



NOVINY

JAKÝ BYL PODZIM
V ALCE?



ARTETERAPIE



ARTETERAPIE SE NESLA V DUCHU A BARVÁCH PODZIMNÍ PŘÍRODY, KTEROU SE KLIENTI NECHALI INSPIROVAT PŘI VYTVÁŘENÍ SVÝCH PRACÍ. POUŽÍVALI PŘITOM KOMBINOVANÉ TECHNIKY, JAKO JSOU VODOVÉ BARVY, TEMPERY, SUCHÉ PASTELY I PASTELKY.

VYZKOUŠELI SI JAKÉ JE TO UDĚLAT KOLÁŽ Z VÝSTŘIŽKŮ RŮZNÝCH ČASOPISŮ, ALE TAKÉ PRACOVALI S KNIHAMI S VÝTVARNÝM UMĚNÍM, MALOVALI ŠTĚTCEM I VLASTNÍ RUKOU, ROVNĚŽ PRACOVALI S RŮZNÝMI STRUKTURAMI, KTERÉ SE DAJÍ POUŽÍT V OBRÁZCÍCH.

Z VÝSLEDKŮ SVÉ PRÁCE JSOU KLIENTI VŽDY NADŠENI, SPOLEČNĚ STRÁVENÝ ČAS PŘINÁŠÍ ÚSMĚV A RADOST Z VYKONANÉHO DÍLA, NA KTERÉM MÁ VELKÝ PODÍL I NAŠE SKVĚLÁ ARTETERAPEUTKA MAGDALENA WESTMAN. MOC DĚKUJEME.

ODLEHČOVACÍ SLUŽBA



**BĚHEM PRAVIDELNÝCH
VÍKENDOVÝCH POBYTŮ JSME
S KLIENTY VAŘILI A PEKLÍ,
UŽÍVALI SI SLUNEČNÉ
PROCHÁZKY, POSEZENÍ
U KÁVY I NÁKUPY. NECHYBĚL
ANI PROSTOR PRO PRÁCI
A ZASLOUŽENÝ ODPOČINEK.**



DĚTSKÝ KLUBÍK



NA PODZIM SE ROZBĚHL DĚTSKÝ KLUBÍK, KTERÝ SE SCHÁZEL KAŽDÝ ČTVRTEK V DOMĚ NATURA. SPOLEČNĚ JSME SE PONOŘILI DO PODZIMNÍHO TVOŘENÍ, SBÍRALI JSME KAŠTANY A DALŠÍ PŘÍRODNINY A VYRÁBĚLI Z NICH ZVÍŘÁTKA I NEJRŮZNĚJŠÍ TVARY. VELKOU ČÁST PROGRAMU JSME VĚNOVALI TEMATICKÝM SVÁTKŮM. PŘI OSLAVĚ HALLOWEENU JSME DLABALI DÝŇĚ, TVOŘILI DÝŇĚ Z BAVLNEK A MALOVALI OBRÁZKY POMOCÍ ŠABLON.

NA SVÁTEK SVATÉHO MARTINA SI DĚTI VYROBILY VLASTNÍ LUCERNY. VŠECHNY TYTO KRÁSNÉ VÝTVORY SE STALY OZDOBOU NAŠEHO PODZIMNÍHO KOUTKU, KTERÝ NÁM PŘIPOMÍNÁ, ŽE SPOLEČNÉ TVOŘENÍ PŘINÁŠÍ RADOST I KOUZLO OKAMŽIKU.

MUZIKOHRANÍ

NA PODZIM PROBÍHALO MUZIKOHRANÍ PRO DĚTI. ZAČÁTEK JSME VĚNOVALI VZPOMÍNKÁM NA KONEC LÉTA A PŘECHODU DO PODZIMU. DĚTI PROŽILY LETNÍ BOUŘKU, POZNÁVALY DRUHY OBILÍ A NASLOUCHALY ZVUKŮM ŠUSTĚNÍ KLASŮ, MAKOVIC A PODZIMNÍCH PLODŮ. ZPÍVALI JSME POHYBOVOU PÍSNÍČKU O ČÍŽKOVÍ, OCHUTNALI MÁK, ZKOUŠELI ZVUKY MLÝNSKÉHO KOLA ČI KOŇSKÉHO POVOZU A VYRÁBĚLI DRAKY Z LISTÍ, CHRASIDLA Z PŘÍRODNIN I PRVNÍ SNĚHOVÉ VLOČKY. NECHYBĚLY PÍSNĚ O DRAKOVÍ, LÍSTEČKU Z JAVORA, O JABLKÁCH A HRUŠKÁCH ANI RELAXACE PŘI PODZIMNÍCH PŘÍBĚZÍCH ZA DOPROVODU JEMNÝCH NÁSTROJŮ.

ZAPOJILI JSME SE DO PROJEKTU BAREVNÝ SVĚT A PŘIPRAVILI UKÁZKY MUZIKOHRANÍ PRO DĚTI Z MŠ RYBIČKA A ZŠ MILÍN, KTERÉ SI MOHLY VYZKOUŠET ŘADU HUDEBNÍCH NÁSTROJŮ, ČASTO ÚPLNĚ POPRVÉ.



PĚVECKÝ SBOR



ZPĚVÁCI ALKY SE NA PODZIM PUSTILI DO NÁCVIKU KABARETNÍHO VYSTOUPENÍ S ČERTOVSOU TEMATIKOU. PO CELÝ PODZIM PILNĚ TRÉNOVALI VYBRANÉ PÍSNĚ A PODÍLELI SE I NA TVORBĚ VTIPNÝCH SCÉN. POD VEDENÍM LUKÁŠ MARKA NACVIČILI ČERTOVSÝ KABARET, KTERÝ PŘEDVEDLI NA VÁNOČNÍM VEČÍRKU V JUNIOR KLUB. PROGRAM OBOHATIL ČERTOVSÝ KVÍZ, DO KTERÉHO SE ZAPOJILO I PUBLIKUM. VÍTĚZ SI MOHL SPOLU SE SBOREM A HOSTY VEČERA, PATRIKEM A HYNKEM HRADECKÝM, ZAZPÍVAT PÍSEŇ VÁNOCE NA MÍRU. ATMOSFÉRU VEČERA DOTVOŘILY KULISY VYTVOŘENÉ KLIENTY DENNÍHO STACIONÁŘE.

ZAHRADNIČENÍ



BĚHEM LÉTA SE NAŠI KLIENTI S LÁSKOU STARALI O ZAHRÁDKU NA POZEMKU U SVATÉ HORY. PRAVIDELNĚ JI ZALÉVALI, PLELI ZÁHONY A PEČOVALI O ROSTLINY, KTERÉ SI SAMI VYSADILI. DÍKY JEJICH PÉČI SE PODAŘILO VYPĚSTOVAT CHUTNÁ RAJČATA, CUKETY, BRAMBORY I VOŇAVÉ BYLINKY. TY PAK NAŠLY SVÉ MÍSTO V KUCHYNI NÁCVIKOVÉHO BYTU, KDE Z NICH KLIENTI PŘIPRAVOVALI JEDNODUCHÁ A ZDRAVÁ JÍDLA.

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ



Zasadili jsme semínko a dnes z něj roste místo, které pomáhá.

Přijďte se podívat, jak vypadá nový prostor plný podpory, nápadů a energie.

Místa, kde se dějí dobré věci.
Jedno z nich je tady!

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

Plzeňská 134, Příbram 1 - dům Natura

Těšit se můžete na pestrý program, tvořivé dílny, ukázky fyzioterapie a příjemnou atmosféru s občerstvením.

16. 9. 2025
15:00 - 18:00



www.alkaops.cz

KLIENTI SE SPOLEČNĚ S PRACOVNÍKY POSTARALI O VÝZDOBU PROSTOR A PŘÍPRAVU OBČERSTVENÍ. KROMĚ JEDNOHUBEK TAK NÁVŠTĚVNÍCI MOHLI OCHUTNAT NEJEN DOMÁCÍ PERNÍK, ALE I JABLEČNÝ KOLÁČ NACHYSTANÝ V RÁMCI SOCIÁLNÍ REHABILITACE V NÁCVIKOVÉM BYTĚ. K TOMU MĚLI MOŽNOST NECHAT SI NA MÍSTĚ PŘIPRAVIT ČERSTVOU KÁVU. V RÁMCI PROGRAMU SE PROMÍTALO VIDEO, KDE KLIENTI SDÍLELI SVÉ ZKUŠENOSTI A POCITY Z JEDNOTLIVÝCH SLUŽEB, KTERÉ ALKA NABÍZÍ. V MÍSTNOSTECH BYLY DÁLE PŘIPRAVENÉ UKÁZKY VÝTVARNÝCH A RUČNÍCH PRACÍ, NEBO MOŽNOST ZAŽÍT SI LEKCI MUZIKO-HRANÍ ČI FYZIOTERAPIE. KAŽDÝ NÁVŠTĚVNÍK SI ODNESL DÁREK – SEMÍNKA, KTERÁ SI MOHL ZASADIT JAKO PŘIPOMÍNKU, ŽE DOBRÉ VĚCI ROSTOU POMALU, ALE STOJÍ ZA TO.

NÁCVIKOVÝ BYT



ANI V NÁCVIKOVÉM BYTĚ NAŠI KLIENTI NEZAHÁLELI. POKRAČOVALI V NÁCVIKU VAŘENÍ A PÉČE O DOMÁCNOST. PŘI NÁKUPECH SI PROCVIČOVALI PLÁNOVÁNÍ, PROSTOROVOU ORIENTACI, FINANČNÍ GRAMOTNOST V PRAXI I SAMOSTATNOST PŘI CESTOVÁNÍ. NEMÉNĚ DŮLEŽITÁ BYLA SPOLEČNÁ KOMUNIKACE A DOMLUVA NA TOM, CO SE BUDE VAŘIT. TA VŽDY VYŽADUJE URČITOU MÍRU KOMPROMISU A PŘIZPŮSOBNÍ, PROTOŽE KAŽDÝ MÁ JINÉ CHUTĚ.

VÍKENDOVÁ POBYTOVÁ ODLEHČOVACÍ SLUŽBA

TERMÍNY VÍKENDOVÉ ODLEHČOVACÍ SLUŽBY V ROCE 2026:

9. 1. - 11. 1. 2026
23. 1. - 25. 1. 2026
20. 2. - 22. 2. 2026
6. 3. - 8. 3. 2026
20. 3. - 22. 3. 2026
17. 4. - 19. 4. 2026
15. 5. - 17. 5. 2026
29. 5. - 31. 5. 2026
12. 6. - 14. 6. 2026
26. 6. - 28. 6. 2026
17. 7. - 19. 7. 2026
14. 8. - 16. 8. 2026
18. 9. - 20. 9. 2026
2. 10. - 4. 10. 2026
16. 10. - 18. 10. 2026
6. 11. - 8. 11. 2026
20. 11. - 22. 11. 2026
4. 12. - 6. 12. 2026

*HODNĚ ZDRAVÍ A SPOKOJENOSTI V ROCE 2026,
VÁM PŘEJE TÝM ORGANIZACE ALKA, O.P.S.*