod
Úterý	8 – 16 hod	7:30 – 16 hod
Středa	8 – 16 hod	7:30 – 16 hod
Čtvrtek	8 – 17 hod	7:30 – 16 hod
Pátek	8 – 15 hod	7:30 – 16 hod