

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

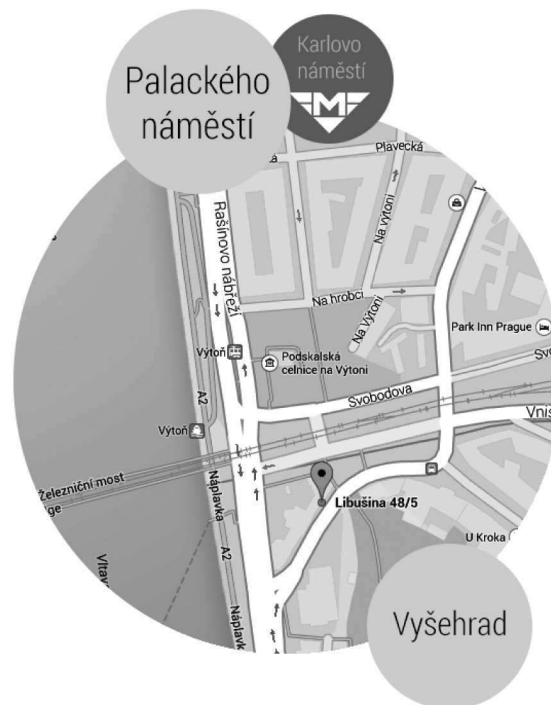
**Dům u Libuše** poskytuje volnočasové programy pro lidi s duševní nemocí. Programová náplň je sestavena podle specifických individuálních potřeb uživatelů. Dům u Libuše umožňuje příjemně vyplnit den, navazovat mezilidské vztahy a získávat nové dovednosti.

**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

775 638 005 Daniel Šebek

e-mail: [dumulibuse@fokus-praha.cz](mailto:dumulibuse@fokus-praha.cz)

[www.fokus-praha.cz](http://www.fokus-praha.cz)



**Centrum  
Podskalí**

## Centrum denních aktivit **DŮM U LIBUŠE**

### **Program klubu SRPEN 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

## 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) \*** s Darinou  
15 – 16 h **ZÁKLADY ŠPANĚLŠTINY A ŠPANĚLSKÉ KULTURY** s Darinou
- 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

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

**Španělština – pondělí 15 – 16 h**

**Bystrá mysl – úterý 16 – 17 h**

**Jóga v parku Porthheimka – středa 18 – 19 h**

**Běhání pro začátečníky – středa 19:30 – 20:15 h**

**Anglická konverzace – čtvrtek 16 – 17 h (nebude**

**10. 8.)**

## Na co se můžete těšit v srpnu ?

### STŘEDEČNÍ VEČERY

2. 8. **Mezi sebou** od 17 h  
9. 8. **Tvořivý workshop s dobrovolnicí Veronikou:**  
Papírové korále od 17h  
16. 8. **Hudební relaxace - Tóny zdraví** s Natálií Kolářovou od 17 h  
23. 8. **Turnaj ve stolním fotbale**, od 15 h  
30. 8. **Tvořivý workshop s dobrovolnicí Veronikou:**  
Šperky z kancelářských sponek od 17 h

### MIMOŘÁDNÉ AKCE

15. 8. **Piknik na Vyšehradě**, Dům u Libuše se přesouvá na Vyšehrad do parku, který je nedaleko kostela sv. 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.)  
17. 8. **Šachový miniturnaj, 14:00 – 17:00 h**, na turnaj je potřeba se dopředu přihlásit – osobně, mailem či telefonicky v kanceláři

### VÝSTAVY V LIBUŠI

31. 7. - 31. 8. **Výstava obrazů Marie Weberové**

### SPORTOVNÍ LÉTO

17. 8. **Cyklovýlet**  
Celodenní výlet na kolech podél Vltavy (do 25 km). Sraz v 10 h v Domě u Libuše. Kola zajistíme. Na výlet je potřeba se přihlásit v kanceláři.

**Pravidelně:**

**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 karimatku (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

1. 8. 10:00 **Druhá strana naděje** (s titulky)  
3. 8. 13:30 **Naprostí cizinci** (s titulky)  
8. 8. 10:00 **Vážený občan** (s titulky)  
10. 8. 13:30 **Oklamaný** (s titulky)  
15. 8. 10:00 **Pěkně blbě** (s titulky)  
17. 8. 13:30 **Španělská královna** (s titulky)  
22. 8. 10:00 **Dunkerkerk** (s titulky)  
24. 8. 13:30 **Svět podle Daliborka** (český dokument)  
29. 8. 10:00 **Oklamaný** (s titulky)  
31. 8. 13:30 **Druhá strana naděje** (s titulky)

### Bio Oko

3. 8. 10:00 **Dvojitý milenec** (s titulky)  
7. 8. 13:00 **Pěkně blbě** (s titulky)

### Kino Světozor

2. 8. 13:00 **Naprostí cizinci** (s titulky)  
4. 8. 13:00 **Svět podle Daliborka** (český dokument)  
7. 8. 13:00 **Oklamaný** (s titulky)  
9. 8. 13:00 **Pěkně blbě** (s titulky)  
11. 8. 13:00 **Druhá strana naděje** (s titulky)  
14. 8. 13:00 **Dvojitý milenec** (s titulky)  
18. 8. 13:00 **Dunkerkerk** (s titulky)  
21. 8. 13:00 **Pěkně blbě** (s titulky)  
23. 8. 13:00 **Srdečně vás vítáme** (s titulky)  
25. 8. 13:00 **Druhá strana naděje**  
28. 8. 13:00 **Dunkerkerk** (s titulky)  
30. 8. 13:00 **Vážený občan** (s titulky)