

Pravidelný klubový program

Na aktivity označené hvězdičkou* je možno vstoupit pouze do pěti minut po začátku programu.

Pondělí 10 – 17 h klub – kavárna
13 – 14 h **CVIČENÍ (jóga) ***

Úterý 10 – 17 h klub – kavárna
11:30 – 14 h **DÁMSKÝ KLUB** s Blankou V.
16 – 17 h **BYSTRÁ MYSL** s Martinou/Darinou
(zábavné hry na paměť a pozornost)

Středa 13 – 20 h klub – kavárna
14 – 15 h **MALOVÁNÍ***
18:30 – 19:30 h **ANGLIČTINA pro začátečníky ***
s dobrovolníkem Martinem
18 – 19 h **JÓGA V PARKU PORTHEIMKA**
19:30 – 20:30 h **BĚHÁNÍ**

Čtvrtek 10 – 17 h klub – kavárna
16 – 17 h **LETNÍ ANGLICKÁ KONVERZACE**

Pátek 10 – 17 h klub – kavárna
12:30 – 14 h **TVOŘIVÝ KROUŽEK ***
15 – 16 h **HUDEBNÍ KLUB**

denně KLUB HLEDÁM PRÁCI
V rámci klubu Hledám práci můžete využívat zdarma počítač a telefon k vyhledávání zaměstnání (více info v kanceláři).

ZMĚNY V PROGRAMU

5. - 6. 7. ZAVŘENO (státní svátky)

7. 7. ZAVŘENO (provozní důvody)

V červenci a srpnu nebude probíhat fotbal a úterní angličtina pro začátečníky. Místo toho jsme pro vás připravili letní aktivity a to:

Bystrá mysl – úterý 16 – 17 h

Jóga v parku Porthheimka – středa 18 – 19 h

Běhání pro začátečníky – středy 19.30 – 20.15 h

Anglická konverzace – čtvrtek 16 – 17 h

Na co se můžete těšit v červenci ?

STŘEDEČNÍ VEČERY

12. 7. **Mezi sebou** od 17 h

19. 7. **Tvořivý workshop: Kuličky z křišťálové pryskyřice** od 17h

VAŘENÍ

(středa 10:00 – 13:00)

*Vaření probíhá pouze v případě, že se přihlásí alespoň 2 lidé.
Příchozí po 10:15 už nebudou vpuštěni.*

12. 7. **Celerové lasagne**

19. 7. **Sladké kaše**

MIMOŘÁDNÉ AKCE

11. 7. **Hudební relaxace - Tóny zdraví** 14 – 15:30 h
s Natálií Kolářovou

18. 7. **Piknik na Vyšehradě** - Dům u Libuše se přesouvá na Vyšehrad do parku, který je nedaleko kostela Petra a Pavla. Společný odchod z Domu u Libuše bude v 10 h. Přijít můžete i sami, cesta bude vyznačena šipkami na chodníku. (V případě špatného počasí se akce nekoná a bude otevřen klub.)

25. 7. **Rozlučka s Marikou Glaserovou** – během celého dne se budete moci s Marikou rozloučit

Promítání fotek z květnového pobytu od 15 h

VÝSTAVY V LIBUŠI

3. 5. - 14. 7. **Výstava „ROZMANITĚ – pohled do ateliéru v Modrých dveřích“**

17. 7. - 31. 8. **Obrazy Marie Weberové**

SPORTOVNÍ LÉTO

Pondělí 13 – 14 h Jóga na zahradě

Středa 18 – 19 h Jóga v parku Porthheimka

Společný odchod z Libuše v 17:30 nebo sraz v 17:45 h na tramvajové zastávce Zborovská. Vezměte si pohodlné oblečení a jógamatku (možno zapůjčit v Domě u Libuše).

19:30 – 20:15 Běhání podél Vltavy pro začátečníky

Společný odchod z Libuše v 19:15 h nebo sraz v 19:30 na tram. zastávce Přístaviště. S sebou pohodlné oblečení a sportovní obuv.

Společně někam jinam

V této sekci najdete akce, které pomáhají zajišťovat pracovníci Domu u Libuše, obvykle tím, že zajistí vstupenky, zjistí podrobnosti o akci či možnost slevy atp. Na tyto akce nezajišťujeme doprovod. Pokud budete mít vy sami tip na nějakou akci, může se zde také objevit

... do kina

Díky spolupráci s kiny Aero, Světozor, Bio Oko a Lucerna je možné navštěvovat seniorská představení. Pro klienty Fokusu je domluveno zlevněné vstupné. Průkazky opravňující ke vstupu na tato představení si zájemci mohou vyzvednout v kanceláři Domu u Libuše.

Kino Aero

4. 7. 10:00 **Zabijáci z maloměsta** (s titulky)

6. 7. 13:30 **Smrtihlav** (s titulky)

11. 7. 10:00 **Polina** (s titulky)

13. 7. 13:30 **Z Paříže do Paříže** (s titulky)

18. 7. 10:00 **Dvojitý milence** (s titulky)

20. 7. 13:30 **Svět podle Daliborka** (český dokument)

27. 7. 13:30 **Pěkně blbě** (s titulky)

Bio Oko

3. 7. 13:00 **Bába z ledu** (český film)

6. 7. 10:00 **Z Paříže do Paříže** (s titulky)

10. 7. 13:00 **Na mléčné dráze** (s titulky)

Kino Světozor

3. 7. 13:00 **Polina** (s titulky)

5. 7. 13:00 **Zabijáci z maloměsta** (s titulky)

7. 7. 13:00 **Z Paříže do Paříže** (s titulky)

10. 7. 13:00 **Smrtihlav** (s titulky)

12. 7. 13:00 **Sibiřský deník** (s titulky)

14. 7. 13:00 **Naprostí cizinci** (s titulky)

17. 7. 13:00 **Zahradnictví: Rodinný přítel** (český film)

19. 7. 13:00 **Klient** (s titulky)

21. 7. 13:00 **Pěkně blbě** (s titulky)

24. 7. 13:00 **Smrtihlav** (s titulky)

26. 7. 13:00 **Dvojitý milence** (s titulky)

28. 7. 13:00 **Život za život** (s titulky)

31. 7. 13:00 **Pěkně blbě** (s titulky)

Dům u Libuše je otevřené klubové zařízení nevládní neziskové organizace Fokus Praha, která se věnuje péči o lidi s duševním onemocněním.

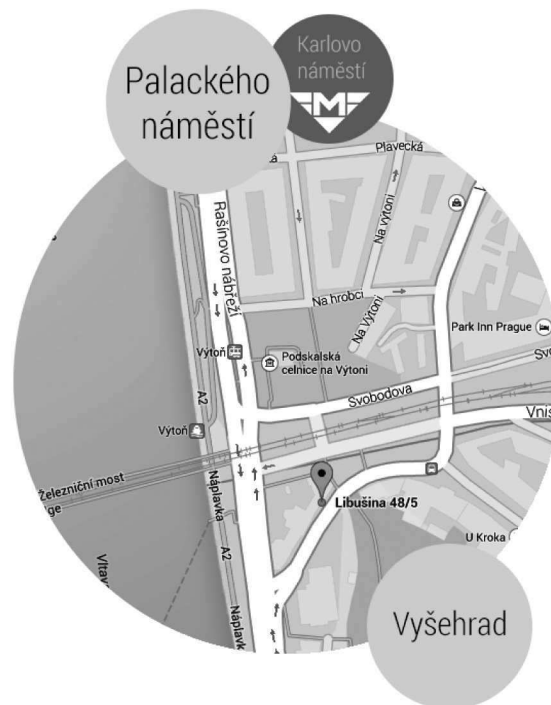
Dům u Libuše poskytuje volnočasové programy pro lidi s duševní nemocí. Programová náplň je sestavena podle specifických individuálních potřeb uživatelů. Dům u Libuše umožňuje příjemně vyplnit den, navazovat mezilidské vztahy a získávat nové dovednosti.

Dům u Libuše je otevřen denně, programy jsou bezplatné a dobrovolné. K dispozici je tým terapeutů pro individuální konzultace. Služby klubu jsou provázány s ostatními službami a aktivitami Fokusu Praha. Spolupracujeme také s jinými spřízněnými organizacemi, státními institucemi, samosprávou, společensko-kulturními organizacemi a sdruženími, dobrovolníky i jednotlivci.

Dům u Libuše je otevřený prostor pro Vaši kreativitu. Pokud malujete, píšete, hraje na hudební nástroj nebo se realizujete v jiných oblastech, můžeme Vám zde uspořádat výstavu, autorské čtení, koncert nebo jinou kulturní akci.

Dům u Libuše nabízí možnost:

- hrát společenské hry
- klábosit u čaje nebo kafe
- svěřit se se svými radostmi či starostmi
- poslouchat muziku z CD nebo z rádia
- pustit si DVD
- číst časopisy
- využít počítač a internet
- kreslit si a malovat
- půjčit si knížku
- občerstvit se
- ohřát si jídlo nebo si uvařit
- odpočinout si
- osprchovat se, oholit se, ostříhat se a vyprat si



DŮM U LIBUŠE

Libuše 5, Praha 2

tel.: 224 920 858

774 804 921 Martina Kárová, vedoucí týmu

608 454 442 Darina Deáková

777 080 310 Marika Glaserová

775 638 005 Daniel Šebek

e-mail: dumulibuse@fokus-praha.cz

www.fokus-praha.cz



Centrum
Podskalí

Centrum denních aktivit DŮM U LIBUŠE

Program klubu ČERVENEC 2017

Provozní doba:

Pondělí 10 – 17 hod

Úterý 10 – 17 hod

Středa 13 – 20 hod

Čtvrtek 10 – 17 hod

Pátek 10 – 17 hod

Nepravidelně, podle měsíčního programu:

Sobota výlety