

Měsíční zpravodaj

Fokus Mladá Boleslav, středisko Karlovy Vary



Otevírací doba dílny

Pondělí 7:30 – 15:30

Úterý 7:30 – 15:30

Středa 7:30 – 15:30

Čtvrtek 7:30 – 15:30

Pátek 7:30 – 15:30



Práce na Měsíčníku

Své příspěvky, návrhy, náměty, chválu i stížnosti týkající se Měsíčníku zasílejte prosím na emailovou adresu: petrikova@fokus-mb.cz

Kdo nemá možnost poslat přes email, může mi příspěvek psaný ručně předat osobně v STD

Uzávěrka dalšího čísla je 29. 9. 2016

Září 2016

Obsah

Aktuální dění	3
Centra duševního zdraví.....	3
NABÍDKA INDIVIDUÁLNÍ, PÁROVÉ A RODINNÉ TERAPIE V SOKOLOVĚ A CHEBU	4
Z našich středisek:.....	5
TT Karlovy Vary.....	5
TT Cheb.....	5
TT Sokolov	5
Šicí dílna KV	6
STD Karlovy Vary	6
Bazárek.....	6
Výlet do Oloví na rozhlednu Cibulka.....	6
Vaření	7
Vaše příspěvky:	8
Citáty od Aničky Mendelové.....	8
Básně	8
Okouzující housle.....	8
Motýli	9
L É T A J Í C Í K O R Á B.....	9
Lajfík přichází.....	14
Ohlédnutí za OH 2016	17
Akordy k písni Severní vítr	19
Akordy k písni Co je to láska	20
Výlety a jiné akce.....	21
Setkávání s farářem	21
Kulturní PelMel na září:	22
Výlet na Parník.....	23
VÝLET S FOKUSEM	23
Program v STD září	24

Aktuální dění

Centra duševního zdraví

Vážení čtenáři našeho měsíčního zpravodaje,

již v minulých číslech jste se mohli dočíst o plánované reformě psychiatrické péče. Informovali jsme Vás o centrech duševního zdraví (CDZ), která mají vzniknout. U nás v kraji by mělo zanedlouho vzniknout první. Článek o této události vyšel na internetu (idnes.cz) a kdo neměl možnost si ho přečíst, může to udělat nyní:

Dvě nová centra pro psychicky nemocné mají v kraji zabránit tragédiím

Pomoci duševně nemocným lidem, zejména pak schizofrenikům, mají dvě Centra duševního zdraví v Karlovarském kraji. V Chebu ho chce provozovat mladoboleslavská společnost Fokus.

Předejít nebezpečným a často i tragickým událostem, které mají na svědomí psychicky nemocní lidé, má vznik Centra duševního zdraví. To by mělo do roka pomáhat pacientům s psychózami, zejména pak schizofrenikům.

Podle koncepce ministerstev zdravotnictví a sociálních věcí vyrostou v Karlovarském kraji taková zařízení dvě. První bude fungovat v Chebu.

Personál je připravený

„Na realizaci Centra duševního zdraví jsme dobře odborně připraveni a jeho otevření pro Chebsko v roce 2017 považujeme za zcela reálné. Už máme i připravený jak zdravotnický, tak sociální personál,“ potvrdil Jaroslav Hodboď, oblastní ředitel pro Karlovarský kraj společnosti Fokus Mladá Boleslav z.s.

Společnost své služby v dané problematice nabízí už od roku 1992. Centrum v Chebu bude zajišťovat novým způsobem péči o lidi se schizofrenií, těžkými afektivními poruchami a poruchami osobnosti.

„Největší část péče se bude odehrávat v přirozeném prostředí klientů. Přítomnost psychiatra a psychologa je důležitá v tom, že bude možné předejít psychiatrickým hospitalizacím a zvládnout relaps onemocnění v domácím prostředí klienta. Novinkou bude i to, že psychiatr a psycholog budou součástí komunitního týmu a budou moci navštěvovat nemocného člověka u něj doma,“ vyjmenoval největší výhody Hodboď.

Dotace od ministerstev slibují prvních 18 měsíců zainvestovat provoz center částkou 25 milionů korun. „Musí ale splňovat všechny podmínky. Navíc je tu ještě pětiletá udržitelnost,“ uvedl krajský náměstek Jakub Pánik. Což by ale pro řadu zájemců ze stran odborníků mohl být problém, neboť se v současné době neví, jestli pojišťovny s centry uzavřou smlouvy o proplácení péče.

O případném vybudování centra přemýšlí i skupina Nemos, která v Karlovarském kraji vede dvě nemocnice. „Skupina Nemos je otevřena všem novým projektům. Až budou podmínky koncepce center duševního zdraví definovány, jsme připraveni se s našimi odborníky připojit. Zvláště v případě, kdy naše nemocnice v Ostrově disponuje unikátním pracovištěm psychiatrické péče, a to včetně lůžkového oddělení,“ uvedla za společnost Nemos její mluvčí Lenka Křížová.

Výhodou center je především jejich ambulantní péče, kterou lidé najdou ve městech, které znají. „Sledujeme i to, abychom předešli tomu, co se stalo v Plzni a Praze, kdy klienti zaútočili na obyčejné lidi,“ ubezpečil krajský náměstek Miloslav Čermák.

Zdroj: http://vary.idnes.cz/centrum-dusevniho-zdravi-karlovarsky-kraj-schizofrenie-schizofrenik-fokus-1sj-/vary-zpravy.aspx?c=A160824_2268388_vary-zpravy_prz

NABÍDKA INDIVIDUÁLNÍ, PÁROVÉ A RODINNÉ TERAPIE V SOKOLOVĚ A CHEBU

Máte všeho až nad hlavu a nevíte, jak dál?

Něco vás trápí a cítíte, že byste potřebovali pomoci?

Pojďme společně hledat, jak to udělat, aby vám i vašim blízkým bylo zase lépe.

Nabízíme rodinnou terapii pro vás samotné nebo společně s vašimi blízkými (nebo společně s lidmi, kterých se tíživá situace také týká).

Mgr. et. Mgr. Kateřina Tauschková a Jaroslav Hodboď, kteří se specializují na rodinnou a párovou psychoterapii Vám nabízejí pomoc při řešení následujících potíží:

- Psychoterapeutická pomoc rodinám, které procházejí krizí.
- Práce na zlepšení partnerského vztahu.
- Zlepšování komunikace v páru i celé rodině.
- Pomoc s obtížemi spojenými s dětstvím a dospíváním
 - úzkostné a depresivní stavy
 - problémy se školním kolektivem - pocity osamělosti, šikana
 - zvládání hyperaktivity (ADHD), noční pomočování (enuréza)
 - potíže v komunikaci s vrstevníky
 - depresivní stavy a myšlenky na sebevraždu, sebepoškozování
- Pomoc rodičům s výchovnými problémy dětí
 - poradenství pro rodiče a jiné členy rodiny
 - přímá práce s dětmi školního a dospívajícího věku
- Psychoterapie dětí, dospívajících i dospělých s duševní poruchou.

- Pomoc rodičům při zvládnání partnerské krize.
- Pomoc rodině v rozvodové situaci.

Pro bližší informace a objednání:

608 961 361 (Jaroslav Hodbod) nebo hodbod@fokus-mb.cz

Z našich středisek:

TT Karlovy Vary

Nemají pro nás tento měsíc žádné zajímavé novinky.

TT Cheb

Milí klienti a kolegové,

loučím se několika větami s vámi všemi, které jsem v tomto krásném kraji, který pro mě před 4 měsíci znamenal "prostě pohraničí". Překonalo to moje očekávání, je tu krásná příroda přívětiví lidé.

S vámi, se kterými jsem se potkala osobně, tak přeji hodně štěstí a zdraví a hodných a pomáhajících lidí kolem vás.

Štafetu předávám kolegovi z Bohnic, MUDr. Dominiku Blažkovi, který zde bude působit spolu s kolegy z FOKUSu následující 2 měsíce.

Hezké babí léto!
MUDr. J. Vávrová

TT Sokolov

Okénko Peer konzultanta

Vážení klienti, členové Svépomocné skupiny v Karlových Varech, spolupracovníci, přátelé Fokusu Mladá Boleslav.

Chci Vám všem oznámit, že v měsíci září mám dovolenou a pak nastupuji na kurz pracovníka v sociálních službách ve Fokusu Praha. Tudíž Vám opět budu k dispozici od 10. října 2016.

Nedivte se proto, prosím, že Vám nezvednu telefon nebo nebudu reagovat ihned na Vaše maily. Prostě a jednoduše nabírám sílu a energii do konce roku a vzdělávám se, abych Vám mohl poskytnout ještě lepší služby Peer konzultanta. Díky za pochopení!

Myslím na Vás všechny, a těším se na setkávání s Vámi. Dáváte mi spoustu energie a radosti ze života a práce.

Radek

Šicí dílna KV

Milí čtenáři,

v srpnu jsme se zúčastnili Tachovských slavností, kde jsme nabízeli naše výrobky. Počasí se celkem vydařilo, panovala dobrá nálada. Naše výrobky se návštěvníkům líbily.

Tento měsíc se s námi můžete potkat na Hornickém dni v Sokolově. Po celém městě bude probíhat různorodý program. Přijďte se podívat a podpořit nás.

Náš prodejní stánek najdete v prostorech Nového náměstí.

Trhy se konají 10. 9. 2016

Výrobky se staly dostupnější i v Chebu. Prodávají se tam v obchodě Medlenka – Valdštejnova ulice.

STD Karlovy Vary

Bazárek

V pondělí 19. 9. bude po celý den v prostorách STD probíhat bazárek.

Nabízet se bude oblečení, obuv, módní doplňky, drobné maličkosti i do domácnosti.

Přijďte se podívat, vybrat si, co by se vám hodilo.

Výlet do Oloví na rozhlednu Cibulka

Pondělí 26. 9. se v rámci programu STD pojedeme podívat na rozhlednu Cibulka

Pojede se služebním autem v 10:00 hodin od STD.

S sebou si vezměte občerstvení. Kdo chce, může si vzít špekáčky, které si u rozhledny opečeme.

Na Šibeničním vrchu u Oloví se tyčí rozhledna Cibulka. Ocelová konstrukce měří 26 metrů a při hezkém počasí nabízí pohled do okolí Doupova na Karlovarsku, opačným směrem i na Zelenou horu na Chebsku. Vidět je i německá část Krušných hor. Z rozhledny je vidět do Kraslic, na hranice do Klingentalu, Smolné, Jindřichovic, Krásné Lípy, uvidíte i **komín ve Vřesové**, Nové Sedlo, **Karlovy Vary**, Sokolov, Hřebený, Tisovou, **nádrž Jesenici** nebo Zelenou horu u Chebu.

Zájemci, hlase se do čtvrtka 22. 9. terapeutům z STD. Děkujeme



Vaření probíhá pravidelně každé pondělí a středu od 10:00 hodin. V pondělí se vaří polévka a moučník za 25,- Kč. Ve středu hlavní chod za 40,- Kč. Cena jídla se může mírně odchýlit od stanovené částky v závislosti na počtu strážníků a finanční náročnosti daného pokrmu. Je nutné, aby se všichni zájemci o vaření dostavili do STD před 10. hodinou a podíleli se na přípravě jídla.

Co budeme vařit v září?

Vaření září

PO 5. 9. – zelňačka, štrúdl
ST 7. 9. – květákový mozeček s bramborem
PO 12. 9. – dýňová polévka, švestkový koláč s mákem
ST 14. 9. – rizoto s kuřecím masem a zeleninou
PO 19. 9. – kulajda, perník
ST 23. 9. – zapečené těstoviny s houbami
PO 26. 9. – knedličková polévka, tvarohová bábovka
ST 28. 9. – státní svátek – nevaří se
ČT 29. 9. – brambory, dušená mrkev a vepřový plátek
DOBROU CHUŤ ☺



Vaše příspěvky:

Citáty od Aničky Mendelové

- Tajemství úspěchu tkví v tom, vybrat si ze dvou možností tu třetí
- Když člověk chce naplno žít, musí si zvyknout na nespravedlnost času a nespravedlnost lidí

Básně

Okouzlující housle

V mé duši hudba znějící,
symfonie umění,
slzy až ronící,
končící hlubokým ukloněním.
Jak housle dokáží býti okouzlující.

Houslista hladí housle,
barvy krásy o kouzle.
Smyčcového dřívce,
v mé duši hudba znějící,
která se dotýká smyčce.

Stvořená skladba,
tóny baviče,
nádherná barva,
okouzlující ušní klíče.

Je to umělecký rytec.
jak hladí struny,
vychutnávám si smyčcový poslech.
Rozezní se noty na všechny světové strany.

Slyšeti jak smyčec housle hladí,
jak nádherně hrají, ladí.
Mé srdce se směje
každý tón ohromně obecenstvo baví.
Někdy pláči dojetím.
Nad okouzlujícími houslemi když se rozezní.

Marci

Motýli

Svět v kráse legendární.
Larvy a housenky s kousajícím ústrojím,
nádhra schovaná v larvě.
Později opylující,
už vylítla v žlutěřešetlakové barvě.

Další okouzlující král,
Král na svět přišel Babočka admirál.
Jejich svět jsou louky
a potrava opylované květy.

Jsou tak nádherně zbarvení,
modročervení, červení,
žlutý, oranžoví, modročerní.
Druhů řádově se čítá dvoustet tisíc,
takový je křiklavý hmyz co se barvami jen mísí.

Ó, jak nádherní opylovači květů,
poletují a dělají radost celému Světu.
Běláskovití, modráskovití,
krásněnkovití.

To jsou denní.
Mají také směny.
Noční jsou molivití.
Do nočních patří i můra, můrovití.
Motýli jsou obdivuhodní hmyz,
jsou jako luk a Světa další, krásný div

Marci

LÉTAJÍCÍ KORÁB

Byl jednou jeden Karel a ten dostal darem od pohádkového dědka létající koráb. A zrovna se mu to hodilo jako sousedovic fakan míčem do okna, protože král Josef Slanina dal rozhlásit, že dá svou dceru princeznu Věru za manželku tomu, kdo k němu přiletí létajícím korábem. Tak teda letěl a najednou uviděl, jak dole na kolejích leží chlap a má na nich přitisknuté ucho. „Dobrý muži!“ zvolal Karel. „Čekáte, že vám vlak rozjede mozek?“ „Ne prosím,“ odvětil dotyčný, „já poslouchám jestli se transibiřský expres už dostal do Moskvy. Timur a jeho parta chuligánů se totiž domluvili, že položí na koleje sochu Stalina. Já slyším všechno na světě. Moje jméno je Uchošťour.“ „Tak si nastupte,“ povídá Karel, „letíme za princeznu.“ Cesta ve dvou lépe ubíhala, Uchošťour se chlubil co všechno slyší, například teď zrovna švédská princezna Linda Stromkerstinvilmastockerová šeptá svému vyholenému milenci - ty moje lysko; ale vtom se dole belhá po cestě chlap a na noze má na řetězu uvázanou velkou kouli. „Héééj!“ zařval Karel. „Kam s tou koulí, člověče? To vám vaše dvě

vlastní nestačí?" „Nestačí," nato ten chlap, „kdybch si tuhle třetí kouli odvázal, vykonal bych v několika minutách cestu kolem světa a celníci by čuměli jak péra z gauče a válendy. Jmenuju se Jean Valjean." Karel ho přibral do korábu, ale protože koule byla těžká, pořád ne a ne se odlepit od země. Ale i s tím pohádkový dědek počítal a tak stačilo, aby Karel na zádi shodil dolů bistu Alberta Einsteina, na které byl vyrytý nápis JSEM TU ZBYTEČNÝ. A tak se letělo dál ve třech, Jean Valjean vyprávěl jak byl onehdy jednou nohou v Paříži a druhou v kriminále a Karel s Uchošťourem nevěděli jestli si nedělá srandu. Najednou se dole na poli objevil pistolník a na něco soustředěně mířil. „Na co míříte?" volal na něj Karel. „Vždyť je tu jen holá pláň." „Já vidím sto kilometrů před sebou v obchodáku konzervy s marmeládou a po té jedné leze vos. Snažím se ji trefit," odpověděl pistolník. „Jinak se jmenuju Flobertka." „Ale to je ženské jméno, ne?" divil se Karel. „Je. Ale moji rodiče se nemohli dohodnout jestli chtějí chlapečka nebo holčičku, tak si dali do držky a vybrali dívčí jméno. Ale stejně to bylo k ničemu, protože jsem chlapeček," odpověděl Flobertka. Karel ho vzal do korábu a už byli čtyři jako tři mušketýři. Ale k zámku to bylo ještě pěkných pár kilometrů. Najednou všichni koukají jak dole běží člověk s ruksakem, vtom se zastavil, shodil ruksak, vytáhl bochník chleba, celý ho schramstl a začal úpět, že umře hladý. „Vždyť jste snědl celý bochník," volal Karel a kroutil kormidlem, že ptáci jentak uskakovali. „To je málo," stěžoval si jedlík, „moje denní porce je grilovaný Otesánek se vším co má v sobě. Však se taky jmenuju Baloun." Tak od této chvíle už bylo v korábu pět lidí. Ale pořád to bylo v pohodě; kdyby byl koráb přetížený, mohl Karel ještě z levoboku odříznout vycpaného mimozemšťana s nápisem CHCI DOMŮ. Šestého pasažéra objevil Karel u rybníka. Stál tam a zoufale se rozhlížel. „Co tam hledáte, strejdo?" volal Karel. „Hledám vodu." „Copak jste slepý, před sebou máte rybník." „Taková kapka mou žízeň nehasí. Navíc sem chemička vypouští to svoje svinstvo," rozčiloval se chlápek. Karel ho vzal do korábu a povídá: „Jinak si tady už všichni tykáme. A přeslechl jsem tvoje jméno." „Já jsem ti ho neřekl," zamručel piják. Až když se představili ostatní, vypadlo z něj že se jmenuje Pivoň. Tak dál jich letělo šest, ale aby se šťastná sedmička naplnila, přibrali k sobě ještě jednoho podivína, který nesl balík propisek a tvrdil, že když je rozhází po zemi, má před sebou regiment vojáků. „Jmenuju se Smeták," prohlásil a drápal se i s balíkem nemotorně do korábu. Několikrát mu ujela noha a tak se udeřil do brady o bočnici, zuby si málem vyrazil. Když se konečně dostal dovnitř, povídá Karel: „Jsme plný. Vyrážíme za princeznu." A odřízl vycpaného mimozemšťana, takže se koráb rychle vznesl do výšky a než to Karel ukormidloval, srazil se s orlem skalním jak špatně vypraná košile. A pak už to vzal zkratkou rovnou do zámku. I když - zkratka ve vzduchu je asi stejný nesmysl jako záchodová mísa ve vrtulníku. Král Slanina právě večeřel hovězí na slanině, tak nechtěl být vyrušován a poslal ven lokaje Hlustvisiháka, aby zjistil co se děje. Z korábu zatím vystoupil Karel a šest jeho kamarádů: Uchošťour, Jean Valjean, Flobertka, Baloun, Pivoň a Smeták. Když je lokaj všechny uviděl, zbledl jako bílá paní z toho množství lidí a běžel to žalovat králi. Král si nasadil diplomatického kulicha a šel na nádvoří. „Jaktože vás je sedm?" hulákal. „To se jako o princeznu chcete dělit nebo co? Princezna není žádná šlapka, partnery střídá maximálně jednou za 14 dní. Kdo z vás je šofér?" „Já," přihlásil se Karel, „ale řidičák nemám." „To jsem poznal podle toho, že jsi mi při přistání ucpal vodotrysk," nato král. „Takže tobě bych měl dát svou dceru? Chudákovi co nemá ani sako?" (Karel měl na sobě košili a kravatu). Ale jednou dal královské slovo, že princeznu dostane ten kdo přiletí v korábu, tak to musel splnit. Přesto však hledal různé klíčky a únikové cesty, jestli by z toho nemohl vycouvat jako Fitipaldi co to narval do kurníku.

Při večeři, kdy se podávala specialitka - tulení řízek s kakaovou polevou, se Karel seznámil s princeznou Věrou. Dokonce jí chtěl políbit ruku, ale král mu strčil před ústa kus tuleně a prohlásil: „Nic takového. Až po svatbě.“ Do toho se ještě ozval Baloun, který snědl pět řízků, kdy už prý dojdou ty jednohubky a bude nějaká večeře. Pak nechal král všem připravit nocleh v ložnici s očíslovanými postelemi, což byl záměr, jak se později ukázalo. Král totiž neustále spekuloval jak ze slíbeného sňatku vybruslit jako hokejista co udělal efektní kličku, ale zapomněl brusle v šatně. Počkal si tedy, ve které posteli bude Karel spát a už se šinul za katem Mrkovincem. „Vezmi ostře nabroušenou sekeru,“ přikázal mu, „a jdi do ložnice pro hosty. V posteli číslo 3 spí člověk, který mě chce v noci odkrouhnout. Setneš mu hlavu a ráno to vysvětlíme tak, že se to stalo nešťastnou náhodou při pádu z postele.“ Tato špinavá intrika však králi nevyšla. Než totiž kat Mrkovinec došel do ložnice, zjistil Karel, že se mu špatně leží. Kdo ví, možná zase zařadoval pohádkový dědek a dal pod matraci hrášek nebo konzervu hrášku. Karel požádal svého souseda, kterým byl Jean Valjean, jestli by si s ním vyměnil postel. Ten souhlasil, ale jen co zalehli, zjistil Jean Valjean, že ho údajný hrášek tlačí do ramene. Tak si pomyslel o Karlovi, že je to vychanec a lehl si obráceně. Když už všichni chrápali, vkradl se do ložnice kat Mrkovinec, stoupl si k posteli číslo 3 a ťal sekerou tam kde měla být hlava. KŘACH! Sekera sjela po kouli Jeana Valjeana a ztupila se. Valjean vyskočil a i s koulí na noze pronásledoval kata přes několik komnat, služebnictvo se budilo, kdosi je poslal do prdele. „Tyhle srandičky nemám rád!“ křičel Valjean a snažil se kata udeřit koulí. Ale nepovedlo se mu to, řetěz byl příliš krátký. Kat nakonec spadl se schodů a byl rád, že to přežil jako technik z plynáren, který si dal omylem svačinu v plynové komoře.

Ráno u snídaně byl král Slanina pěkně vzteklý, když viděl, že Karel je živ a zdravý. Nejprve si to šel vyřídit s katem Mrkovincem, kterému za nesplnění úkolu zkrátil tři měsíční platy. Pak ho napadlo jak to udělat, aby nemusel dát princeznu Věru Karlovi. Řekl mu: „Princeznu si musíš zasloužit, protože ani sexuální radovánky s ní nemůžou být jen tak zadarmo. Stovky kilometrů odtud v Alpách je skála, ze které čůrá pramen živé vody. Tu mi musíš do hodiny přinést. Když se ti to nepovede, budeš o hlavu kratší.“ Mimochodem, toto řešení je snad ve všech pohádkách: nesplníš-li úkol, zemřeš. Jednou už to v jedné pohádce vypadalo, že takové hrozné ultimátum nebude (král řekl - nesplníš-li úkol, potáhneš odkud jsi přišel), ale nakonec vyšlo najevo, že zámecká gilotina má jenom poruchu. Takže zpátky do naší pohádky: Karel se po zadání úkolu chytil za hlavu jako fotbalista, který ze tří metrů přestřelil branku, ale od stolu vstal Jean Valjean a povídá: „Tohle nechte na mně.“ Sundal si z nohy kouli, strčil ji králi do rukou a povídá: „Tu máš, podrž mi to na moment.“ Sebral se stolu láhev od šampusu a vyskočil ven oknem, které ani nestačil otevřít. Udělal jenom pár kroků a stál u skály, na které vedle pramene visela cedule s nápisem: Ich bin eine lebende Wasser. Trinken Sie, bitte. A nějaký zoufalec tam připsal: Dankeschön. Já z toho mám průjem. Jean Valjean si natočil plnou láhev, řekl si že má fůru času, natáhl se pod stromem a usnul, protože z té honičky s katem Mrkovincem byl pořád unavený. Když uplynulo 45 minut a pořád se nic nedělo, propadl Karel panice, přestože byl flegmatik. Začal nervózně přecházet po jídelně a neustále překážel lokaji Hlustvisihákovi, který se snažil vysvětlit Balounovi, že to co měl k snídani nebyly drobký, ale sedm housek. Ve chvíli největšího napětí se do děje vložil Uchošťour, který zalezl pod stůl a přiložil ucho k zemi: „Jenom klid. Vodu má, ale chrápe tam jako poslanec,“ hlásil. „Tak něco udělejte, nebo už tu kouli neudržím!“ křičel král a zvolna se propadal do parket. Pistolník Flobertka tedy šel k oknu a dírou ve skle namířil koltem do Alp. Chtěl výstřelem přelomit větvičku, která by spadla na Valjeana a probudila ho. Kulka však prosvítila korunou stromu, trefila skálu pod vrcholem hory a spustila se lavina. Jean Valjean, kterému se zrovna

zdálo, že si z něho dělá srandu urolog, protože má tři koule, byl probuzen rachotem sněhu a ledu a včas udělal zpáteční krok na zámek. Už se ani nedozvěděl, že lavina mezitím zavalila i pramen živé vody, takže když tam přišel druhý den pro vodu princ Sebastian von Žbrdluch z pohádky O živé vodě, tak jenom čuměl a pohádka stagnovala. Jean Valjean se protáhl rozbitým oknem zpět do zámku a právě včas; král už to nevydržel a pustil si kouli na palec. Ale Valjean hned přiskočil a pokropil mu ho živou vodou. Jen tak z legrace mu cákl ještě trochu do obličeje, takže králi začalo vesele růst i obočí. „První úkol jsi splnil,” řekl král Karlovi, „ale ještě nemáš vyhráno. Dneska k obědu sníš se svými kumpány čtyřicet pečených volů.” „A to jenom tak bez chleba?” pronesl udiveně Baloun. Král myslel, že si z něj dělá dobrý den, tak přitvrdil: „Když si tak koledujete, dostanete k tomu ještě čtyřicet bochníků. Jestli to nedokážete, shodíme vás všechny z věže dolů.” Poté svolal pár vojáků a nechal vydrancovat několik statků v okolí, aby vůbec dal dohromady těch čtyřicet volů. Když se upekli, prohlásil král: „Tady je tak čisto, že se může jíst i z podlahy,” a nechal maso naházet doprostřed nádvoří vedle létajícího korábu. To už dorazil i pekař Mokroš a z dodávky vyložil čtyřicet chlebů. „Tak, a papejte, máte na to hodinu,” poručil král a šel vyúčtovat s pekařem zásilku. Jakmile zmizel v královské účtárně, řekl Baloun: „Kdo má chuť, ať si rychle kousek vezme, protože za chvíli tady nic nebude.” A skutečně. Baloun roztáhl hubu jako vrata a naházet to všechno do sebe. Pak prohlásil, že jako předkrm to bylo dobré, ale to už se blížil král, který křičel: „Ještě stále nemáte vyhráno. Teď to pěkně zapijete. Půjdeme do sklepa. Tam musíte vypít všechno víno v sudech nalevo. Sudů napravo se ani nedotknete, tam mám Becherovku. Jestli to do hodiny nevypijete, vytáhneme vás ožralé na věž a pustíme dolů.” Tak přišli do sklepa a král je tam zamkl. Pivoň se jenom zašklebil a povídá: „Ustupte chlapi, ať vás to nepostříká.” A nalil do sebe obsah dvaceti sudů vlevo. Pak prohlásil, že se konečně dostal trochu do nálady, král pořád nešel, tak z dlouhé chvíle se dal do sudů vpravo a vypil králi jeho milovanou Becherovku. Když skončil, byl trochu podnapilý a začal zpívat veselou píseň o tom jak šly kurvičky na výlet a jedné z nich se zamotala kabelka motocyklistovi do kola. Zpěv se ale dobře nesl klenutým stropem a přivolal krále, který si přišel zkontrolovat výsledek. Nahlédl do sudů a zaúpěl: „Do prdele, vy jste mi to vychlastali všecko!” Vzápětí si uvědomil, že díky svým nesmyslným úkolům začíná přicházet o zásoby a živá voda mu nemůže všechno nahradit, tu si tak maximálně může nalít do poklopce. Ale i to je celkem zbytečné, když na zámku není královna. Ta se navíc v téhle pohádce vůbec nevyskytuje. Král se obrátil ke Karlovi: „Seber si svých šest kamarádů a leťte k čertu.” „Jak to? A co princezna?” bránil se Karel. „Já trvám na tom, že chci princeznu Věru za manželku, jinak se odsud nehnu!” Král vzteky zmodral jako Mauritius a vykřikl: „Dobrá! Princeznu dostaneš, když mi do večera seřadíš na nádvoří regiment vojáků. Pak si s ní pro mě za mě žij třeba na hromádce. Jestli úkol nesplníš, nechám tě zavřít do kadibudky a osobně ji zapálím.” A král už si mnul ruce jaký to vymyslel nespílitelný úkol, protože se bláhově domníval, že nejsou lidi. Ale to se mýlil jako dobrodruh, co vlezl do tygří klece a řekl tygrovi - už jsi jedl, vid’? „Nechte mě jednat,” zabručel Smeták, „teď přišla moje chvíle.” Začal se procházet po nádvoří a rozhazoval při tom propisky jak zrní. Když celé nádvoří obešel, stál už tam pěkný regiment vojáků všech hodností a národností. Od malého českého Švejka až po černé barety. Kdoví co by si ten kretén královská na mě ještě vymyslel, pomyslel si Karel a zvolal: „Králi Slanino! Vydej mi princeznu dobrovolně nebo ti vojsko ze zámku udělá zříceninu.” A hned pro výstrahu sám okopal dveře do zámecké dílny. Jenže král kdysi četl nějakou pohádku kde chytrost zvítězila nad silou a prohlásil, ať táhnou všichni do konečnicku, že si potřebuje zdřímnout. „Kupředu!” vykřikl Smeták a nahnal vojsko do zámku. Takový útok zažil zámek naposledy těsně po svém

dostavění, jenomže tenkrát útočili zedníci na prémie. Karel také vběhl do zámku, jen mu kravata vlála a hledal princeznu Věru. Protože slyšel šplouchat vodu, zamířil do koupelny. A nemýlil se. Vytáhl ječící princeznu z vany, zabalil ji do ručníku a vyskočil s ní z okna přímo do korábu. Pak poručil Smetákovi ať zastaví řádění vojáků, že už dal králi za vyučenou dost. Smeták však s údivem zjistil, že nemůže vojáky proměnit zpět v tužky, protože mu k tomu kdysi nedali příručku. „Letíme pryč!“ vykřikl Karel. „Ještě by to svedli na nás.“ Všichni honem naskákali do korábu, Karel zatočil klikou a odletěli. Zatím armáda převzala kontrolu nad zámkem. Ve sklepech a v kuchyni se rozlezli vojáci NATO, v přízemí vládla salvadorská junta a v horních patrech potom Bundeswehr a Rudá armáda. Všichni se měli rádi a hráli spolu karty, šachy a ruskou ruletu. Král Slanina byl nakonec rád, že se na zámku uchytil jako čistič rajónů.

Naši hrdinové zatím letěli, ale dost pomalu, koráb byli teď kvůli princezně zase poněkud přetížený. Tak se všichni pustili do Jeana Valjeana, aby zahodil kouli, že prý mu po přistání u Vietnamců koupí novou. Valjean se bránil, že už se stmívá a on z bezpečnostních důvodů nemůže hodit kouli do neznáma. Načež Karel objevil pod palubní deskou bednu s náradím, tak ji hodil dolů. Celkem dobré řešení, až na to, že koráb byl ještě nad městem, takže bedna jen těsně minula důchodce Pazdráta na lavičce a rozflákala se o kašnu. Jinak se nikomu nic nestalo, protože české pohádky jsou slabé jak čajíček, zato v pohádkách bratří Grimmů létají vzduchem vnitřnosti. Vzápětí začala být princezně v ručníku strašná zima. Vše skvěle vyřešil Smeták, kterému zbyla ještě jedna propiska. Hodil ji na dno korábu a v tu ránu se objevil poručík Rudé armády. A Smeták hned začal z něho rvát uniformu, aby měla princezna co na sebe. Potom řekl jenom: „Děkujeme, soudruhu poručíku,“ a vyhodil vojáčka ve spodkách z korábu, aby zabránil dalšímu přetížení. Usoudil, že se mu stejně nic nestane, když je to pouze vykouzlená postava. Potom si chtěl Karel trochu zalaškovat s Věrou na zádi, tak svěřil řízení Balounovi, ale zjistil, že Baloun ho šmíruje ve zpětném zrcátku, a když se přidali ostatní, Karel se nasral a vykřikl: „Jdeme na přistání, holomci! Všechny vás vysadím, protože potřebuju soukromí. Stejně už mi nemůžete být nijak užiteční.“ Padlo několik sprostých nadávek, ale nakonec se všichni domluvili. Když se začalo rozednívat, přistál Karel s korábem někde v Posázaví. Aby se neřeklo, tak dal na památku svým kamarádům princeznu ručník, na kterém byly vyšité nějaké kosočtverce. Kamarádi použili ručník jako svou vlajku, ale daleko s ní nedošli; před prvním městem je sbalili policajti, že prý je to nepovolená demonstrace.

Karel se rozhodl, že se už domů nevrátí - měl totiž ještě dva bratry a bál se, že by mu za Věrou lezli. Do nejbližšího města se mu taky nechtělo, když Věra vypadala jak vojanda z Ruska. Ale všechno vyřešil pohádkový dědek, který se náhle objevil vynořivše se z telegrafního sloupu a pravil: „Pomůžu vám pod podmínkou, že se nikdy nevezmete a budete žít spolu na hromádce. Mám pro to své důvody: 70 procent párů, které jsem nahnal v pohádkách do manželství, se rozvedlo. Třeba Sněhurka se vdala za prince a ten si po třech dnech zapíchal s kuchařkou, aby vyjádřil svůj vděk za dobrou snídani. Křemílek si vzal Vocho můrku, ale až po svatbě zjistil, že je to chlap. A to nemluvím o průseru, který mohl nastat, kdyby si býval Jeníček vzal Mařenku. Naštěstí si někdo včas všiml jejich rodných listů.“ Karel s Věrou tedy slíbili, že se nevezmou, dědek zamumlal nějaké kouzlo a proměnil létající koráb v pěknou buržoazní vilu. Tam potom žil Karel s Věrou na hromádce; dokonce spolu sepsali dohodu, že kdyby jeden tomu druhému někdy učinil nabídku k sňatku, tak ho ten druhý udeří pánví do obličeje a vrátí ho tak zpátky do reality. A jestliže to tak praktikují dál, tak tam žijí dodnes.

Napsal: Honza Mišinger

Lajfík přichází

Před domem stojí maminka a dává pusku svému klukovi na cestu. Jde do školy.

Takhle se Lajfík , každý školní den loučí s maminkou, když jde do školy. Otočí se a skákavými kroky vyrazí na cestu.

„Ahoj, mami“, zamává v zatáčce a vchází do parku, kterým cesta vede. Píská si a těší se na kamarády ve škole. Náhle uvidí na cestě křidu na psaní a vezme jí do ruky. Hledá místo, kam něco nakreslí. Jde ke skále mezi křovím u cesty. Náhle zakopne a řítí se kamsi do velké prohlubně mezi kořeny stromů. Zvedl se a rozhlíží se, kde je.

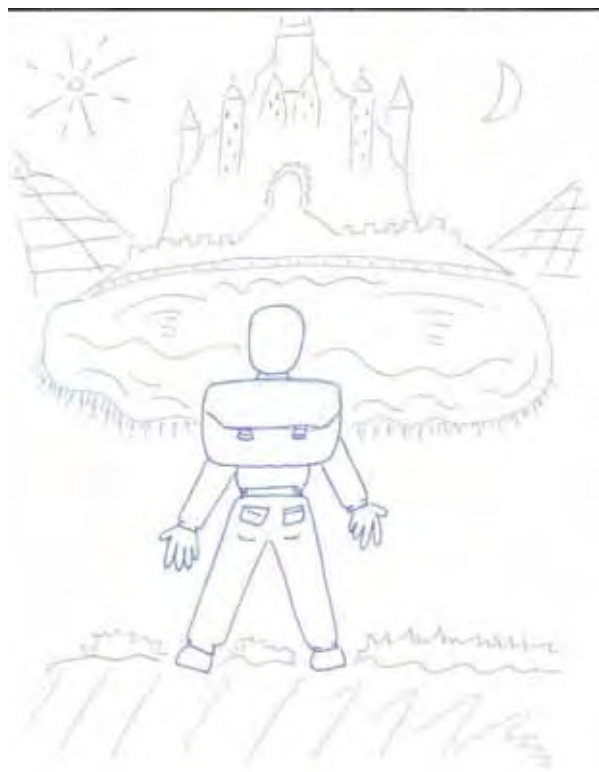


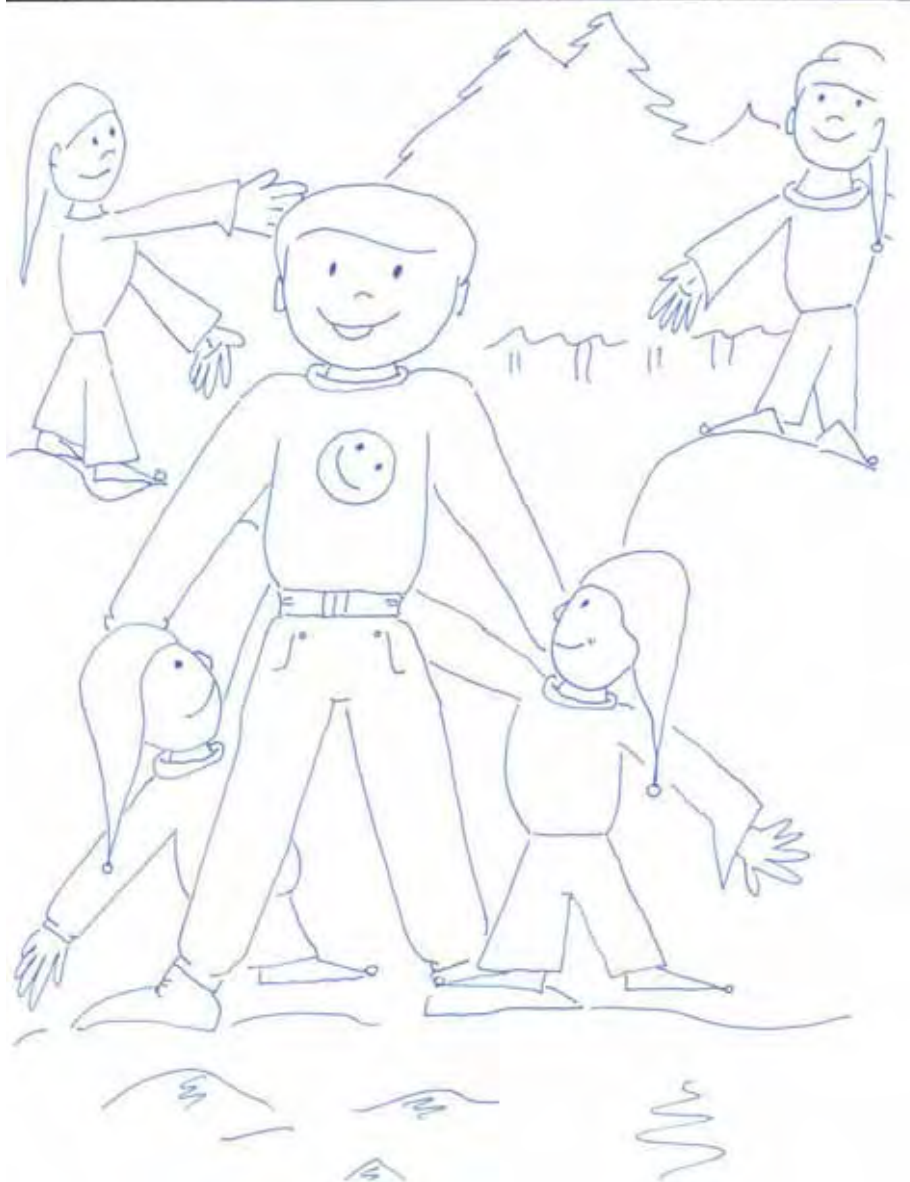
Pak uviděl dveře. Byli zapuštěné do horniny ve skále a byli celé rezavé.

Přišel k nim a otevřel je za skřípotu pantů. Čekal, že za nimi najde tmu, ale místo toho ho oslnilo slunce, které svítilo zevnitř. „Co to?“, zeptal se sám sebe Lajfík. To, co uviděl mu vyrazilo dech.

Hleděl na nádhernou krajinu. Ale co krajinu. Hleděl na velký zámek, s jezerem a dvěma pyramidami. To neznal. Vždyť bydlel ve městě. A tohle nečekal. „Kde se to tu vzalo a jaké krásné?“, divil se Lajfík.

Náhle se před Lajfíkem objevily malé postavičky nějakých osůbek, které ho tahaly za oděv. „Ahoj, Kluku,“ řekli sborem. „Jak se jmenuješ?“. „Lajfík,“ odpověděl jim náš hrdina. „My jsme skřítki,“ usmáli se všichni a ... hledáme dítě, pomůžeš nám? Pomůžu, řekl Lajfík.





Pokračování příště

Napsal: Josef Srpek

Ohlédnutí za OH 2016

Přináším ohlédnutí za již skončenými OH 2016, které se konaly v Riu de Janeiru, kde ČR vybojovala 10 medailí:

1 ZLATOU, 2 STŘÍBRNÉ A 7 BRONZŮ) a to takové, že 1 a jedinou zlatou medaili vybojoval Lukáš Krpálek.

1.) ZLATO

Lukáš Krpálek se stal nejúspěšnějším judistou české historie, když ke zlatu z mistrovství světa 2014 a dvěma titulům z mistrovství Evropy 2013 a 2014 získal i na probíhajících olympijských hrách v Riu zlatou medaili ve váze do 100kg! Lukáš Krpálek se zapsal do historie českého juda, když rozšířil svou sbírku zlatých medailí o zlato z olympijských her. Lukáš K. měl v 1.kole volný los, takže začal rovnou šel do kola 2., kde hrál s Portugalcem Jorge Fonsecou - Fonseca má zlatou a bronzovou medaili z mistrovství Evropy do 23 let. Loni v Baku obsadil 5. místo. Fonseca získal pouhý 1 bod a Lukáš vyhrál 10:1 a tím postoupil do osmifinále.

V osmifinále se Krpálek utkal s Kazachem Maximem Rakovem. Třicetiletý Rakov je mistr světa z roku 2009, které se konalo v Rotterdamu. Krpálek donutil reprezentanta Kazachstánu ke dvěma trestům. Rakov vyfasoval dvě žluté karty, Krpálek žádnou a tak slaví postup do čtvrtfinále!

Ve čtvrtfinále českého Judistu vyzval aktuální světový šampión Japonec Ryunosuke Haga.

Japonský reprezentant vyhrál loňské mistrovství světa v Astaně, když ve finálovém souboji porazil Karla-Richarda Freye z Německa. Japonce vyzval poprvé v kariéře a byla z toho opět velká taktická bitva a donutil svého soupeře ke dvěma trestům. Těsně před koncem duelu sám dostal jednu žlutou kartu, ale to na výsledku už nic nezměnilo a Krpálek se dostal do semifinále!

V semifinálovém utkání vyzval Lukáš Krpálek devětadvacetiletého Francouze Cyrilla Mareta se kterým se za svou kariéru již šestkrát utkal, ale pouze dvakrát vyhrál. Naposled měli společný zápas letos v květnu, který vyhrál těsně francouzský judista. Tento zápas byl v plné moci Krpálka donutil francouze udělat chybu a dostal tak žlutou kartu a následně třicet vteřin před koncem duelu chytil český zápasník svého soupeře na tatami do držení, ve kterém jej dokázal udržet potřebných 20 vteřin a zápas tak suverénně vyhrál 100:0 a už nyní je nejúspěšnější judista české historie (V roce 1980 vybojoval bronz v Moskvě Vladimír Kocman). Maret nakonec získal v souboji s Karlem-Richardem Frayem bronzovou medaili!

Do finále Lukáš nastoupil proti Ázerbájdžáncovi Elamarovi Gasimovi. Ten má na svém kontě stříbro z mistrovství Evropy 2014 (Francie) a stříbro z ME 2012 (Rusko) Gasimov byl nasazenou jedničkou zápasu, ale od začátku zápasu tahal Gasimov za kratší konec než český zápasník a který těsně před koncem Gasimova složil na Ippon a vyhrál 100:0 a zajistil tak první zlatou medaili pro české judu v celé naší historii!

2 STŘÍBRA

Vybojovali je chlapi a to Jaroslav Kulhavý v závodě bikerů na 10 km a také ČTYŘKAJAK na 1 km trati ve složení - Daniel Havel, Lukáš Trefil, Jan Štěrba a Josef Dostál.

7 BRONZOVÝCH MEDAILÍ - a to 3 medaile z tenisových kurtů -

1.) získaly tenistky a Radek Štěpánek ve smíšené čtyřhře, kde hrál o bronz s Lucií Hradeckou, kde hráli x páru Mirza/Bopanna, kde vyhráli ve dvou setech a nejvíce nervů bylo v 1. setu, který český pár vyhrál 7:5 a to proto, že si každý pár udržel podání až do stavu 5:5 a poté podával Rohan Bopanna a přišel o podání a ČR získala 11.gam (6.) a Lucka Hradecká šla podávat za stavu 6:5 a udržela si podání a český pár vyhrál 1. set v poměru 7:5 a 2.set vyhráli 6:1 takže v něm se ukázal Radek Štěpánek, jako skvělý "deblista" (na větších turnajích hraje Radek s Danielem Nestorem a český pár vedl ve 2. setu 5:0 a udržet vedení ve 2. setu už nebyl problém.

2.) . Petra Kvitová v duelu o třetí místo přehrála světovou devítku Madison Keysovou z USA 7:5, 2:6 a 6:2.

3.) DOUBLOVÝ PÁR ŽEN - L.ŠAFÁŘOVÁ, B.STRÝCOVÁ - bronz výpravy vzápětí přidaly Šafářová se Strýcovou, které v české deblové bitvě zdolaly Hlaváčkovou a Hradeckou. Lucie Šafářová s Barborou Strýcovou porazily zkušenější deblistky a stříbrné medailistky z Londýna Andreu Hlaváčkovou s Lucií Hradeckou po dramatickém prvním setu 7:5, 6:1.

4.) Ondřej Synek vybojoval olympijský bronz ve veslování. Rychlejší byli Drysdale i Martin z Chorvatska

5.) Josef Dostál - který získal také bronz v kajaku na trati 1 km.

6.) Barbora Špotáková vybojovala v hodů oštěpem bronz. Předposledním pokusem hodila 64,80 metru a o dva centimetry porazila Polku Andrejczykovou. Špotáková už má 2 zlaté medaile z Pekingu 2008 a Londýna 2012, teď přidala bronz. Do české sbírky z Ria to je osmá medaile.

7.) Jiří Prskavec - Kajakář Jiří Prskavec vybojoval i s penalizací bronz. Vybojoval ji vodní slalomář Jiří P., který ve finále kajaku skončil na třetím místě

Více na <http://isport.blesk.cz/clanek/dalsi-sporty-olympijske-hry-loh-rio-2016/278238/bronzovy-boj-cesky-ctyrkajak-vydrel-medaili-srebro-tesne-brali-slovaci.html>

Daniel Havel, Lukáš Trefil, Josef Dostál a Jan Štěrba

Více na <http://isport.blesk.cz/clanek/dalsi-sporty-olympijske-hry-loh-rio-2016/278238/bronzovy-boj-cesky-ctyrkajak-vydrel-medaili-srebro-tesne-brali-slovaci.html>

Daniel Havel, Lukáš Trefil, Josef Dostál a Jan Štěrba

Více na <http://isport.blesk.cz/clanek/dalsi-sporty-olympijske-hry-loh-rio-2016/278238/bronzovy-boj-cesky-ctyrkajak-vydrel-medaili-srebro-tesne-brali-slovaci.html>

Daniel Havel, Lukáš Trefil, Josef Dostál a Jan Štěrba

Více na <http://isport.blesk.cz/clanek/dalsi-sporty-olympijske-hry-loh-rio-2016/278238/bronzovy-boj-cesky-ctyrkajak-vydrel-medaili-srebro-tesne-brali-slovaci.html>

í Daniel Havel, Lukáš Trefil, Josef Dostál a Jan Štěrba

Více na <http://isport.blesk.cz/clanek/dalsi-sporty-olympijske-hry-loh-rio-2016/278238/bronzovy-boj-cesky-ctyrkajak-vydrel-medaili-srebro-tesne-brali-slovaci.html>

í Daniel Havel, Lukáš Trefil, Josef Dostál a Jan Štěrba

Více na <http://isport.blesk.cz/clanek/dalsi-sporty-olympijske-hry-loh-rio-2016/278238/bronzovy-boj-cesky-ctyrkajak-vydrel-medaili-srebro-tesne-brali-slovaci.html>

medaili-srebro-tesne-brali-

Napsala: Eva Příbylová

Akordy k písni Severní vítr (autor Uhlíř a Svěrák)

G

Emi

1. Jdu s děravou patou, mám horečku zlatou,

C

G

jsem chudý, jsem sláb, nemocen.

Emi

C

Hlava mě pálí a v modravé dáli se leskne

D7

G

a třpytí můj sen.

2. Kraj pod sněhem mlčí, tam stopy jsou vlčí,

tam marně budeš mi psát,

sám v dřevěný boudě sen o zlatý hroudě

já nechám si tisíckrát zdát.

G7

C

R: Severní vítr je krutý,

G

D7

počítej, láska má, s tím,

G

G7

C

k nohám Ti dám zlaté pruty

G

D7

G

nebo se vůbec nevrátím.

3. Tak zarůstám vousem a vlci už jdou sem,

už slyším je výt blíž a blíž.

Už mají mou stopu, už větří, že kopu

svůj hrob a zatloukám kříž.

4. Zde leží ten blázen, co chtěl dům a bazén

a opustil svou krásnou tvář.
Má plechovej hrnek a pár zlatejch zrnek
a nad hrobem polární zář.

R:

Ze zpěvníku Jirky S.

Akordy k písni Co je to láska (autor Petr Novák)

C

F

1. Z jiných světů přiletěl jsem k vám

C

F

Ty jsi první, koho tady znám

Dmi

G

Duše má je čistý list

Dmi

G

Nevím co je nenávisť

C

F

G

A co je láska?

2. Často slýchám o ní písňě znít
Ten ji ztratil, ten chce novou mít
Je to vůně nebo zář?

Pověz, ty přec pravdu znáš

Co je to láska?

Ami

Emi

R. Kde se vlastně ukrývá?

F

Ami

A kam chodí spát?

C F C

Přinesl ji déšť či vodopád?

Ami Emi

Když se nikdo nedívá

F Ami

Zkousím na zeď psát

C F G

Ta dvě slova lásky že mám rád.

3. Je to růže nebo pouhý stín?

Sám se pravdu asi nedovím

Jediná jsi, koho znám

Poste se tě proto ptám.

Co je to láska?

Co je to láska?

Co je to láska?

Ze zpěvníku Jirky S.



Výlety a jiné akce

Setkávání s farářem

Vážení a milí,

*tímto bychom Vás chtěli informovat o
zahájení pravidelných setkávání s farářem*

*římskokatolické farnosti sv. Jakuba Staršího Petrem Bauchnerem
v Sokolově.*

Jedná se o posezení u kávy a volném povídání se zaměřením na náboženskou tematiku.

Setkání proběhne ve čtvrtek 22. září od 13:30 do 15:00 v kanceláři TT Sokolov.

Svoji účast potvrďte, prosím, do úterý 20. 9. své

CM. Předem děkujeme za Váš zájem a účast.



Kulturní PelMel na září:

spousta informací na portálu : www.zivykraj.cz

Sokolov

Městská knihovna – zámeček :

Středa 14. září v 18 hodin – Astrologie a Vesmírné principy – vstupné 40Kč

Úterý 20. září v 18 hodin – Josef Kábrt : Jak se chovat mezi lidmi, zdarma

Sobota 10. září - Hornická pouť, celé město

Hlavní pódium u MDK Sokolov, náměstí Budovatelů

15,30 – Tomáš Linka + Přímá linka

17,00 – Václav Neckář

18,30 – Slza

20,30 – MIG 21

22,00 – ohňostroj Areál Bohemie

Pátek 16. září od 15 hodin areál Dachdecker, Dolní Rychnov – 25 let firmy v ČR.

Vstup Zdarma. Pivní slavnosti, koncert New Age of Smokie, Coda KV www.dachdecker.cz

Královské Poříčí

Neděle 11. září Statek Bernard 13 – 17 hodin : Dny evropského dědictví. Zdarma.

Sobota 17. září Statek Bernard 14 – 24 hodin : Poříčská pouť . Zdarma.

www.statek-bernard.cz

Horní Slavkov

Sobota 24. září od 14 hodin – Slavkovské slavnosti, zdarma.

Věra Špinarová. Beat club 68. Kabát Revival.

Nová Role

Sobota 17. září areál u Novorolského rybníku – Michelská pouť, zdarma

15,30 – Červení panterři, 17.00 – Děda Mládek Illegal Band, 19,00 – O5Radeček

Loket

Pátek 9. září Hrad 20,00 – The Beatles, The Rollings Stones

Víkend 1. a 2. října Hrad a Amfiteátr – 10. ročník Vinobraní

www.loket.cz

Karlovy Vary

Pátek 9. září Lidový dům – Olympic, Coda KV, 500 předprodej, 600 na místě

www.vlny-musicag.cz

Pátek 23. Září KV Aréna – ELÁN

www.kvarena.cz

Výlet na Parník

Jako každý rok i letos pro vás chystáme výlet do Prahy na parník!

Výlet se koná v úterý 20.9. Plavba v 16:00 – 18:00 hodin. Odvoz tam i zpět bude zajištěn.

Bližší informace budou sděleny později.

Hlásit se můžete nejpozději do pondělí 12.9.

Zájemci prosím kontaktujte mne na tel. číslo 778 528 293 nebo se hlase přes své CM.

VÝLET S FOKUSEM

ZELENOU STEZKOU NA KOZODOJ DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

**Vážení klienti Fokusu,
pojeďte s námi strávit sobotu 17. září 2016.**

Odjezdy vlak:

Cheb 10:27, Sokolov 10:52, Chodov 11:03, Ostrov 10:27

Kde se sejdem:

V Karlových Varech na Horním nádraží v 11:15 hodin

V těsném sousedství Karlových Varů, v malebném údolí řeky Rolavy leží rodinná ekologická farma Kozodoj. K vidění je tu rozmanitá směsice hospodářských zvířat, koně, oslíci a krávy plemene Jersey, netradiční plemena ovcí a koz, lamy krotké a guanaco, vietnamská, nebo zakrslá prasata, divočák, krůty, husy, kachny, drůbež.



Odjezdy zpět:

směr Cheb vlak z Horního nádraží 16:42

směr Ostrov autobus z terminálu 16:30, vlak

z Horního nádraží 17:15

Zájemci se mohou hlásit od 7. 9. 2016 do 15. 9. 2016 Dagmar Škarpové na mobilu: 778 528 294, e-mail skarpova@fokus-mb.cz nebo prostřednictvím svého case managera.



Nezapomeňte si s sebou vzít dobrou náladu a chutnou svačinu.

Těší se na Vás Dagmar Škarpová a Štěpánka Šimková

Program v STD září

5. – 9.9.	8:00 – 10:00	10:00 – 12:00	12:00 – 14:00	14:00 – 15:30
5.9.	Nestrukturovaný program	Vaření		Nestrukturovaný program
6.9.	Nestrukturovaný program	Výroba šperků	Karaoke	Nestrukturovaný program
7.9.	Nestrukturovaný program	Vaření		Nestrukturovaný program
8.9.	Nestrukturovaný program	Trénink metakogn.fcí	Šití broží	Nestrukturovaný program
9.9.	Nestrukturovaný program	Úklid spol.prostor + pečení	Suché plstění	Nestrukturovaný program

12. – 16.9.	8:00 – 10:00	10:00 – 12:00	12:00 – 14:00	14:00 – 15:30
12.9.	Nestrukturovaný program	Vaření		Nestrukturovaný program
13.9.	Nestrukturovaný program	Trénink kogn.fcí	Procházka	Nestrukturovaný program
14.9.	Nestrukturovaný program	Supervize terapeutů	Vaření	Nestrukturovaný program
15.9.	Nestrukturovaný program	Výtvarné činnosti	Karaoke	Nestrukturovaný program
16.9.	Nestrukturovaný program	Úklid spol.prostor + pečení	Společenské hry	Nestrukturovaný program

19. -23.9.	8:00 – 10:00	10:00 – 12:00	12:00 – 14:00	14:00 – 15:30
19.9.	Nestrukturovaný program	Vaření + po celý den probíhá bazárek		Nestrukturovaný program
20.9.	Nestrukturovaný program	Práce s barvami na sklo	Společenské hry	Nestrukturovaný program
21.9.	Nestrukturovaný program	Vaření		Nestrukturovaný program
22.9.	Nestrukturovaný program	Trénink metakogn.fcí	Suché plstění	Nestrukturovaný program
23.9.	Nestrukturovaný program	Úklid spol.prostor + pečení	Šití broží	Nestrukturovaný program

26. – 30.9.	8:00 – 10:00	10:00 – 12:00	12:00 – 14:00	14:00 – 15:30
26.9.	Nestrukturovaný program	Výlet Oloví – rozhledna Cibulka		Nestrukturovaný program
27.9.	Nestrukturovaný program	Vaření		Nestrukturovaný program
28.9.	Nestrukturovaný program	Státní svátek - zavřeno		Nestrukturovaný program
29.9.	Nestrukturovaný program	Vaření		Nestrukturovaný program
30.9.	Nestrukturovaný program	Úklid spol.prostor + pečení	Společenské hry	Nestrukturovaný program