



NOVINY

JAKÝ BYL PODZIM V ALCE?

TATO AKTIVITA SE USKUTEČŇUJE ZA FINANČNÍ
PODPORY MINISTERSTVA KULTURY V RÁMCI
PROJEKTU "DOSTAT SE DO OBRAZU".

VÝSTAVA OBRAZŮ V RÁMCI PROJEKTU DOSTAT SE DO OBRAZU

ZA ŠTĚDRÉ PODPORY MINISTERSTVA KULTURY JSME V RÁMCI PROJEKTU „DOSTAT SE DO OBRAZU“ MOHLI ZREALIZOVAT VÝSTAVU FOTOGRAFIÍ. TA BYLA K VIDĚNÍ OD 15. ŘÍJNA DO 30. LISTOPADU V KNIHOVNĚ JANA DRDY V PŘÍBRAMI A PŘIBLIŽNĚ DO POLOVINY LEDNA 2022 BUDOU OBRAZY VYSTAVENY V PŘEDSÁLÍ KINA V PŘÍBRAMI.

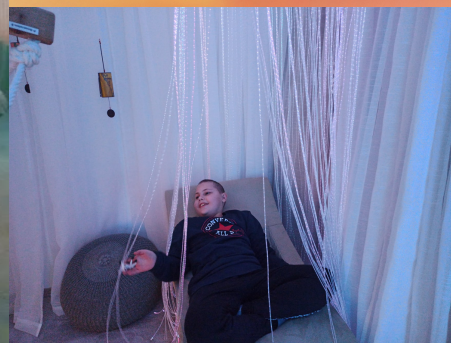
BAREVNÉ FOTOGRAFIE NA TÉMA „MEZILIDSKÉ VZTAHY“ NAFOTILI KLIENTI ALKY. SNÍMKY PŘIBLIŽUJÍ ŽIVOT LIDÍ S MENTÁLNÍM, TĚLESNÝM A KOMBINOVANÝM POSTIŽENÍM A UKAZUJÍ, ŽE LIDÉ S HANDICAPEM DOKÁŽÍ I S MALOU PODPOROU ZVLÁDNOUT VELKÉ VĚCI. KAŽDÝ OBRAZ DOSTAL NÁZEV, KTERÝ HO CHARAKTERIZUJE. V RÁMCI TOHOTO PROJEKTU SE LIDÉ S HANDICAPEM, KLIENTI ALKY, OD POČÁTKU ROKU ÚČASTNILI FOTOGRAFICKÉHO KROUŽKU, POŘIZOVALI FOTODOKUMENTACI A PŘIPRAVOVALI FOTOGRAFIE PRO VÝSTAVU. VYBRANÉ FOTOGRAFIE JSME NECHALI VYTISKNOUT NA PLÁTNO A ZARÁMOVAT. CELKEM JE K VIDĚNÍ 16 KUSŮ JEDINEČNÝCH OBRAZŮ, KTERÉ PO UKONČENÍ VÝSTAVY VYZDOBÍ ALKU.



RELAXAČNÍ MÍSTNOST SNOEZELEN

OD ŘÍJNA MÁME V ALCE V PROVOZU NOVĚ ZREKONSTRUOVANOU RELAXAČNÍ MÍSTNOST SNOEZELEN. NAŠIM KLIENTŮM SE V NÍ MOC LÍBÍ. NENÍ TO JEN TÍM, ŽE JE KRÁSNĚ ZAŘÍZENÁ, ŽE V NÍ MAJÍ MOŽNOST ZAŽÍT MNOŽSTVÍ VŠECH SMYSLOVÝCH PODNĚTŮ. JE TO HLAVNĚ INDIVIDUÁLNÍM PŘÍSTUPEM KE KAŽDÉMU KLIENTOVI. TÍM, ŽE ASISTENT PO CELOU DOBU KOMUNIKUJE JENOM S NÍM. I PŘESTO, ŽE SI KAŽDOU HODINU PEČLIVĚ PŘIPRAVÍ, TAK KLIENTOVI „NASLOUCHÁ“, NEPŘESTÁVÁ VNÍMAT, CO SE MU LÍBÍ, CO NE, RESPEKTUJE HO A PŘIZPŮSOBUJE DALŠÍ PRŮBĚH HODINY DLE PŘÁNÍ A POTŘEB KLIENTA. A DÁVÁ MU MOŽNOST ROZHODOVAT, CO BUDE NÁSLEDOVAT. DÁVÁ MU MOŽNOST ZAŽÍT, ŽE MŮŽE OVLIVŇOVAT SVOJE PROSTŘEDÍ.

V RELAXAČNÍ MÍSTNOSTI SNOEZELEN JE SÍŤOVÁ HOUPAČKA, BUBLINKOVÝ VODNÍ SLOUP S RYBIČKAMI, PROJEKTOR S OLEJOVÝMI KOTOUČKY, INTERAKTIVNÍ VODOPÁD S OPTICKÝMI VLÁKNY, SVĚTELNÁ VAJÍČKA, AROMA DIFUZÉR, ZRCADLO A SPECIÁLNÍ POHODLNÝ MĚKKÝ NÁBYTEK SLOUŽÍ KE STIMULACI SMYSLŮ NEBO K RELAXACI.



VÝLETY, KULTURNÍ AKCE A OBLÍBENÉ ČINNOSTI V RÁMCI SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍCH SLUŽEB

ZAČÁTKEM PODZIMU JSME S RADOSTÍ VYUŽILI HEZKÉHO POČASÍ, KTERÉ NÁM UMOŽNILO PODNIKNOT VÝLETY.

MOC SE NÁM LÍBIL V PRAZE, KDE JSME NĚKOLIK HODIN PROŽILI V MUZEU FANTASTICKÝCH ILUZÍ. MUZEUM NÁM POSKYTLA PERFEKTNÍ ZÁBAVU. POŘÍDLI JSME VELKÉ MNOŽSTVÍ ZAJÍMAVÝCH FOTOGRAFIÍ S OPTICKÝM KLAMEM, KTERÉ NÁM UCHOVAJÍ NEZAPOMENUTELNÉ VZPOMÍNKY NA JEDINEČNÝ ZÁŽITEK.

DALŠÍ HEZKÝ VÝLET JSME PODNIKLI DO MALEBNÉ OBLASTI STŘEDNÍHO POVLTAVÍ, KDE JSME NAVŠTÍVILI ZÁCHRANNOU STANICI HRACHOV. STANICE POSKYTUJE PÉČI ZRANĚNÝM VOLNĚ ŽIJÍCÍM ŽIVOČICHŮM Z ROZSÁHLÉHO ÚZEMÍ OKRESU PŘÍBRAM, BENEŠOV A TÁBOR. VELMI JSME OCENILI PROHLÍDKU S ODBORNÝM VÝKLADEM, KTERÝ NÁM ZPROSTŘEDKOVALI PRACOVNÍCI STANICE.

OBLÍBENOU ČINNOSTÍ PRO KLIENTY SE ZDAJÍ BÝT TANEČNÍ LEKCE, KTERÉ SE V ALCE OPAKUJÍ PRAVIDELNĚ JEDNOU TÝDNĚ V ODPOLEDNÍCH HODINÁCH. VYZKOUŠELI JSME SI ZÁKLADNÍ KROKY K POLCE NEBO MAZURCE, LETKIS POCHÁZEJÍCÍ Z FINSKA NEBO PTAČÍ TANEC. VÍCE NÁS ALE PŘITAHUJE MODERNÍ TANEC S MOŽNOSTÍ UVOLNĚNÍ A IMPROVIZACE.

K AKTIVITĚ MIMO ALKU SE SAMOZŘEJMOSTÍ STÁVÁ NÁVŠTĚVA PŘÍBRAMSKÉHO KINA. VŠECHNY NÁS POBAVILA NAPŘ. KOMEDIE „MATKY“ NEBO FILM „ZBOŽŇOVANÝ“. VELKÝM OČEKÁVÁNÍM V ČASE ADVENTU JE PRO NÁS PŘIPRAVOVANÁ NÁVŠTĚVA KONCERTU PŘÍBRAMSKÉ HUDEBNÍ SKUPINY „GINEVRA“. KAŽDOROČNÍ VÁNOČNÍ KONCERTY SKUPINY JSOU VŽDY SILNÝM EMOČNÍM ZÁŽITKEM, KTERÝ NÁS PLYNULE UVEDE DO PŘÍJEMNÉ VÁNOČNÍ ATMOSFÉRY.

V REPERTOÁRU SKUPINY JSOU ZAŘAZENY JAK SMUTNÉ BALADY, VESELÉ KRAMÁŘSKÉ PÍSNÍČKY, TAK I BOJOVÉ CHORÁLY, KTERÉ NÁS SVÝM PŘESAHEM DO DNEŠNÍ DOBY NUTÍ K ZAMYŠLENÍ A BILANCOVÁNÍ, TAK TYPICKÉMU PRO KONEC KALENDÁŘNÍHO ROKU.



FYZIOTERAPIE V ALCE

V MINULÉM DÍLE ALKA NOVIN, JSME VÁM SLÍBILI, ŽE SE SEZNÁMÍME S FYZIOTERAPEUTICKÝMI POSTUPY, KTERÉ VYUŽÍVÁME PRO DIAGNOSTIKU OBTÍŽÍ.

JAKO PRVNÍ VĚC JE VŽDY ANAMNÉZA. POD TÍMTO NEZNÁMÝM SLOVEM SE SKRÝVÁ ROZHOVOR. BUDEME SE PTÁT, CO VÁS TRÁPÍ, JAKÉ JSTE PRODELALI ONEMOCNĚNÍ, JESTLI MÁTE NĚJAKOU BOLEST, NEBO CO BYSTE SI PŘÁLI CVIČENÍM ZMĚNIT.

DALŠÍ METODOU JE ASPEKCE - POHLED. NEBUĐTE ZASKOČENÍ, POKUD PO VÁS CHCEME, ABYSTE SI ODLOŽILI OBLEČENÍ. POTŘEBUJEME SE PODÍVÁT, JAKÉ MÁTE DRŽENÍ TĚLA, JESTLI MÁTE NĚJAKÉ JIZVY, KTERÉ SVALY PŮSOBÍ STAŽENĚ, NEBO NAOPAK OCHABLE.

PO TÉ PŘIJDE NA ŘADU PALPACE - DOTEK. DOTEKEM SI OVĚŘÍME, ZDA TO CO JSME VIDĚLI, JE PRAVDA.

DALŠÍM KROKEM JE VYŠETŘENÍ STOJE A CHŮZE. TADY SE ZAMĚŘÍME NA TO, JAKÝM ZPŮSOBEM SE POHYBUJETE. TO NÁM MŮŽE NAPOVĚDĚT, Z ČEHO VYCHÁZEJÍ VAŠE OBTÍŽE.

BĚHEM VŠECH TĚCHTO VYŠETŘOVACÍCH METOD BUDEME VYUŽÍVAT MNOHO SPECIÁLNÍCH POSTUPŮ,

JAKO NAPŘÍKLAD VYŠETŘENÍ REFLEXŮ, VYŠETŘENÍ ROZSAHU POHYBU KLOUBŮ, TESTY NA HYPERMOBILITU, NEBO NAOPAK ZKRÁCENÉ SVALY A FUNKČNÍ TESTY PRO JEDNOTLIVÉ ČÁSTI TĚLA.

S KAŽDOU TOUTO TECHNIKOU VÁS PŘED VYŠETŘENÍM SEZNÁMÍME, TAKŽE SE NENÍ ČEHO BÁT. PODLE TOHO CO NÁM VYŠETŘENÍ PROZRADÍ, VYTVOŘÍME TERAPEUTICKÝ PLÁN - POSTUP JAKÝM BUDEME VÉST LÉČBU. ALE O TOM SI POVÍME ZASE PŘÍŠTĚ...



NÁCVIKOVÝ KIOSEK

VY, KTERÝ NÁŠ KIOSEK PRAVIDELNĚ NAVŠTĚVUJETE, JISTĚ VÍTE, ŽE UŽ JE NĚJAKOU DOBU Z PROVOZNÍCH DŮVODŮ ZAVŘENÝ. NA OTEVŘENÍ SE MŮŽETE TĚŠIT NA JAŘE ROKU 2022.

VÝJIMKOU BYL VÁNOČNÍ PRODEJ, KTERÝ BYL VELMI ÚSPĚŠNÝ A PROBĚHL 25. LISTOPADU. NAKOUPILI JSTE SI NA NĚM SVÍČKY, VĚNCE, KERAMIKU A MNOHO DALŠÍHO.

VZHLEDKEM K VLÁDNÍM OPATŘENÍM NEPROBĚHL ANI ŽÁDNÝ Z VÁNOČNÍCH TRHŮ, KTERÝCH SE KIOSEK OBVYKLE ÚČASTNÍ. MŮŽEME JEN DOUFAT, ŽE SI VÁNOČNÍ TRHY UŽIJEME PŘÍŠTÍ ROK.



NOVÝ AUTOMOBIL - VÁNOČNÍ DÁREK PRO ALKU

SOCIÁLNÍ AUTOMOBIL PATŘÍ K NEJPRESTIŽNĚJŠÍM PROJEKTŮM SPOLEČNOSTI KOMPAKT. JE POSTAVEN NA ZČELA JEDNODUCHÉ, ALE PODSTATOU VELICE ZÁVAŽNÉ MYŠLENCE. ZA SPOLUÚČASTI FIREM A SPOLEČNOSTÍ SE TATO ORGANIZACE SNAŽÍ O VYTVOŘENÍ, ZDOKONALENÍ A OBNOVENÍ VOZOVÉHO PARKU V ZAŘÍZENÍCH, KTERÁ SVOU ČINNOST ZAMĚŘILA NA VÝCHOVU, VZDĚLÁNÍ, REHABILITACI A INTEGRACI ZDRAVOTNĚ, MENTÁLNĚ ČI JINAK HENDIKEPOVANÝCH LIDÍ.

NAŠE PODĚKOVÁNÍ PATŘÍ VŠEM SPONZORŮM, KTEŘÍ SE NA SBÍRCE FINANČNÍCH PROSTŘEDKŮ PODÍLELI A PŘEDEVŠÍM REKLAMNÍ AGENTUŘE KOMPAKT, KTERÁ TENTO JEDINEČNÝ SOCIÁLNÍ PROJEKT ZAŠTÍTILA. SLAVNOSTNÍ PŘEDÁNÍ SOCIÁLNÍHO AUTOMOBILU ZA SPOLEČNOST KOMPACT SPOL. S.R.O. ZAJISTILA MGR. ALENA PACOVSKÁ, KTERÉ PATŘÍ VELKÉ DÍKY ZA SKVĚLOU ORGANIZACI CELÉHO PROJEKTU. AUTOMOBIL VYUŽIJEME K PŘEVOZU NAŠICH KLIENTŮ.



SPONZORSKÝ DAR OD ALBIXONU

MÍŠOVI SE RODINA DOMA SNAŽÍ VYTVOŘIT PODMÍNKY K PLNOHODNOTNÉMU ŽIVOTU A UČINIT HO ALESPŮŇ TROCHU SOBĚSTAČNÝM. DŮM POSTUPNĚ RODINA PŘIZPŮSOBILA TAK, ABY SI MOHL MÍŠA KDYKOLIV SÁM VYJET NA ZAHRADU.

BOHUŽEL SE VŠAK DOPOSUD NEPODAŘILO BEZBARIÉROVĚ UPRAVIT KOUPELNU A WC. BEZBARIÉROVÁ ÚPRAVA BY BYLA DALŠÍM KRUČKEM K MÍŠOVĚ SAMOSTATNOSTI. DOPŘÁT MÍŠOVI PLNOHODNOTNÝ ŽIVOT A PODPOŘIT JEHO SOBĚSTAČNOST JE SEN MÍŠOVO MAMINKY.

TENTO SEN SE ZANEDLOUHO STANE SKUTEČNOSTÍ. DÍKY SPONZORSKÉMU DARU OD SPOLEČNOSTI ALBIXON A.S. SE PODAŘILO ZÍSKAT POTŘEBNÉ FINANČNÍ PROSTŘEDKY NA REKONSTRUKCI KOUPELNY A WC. DĚKUJEME SPOLEČNOSTI ALBIXON A.S. A VŠEM ZAMĚSTNANCŮM SPOLEČNOSTI ALBIXON A.S., KTERÍ SE NA FIREMNÍ SBÍRCE DOBROVOLNÝM FINANČNÍM PŘÍSPĚVKEM PODÍLELI. PODAŘILO SE VYBRAT NESKUTEČNÝCH 100 000 KČ!



PŘÍPRAVA NA VÁNOCE

VÁNOCE JSOU TEPRVE PŘEDE DVEŘMI, ALE MY VŠICHNI, KLIENTI I ZAMĚSTNANCI, SE NA NĚ TĚŠÍME A PŘIPRAVUJEME UŽ TŘI MĚSÍCE. JAK TO TEDY BYLO?

V ZÁŘÍ JSME SI JEŠTĚ UŽÍVALI VÝLETŮ DO PŘÍRODY A PROSTORY STACIONÁŘE PODZIMNĚ VYZDOBILI, ALE V HLAVÁCH SE TO UŽ ZDOBILLO, PEKLO A ZKOUŠELO NA VÁNOCE. A PAK TO OPRAVDU VYPUKLO. SPOLU S KLIENTY JSME PŘIPRAVOVALI DEKORACE, KULISY NA DIVADLO, VÁNOČNÍ MENÍČKO, SEZNAMY NA NÁKUPY, NAVRHY NA CUKROVÍ A ZPÍVALI A HRÁLI, HRÁLI A ZPÍVALI... UŽILI JSME SI KOPU LEGRACE. PAK JSME UŽ DOOPRAVDY PEKLI A ZDOBILI A HRÁLI A ZPÍVALI. SNAD VÁS NAŠE VYSTOUPENÍ TAKY POTĚŠÍ. A ABYCHOM SI TAKY UDĚLALI RADOST, TAK SI SPOLEČNĚ UPEČEME VÁNOČKU, UVAŘÍME VÁNOČNÍ OBĚD A UŽ SE BUDEME TĚŠIT DOMŮ NA JEŽÍŠKA.



DÍLNA V PRAKTICKÉ ŠKOLE

OD ŘÍJNA JSME ZAČALI SPOLUPRACOVAT S PRAKTICKOU ŠKOLOU V ULICI POD ŠAHTAMI V PŘÍBRAMI IV, KTERÁ NÁM POSKYTUJE TŘI DNY V TÝDNU SVOJI DÍLNU. ZÍSKALI JSME TÍM NOVÝ PROSTOR, VE KTERÉM MOHOU NAŠI KLIENTI ROZVÍJET SVOJE PRACOVNÍ DOVEDNOSTI PŘI VÝROBĚ SVÍČEK A PREZENTOVAT SVOJI PRÁCI NA NAŠEM NÁCVIKOVÉM WEBU WWW.DARKYZALKY.CZ. PRO ROK 2022 ZDE PŘIPRAVUJEME JEŠTĚ NÁCVIK TKANÍ NA TKALCOVSKÉM STAVU, KTERÝ MÁME VE ŠKOLE K DISPOZICI.

SOUČASNĚ JSME TÍMTO PRO ŽÁKY TÉTO ŠKOLY PŘIBLÍŽILI MOŽNOST ZAČÍT S ALKOU SPOLUPRACOVAT. CHCETE-LI ROZVÍJET SVOJE DOVEDNOSTI V RÁMCI SOCIÁLNÍ REHABILITACE JAKO NÁŠ KLIENT (A TO NEJEN NA TOMTO PRACOVÍŠTI), NEVÁHEJTE NÁS KONTAKTOVAT.



VÍKENDOVÁ POBYTOVÁ ODLEHČOVACÍ SLUŽBA

VÍKENDOVÉ ODLEHČOVACÍ SLUŽBY V ALCE PROBÍHAJÍ UŽ TRADIČNĚ JEDNOU ZA MĚSÍC. MAJÍ SVOJE KOUZLO. JAKO V POHÁDCE ANDĚL PÁNĚ: KDO JEDNOU OCHUTNÁ,... O TOM BY VÁM MOHLI VYPRÁVĚT NAŠI KLUCI: MÍŠA, KUBA, LÁDÍK A JÁRA.

A JAK TO VIDÍ ZAMĚSTNANCI? SNAŽÍME SE, ABY VÍKEND V ALCE BYL PRO NAŠE KLIENTY JINÝ. ABY TO PRO NĚ BYLA DOVOLENÁ, VÝLET. KDY SE DĚLÁ TO, CO JE BAVÍ, CO SI VYBEROU. ABY SI MOHLI ZAJÍT NA NĚCO DOBRÉHO, NEBO SI NĚCO DOBRÉHO UDĚLALI SPOLU S NÁMI. ABY BYLA DOBRÁ NÁLADA A VESELO.

KRÁSNÉ JE VIDĚT, JAK SE STÍRAJÍ ROZDÍLY MEZI KLIENTY Z DENNÍHO STACIONÁŘE 1 A 2. JAK TI, KTERÍ SE V TÝDNU POTKÁVAJÍ VĚTŠINOU JEN MÁLO, SDÍLEJÍ SPOLEČNÝ PROSTOR A JSOU SPOKOJENI. TI, KTERÍ JSOU SOBĚSTAČNĚJŠÍ, POMŮŽOU TĚM, KTERÍ TO POTŘEBUJÍ. MLUVÍCÍ MLUVÍ NA TY, KTERÍ NEMLUVÍ. VŠEM JE SPOLU MOC DOBRĚ. TÍM, ŽE NÁS JE MÉNĚ A MÁME PRO SEBE VŠECHNY PROSTORY V ALCE, JE TAM PROSTĚ POHODA. ALE ZA TOUTO POHODOU, DOUFÁM, ŽE JEN U NÁS ZAMĚSTNANCŮ, PAK OBYČEJNĚ PŘIJDE VELKÁ ÚNAVA.

NAPLÁNUJTE SI SVŮJ VOLNÝ VÍKEND I V ROCE 2022. VÍKENDOVÉ ODLEHČENÍ V ALCE MŮŽETE VYUŽÍT OD PÁTKU 16:00 DO NEDĚLE 16:00.

TERMÍNY VÍKENDOVÉ ODLEHČOVACÍ SLUŽBY V ROCE 2022:

21.1. – 23.1.2022

18.2. – 20.2.2022

18.3. – 20.3.2022

22.4. – 24.4.2022

20.5. – 22.5.2022

17.6. – 19.6.2022

15.7. – 17.7.2022

19.8. – 21.8.2022

16.9. – 18.9.2022

14.10.–16.10.2022

11.11.–13.11.2022

09.12.–11.12.2022

ALKA PŘEJE KRÁSNÉ
VÁNOCE A ŠŤASTNÝ ROK
2022!



Příjemné a klidné
prožití vánočních svátků,
hodně zdraví a spokojenosti
v roce 2022 vám přeje

tým organizace ALKA, o. p. s.