



Turnov

PLÁN AKCÍ



TyfloCentrum
Liberec, o.p.s.

KVĚTEN 2023

KONTAKTY:

Telefon: 736 679 515

Email: turnov@tyflocentrum-lb.cz

Adresa: Jeronýmova 517, Turnov

Web: <http://tyflocentrum-lb.cz/>

PROVOZNÍ DOBA:

Úterý 13:00 – 15:00

Středa 10:00 – 16:00 po předchozí domluvě

(Mimo regionální pobočku v Turnově Vám služby poskytneme i na pracovišti v Liberci)

CO NABÍZÍME:

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu:**
průvodkyně Vlasta Křapková (736 679 515, turnov@tyflocentrum-lb.cz)
 - **Zajímavé aktivity** v rámci sociálně aktivizačních služeb:
Vlasta Křapková, Hana Farská (736 679 515, turnov@tyflocentrum-lb.cz)
 - **Výuku a poradenství ohledně elektronických kompenzačních pomůcek:** jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz
lektorka Ing. Jana Smolná, Liberec (731 913 585,
 - Základní sociální poradenství, k zapůjčení tandemová kola, zvukové knihy, digitalizaci textů a další – zprostředkuje hlavní pracoviště v Liberci (488 577 661, liberec@tyflocentrum-lb.cz)
-

Pranostiky na květen:

Májová vlázička – naroste travička,

májový deštiček – poroste chlebiček.

Jestli v máji neprší, červen to dovrší.

Mokrý máj – chleba ráj.

Svatá Žofie, políčka často zalije.

Studený máj – v stodole ráj.

Májová kapka platí za dukát.

Program na měsíc květen:

- 2. 5. úterý 13.00** **Vycházka do parku**
V případě nepříznivého počasí setkání v klubovně
- 9. 5. úterý 13.00** **Trénink paměti**
Květnové svátky, slavnosti a pranostiky
- 16. 5. úterý 13.00** **Nácvik motoriky**
Cvičení na židlích
- 23. 5. úterý 13.00** **Nácvik sebeobsluhy**
Cizrnová polévka
- 30. 5. úterý 13.00** **Trénink paměti**
Hádanky a kvízy

***Případná změna programu vyhrazena..**

Humorné okénko

Dvě přítelkyně se baví při opeře.

Starý pán se vedle ošívá, až se konečně ozve:

Prosím vás, dívenky, já nic neslyším!

Taky vám do toho nic není!

Říká zaměstnanec šefovi: já tady pracuji na poloviční úvazek a tak bych prosil, abyste na mne křičel polohlasně.

Mladá hezká prodavačka v obuvi: a jaké máte číslo? Ptá se uchazeče o boty.

Zákazník: Počkejte, mám tady v kapse vizitku.

Plave kapr v medu a povídá: tak to je hustý...

Recept

ŠPAGETY S ČERNOU ČOČKOU

Ingredience:

- špagety nebo jiné těstoviny
- 1 střední červená řepa
- 2 velké cibule
- 6 stroužků cibule
- hrst černé čočky
- olivový olej
- aromatický sýr na posypání
- sůl, pepř

Postup:

Čočku propláchněte, uvařte téměř do měkka a zcedte. Cibuli nakrájejte na plátky a na rozpáleném oleji zprudka orestujte, po chvilce přidejte na nudličky nakrájenou syrovou řepu a na silnější plátky nakrájený česnek. Směs osolte a opepřete a promíchejte, než řepa změkne. Přidejte uvařenou čočku. Dobře promíchejte a nechte odstát na plotně. Podávejte se špagetami a oblíbeným, výrazným sýrem.

Přeji dobrou chuť!

PŘEJEME VÁM KRÁSNÉ JARNÍ DNY