

# *Mimořádný informátor*

---

*leden 2012*

**Vydala:**

**Oblastní odbočka SONS ČR Ostrava  
Sadová 5, 702 00 Moravská Ostrava**

**tel.: 596 783 083; 776 305 022**

**ostrava-odbočka@sons.cz**

**www.sons-ostrava.cz**



## **Obsah:**

<b>Připravované akce .....</b>	<b>3</b>
<b>Pravidelné akce.....</b>	<b>9</b>
<b>Kontaktní údaje.....</b>	<b>10</b>
<b>Podporuje nás.....</b>	<b>11</b>

**Zde Vám představujeme předběžný plán akcí a besed OO SONS Ostrava na první pololetí roku 2012. Toto období je velmi dlouhé, a proto si vyhrazujeme možnost případných změn, o kterých budete samozřejmě včas informováni.**

**Doufáme, že Vás nabídka našich akcí zaujme a rádi se zúčastníte. Zároveň bychom byli rádi za Vaše případné návrhy, připomínky, nápady a podněty.**

# PŘIPRAVOVANÉ AKCE

## **1. BESEDY A PŘEDNÁŠKY PRO ROK 2012**

### **LEDEN - Přednáška s duchovním**

Ve středu 4. ledna 2012 v 15:30h v klubovně Domu služeb pro nevidomé na Sadové ulici si nenechte ujít tradiční tříkrálovské posezení s duchovním představitelem, tentokrát s otcem Pinkem z církve Adventistů sedmého dne. Srdečně Vás zveme! (pořádá SONS)

### **ÚNOR – Beseda o cestě po Americe**

Ve středu 15. února 2012 v 15:30h se uskuteční v prostorách klubovny TyfloCentra beseda manželů Haškových, kteří jsou známí svým poutavým vyprávěním, o jejich zajímavé cestě po americkém kontinentu. (Pořádá SONS a TyfloCentrum)

### **BŘEZEN – Přednáška na aktuální sociální témata**

Ve středu dne 21. března 2012 v 15:30h v klubovně TyfloCentra se blíže seznámíme s novinkami a legislativními změnami, které se týkají zdravotně postižených, zejména nevidomých. Nenechte si tuto přednášku ujít. Těšíme se na Vás. (Pořádá TyfloCentrum)

## **DUBEN** – beseda o putování po Římě a Itálii

**Ve středu 18. dubna 2012 v 15:30h se uskuteční v prostorách klubovny TyfloCentra beseda pana Jiřího Děrgela o jeho zajímavé cestě po Římě a dalších místech Itálie. S obrazovým doprovodem, aby si i naši průvodci přišli na své. (Pořádá SONS)**

## **KVĚTEN** – zelená přednáška

**Ve středu 16. května 2012 v 15:30h v klubovně Domu služeb pro nevidomé pořádáme přednášku na ekologické téma. Na toto téma nám bude přednášet odborník z odboru životního prostředí magistrátu města Ostravy. Srdečně zveme všechny, kteří mají zájem o to, v jakém prostředí žijeme. (pořádá TyfloCentrum)**

## **ČERVEN** – přednáška o architektuře Ostravska

**Ve středu 20. června 2012 v 15:30h se v prostorách klubovny Domu služeb pro nevidomé uskuteční přednáška o architektuře města Ostravy a jejích plánech do budoucna. Máte-li zájem dovědět se o plánech rozvoje našeho města, neváhejte a přijďte! (pořádá TyfloCentrum)**

**Vzhledem k dlouhodobosti plánu si vyhrazujeme změny v programu.**

## **2. DALŠÍ AKCE POŘÁDANÉ SONS OSTRAVA v r. 2012**

### **LEDEN :**

**Memorial J. M. Kikty - v sobotu 14. ledna proběhne v prostorách Domu služeb pro nevidomé již xy ročník celorepublikového turnaje ve zvukové střelbě. Organizuje Martin Adámek ve spolupráci se OO SONS Ostrava, TyfloCentrem a TJ Baníkem Ostrava.**

**Solná jeskyně - v pondělí 16. ledna 2012 od 10:00h proběhne relaxační a ozdravná kúra v Solné jeskyni Alafia na Sokolské třídě. Přednost mají ti, na které se nedostalo na podzim. Kapacita je 9 míst. Je nutné se nahlásit alespoň jeden týden dopředu u Mgr. Vojvodíkové.**

### **ÚNOR:**

**Kuželky - pro ty, kteří mají rádi dobrou zábavu a nebojí se rozhýbat své tělo při tomto nenáročném avšak zajímavém sportu a pro ty, co jsou soutěživí jsme opět zajistili kuželkářské dráhy na čtvrtek 23. února od 13:00 do 14:00 v Zábavním centru Zuzana v Ostravě – Porubě.**

**Kapacita jedné dráhy je 8 osob, objednány jsou dráhy dvě (na 60 minut) a hrazeny jsou z prostředků OO SONS Ostrava. Kdo si chce zahrát, zasoutěžit a**

**dobře se pobavit, neváhejte a zúčastněte se! Je nutné se alespoň týden dopředu nahlásit u Mgr. Vojvodíkové. Kapacitně omezeno!**

**V rámci zkvalitnění a rozšiřování služeb pro zrakově postižené přicházíme s nabídkou setkávání držitelů vodicích psů. Rádi bychom Vám umožnili setkávání s dalšími držiteli vodicích psů, procvičování poslušnosti i frekvence, besedy na různá témata týkající se psů a řešení toho, co budete potřebovat.**

**!!! Klub vodicích psů !!! – je tedy určen pro držitele vodicích psů, kteří mají zájem nejen o informace týkající se problematiky vodicích pejsků, ale také pro aktivní „pejskaře“, kteří chtějí se svými chlupatými miláčky zažít smysluplnou zábavu. Klub bude probíhat pod vedením Mgr. Pavly Čichoňové.**

### **BŘEZEN:**

**Návštěva ostravského muzea – v úterý 6. března v 10:00h plánujeme navštívit stále expozice ostravského muzea. Prohlédnout si zde můžeme uměleckohistorické sbírky, řemeslnou výrobu, sbírku zbraní a dovíme se také něco o historii našeho města.**

### **DUBEN:**

**Výroční členské shromáždění – v sobotu 14. dubna 2012 od 14:00h se koná výroční členské shromáždění – místo konání bude upřesněno. Získáte přehled o**

**práci a hospodaření naší oblastní odbočky SONS.  
Srdečně Vás všechny zveme!**

**Solná jeskyně – v pondělí 23. dubna 2012 od 9:00h  
v solné jeskyni Alafia na Sokolské třídě proběhne  
další relaxační a ozdravná kúra. Kapacita jeskyně je  
9 osob, proto se včas nahlaste Mgr. Vojvodíkové.**

### **KVĚTEN:**

**Dny umění nevidomých na Moravě – konat se budou  
jako každý rok v městské knihovně. Těšit se můžeme  
na koncerty a výstavu nevidomých umělců.**

**Rekondice – mezi dny 19. – 26. května 2012  
chystáme opět rekondiční pobyt, a to na Horní Bečvě  
v hotelu Kahan. Zaměřená bude na posílení  
fyzického i psychického zdraví. Můžete se těšit na  
krytý bazén, perličkové koupele, masáže, návštěvu  
solné jeskyně a procházky krásnou přírodou. Přesný  
program i cena zájezdu bude včas upřesněna.**

### **ČERVEN:**

**Hipoterapie – v úterý 5. června 2012 v 10:00h na  
Dětském ranči Hlučín pořádáme další ozdravné  
projížďky na koních, které mají mimořádně dobrý  
vliv na tělesné zdraví i kondici. Hipoterapie je  
léčebná metoda, která působí na klienta  
prostřednictvím pohybových impulzů, vznikajících**

**při koňské chůzi. Nejen, že to pomáhá, ale navíc není nic krásnějšího, než pohled na svět ze hřbetu koně! Sraz je v 9:00h na Muglinovské u autobusu č. 34. Je nutno se alespoň týden předem nahlásit u Mgr. Vojvodíkové.**

**Vítání léta – v pátek 22. června ve 14:00h v zahradě Domu služeb pro nevidomé se uskuteční tradiční Vítání léta spojené s grilováním. Těšíme se na Vás.**

## **DALŠÍ INFORMACE**

**Krajský úřad Moravskoslezského kraje daroval OO SONS Ostrava soubor hmatových map Moravskoslezského kraje pro nevidomé a slabozraké z dílny manželů Fuxových. Moravskoslezský kraj je druhým krajem v republice, vedle kraje Středočeského, který nechal vytvořit a zafinancoval tento unikátní projekt. Za tento dar bychom touto formou velmi rádi poděkovali.**



# **PRAVIDELNÉ AKCE OO SONS ČR** **OSTRAVA**

**Pondělí:** vyhrazeno pro odborné poradenství klientům

**Úterý:** relaxační cvičení od 15:30 do 16:30 – Fond ohrožených dětí

**Středa:** Klub žen a masáže od 15:00 do 18:00 v klubovně TyfloCentra

**Čtvrtek:** vyhrazeno pro odborné poradenství klientům

**Pátek:** vyhrazeno zejména pro osvětové přednášky na školách a pro individuální činnosti s klienty, jednorázové akce atp.

**Je možné také využít individuálního cvičení na posilovacích strojích (ortoped, orbitrek, gymnastický míč), a to dle osobních potřeb a časových možností klienta v prostorách Domu služeb pro nevidomé a slabozraké na ulici Sadová 5.**

**!!! Považuji za důležité upozornit, že v případě akce konané ve středu mimo budovu Domu služeb pro nevidomé a slabozraké se Klub žen v klubovně nekoná. Masáže však po domluvě ano !!!**

# **KONTAKTNÍ ÚDAJE**

**DŮM SLUŽEB PRO NEVIDOMÉ A SLABOZRAKÉ**  
**Sadová 1577/5, 702 00 Moravská Ostrava**

**Oblastní odbočka SONS ČR Ostrava**

**tel.: 596 783 083**

**mobil: 776 305 022**

**kontaktní osoba: Mgr Šárka Vojvodíková**

## **Pracovní doba ambulantní formy poskytování služeb**

### *Odborné sociální poradenství:*

**pondělí: 8:00 – 12:00, na objednání 12:30 – 16:30**

**středa: 8:00 – 10:30**

**čtvrtek: 8:00 – 12:00 na objednání a 12:30 - 18:00**

### *Sociálně aktivizační služby:*

**úterý: 8:00 – 12:00 a 12:30 – 16:30**

**středa: 10:30 – 12:00 a 12:30 – 18:00**

**pátek: 8:00 – 11:30 a 12:00 – 13:30**

**Provozujeme též půjčovnu pomůcek. Jejich seznam a podmínky zapůjčení naleznete u Mgr. Vojvodíkové.**

# **PODPORUJE NÁS**

**Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR**



**Statutární město Ostrava – Magistrát města Ostravy**

**OSTRAVA!!!**

**SONS ČR**



**Moravskoslezský kraj - Krajský úřad**

**Mimořádný informátor leden 2012 vypracovala Mgr. Šárka Vojvodíková, sociální pracovnice OO SONS Ostrava.**