



# KO

# Česká Lípa



**TyfloCentrum**  
Liberec, o.p.s.

## Září 2021

### KONTAKTY:

**Telefon:** 605 383 265

**Email:** [c.lipa@tyflocentrum-lb.cz](mailto:c.lipa@tyflocentrum-lb.cz)

**Adresa:** Dlouhá 2598, 470 06 Česká Lípa

**Web:** [liberec.tyflocentrum.cz](http://liberec.tyflocentrum.cz)

### PROVOZNÍ DOBA:

**Úterý 9:00 – 13:00**

**Středa práce v terénu**

(Pracovnice bude na pobočce k dispozici po předchozí telefonické dohodě.)

**Čtvrtek 9:00 – 13:00**

(Mimo pobočku Vám služby poskytneme každý všední den, po předchozí tel. dohodě od 8 do 16 hod.)

### CO NABÍZÍME:

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu:**  
průvodkyně Ilona Prchalová (605 383 265), [c.lipa@tyflocentrum-lb.cz](mailto:c.lipa@tyflocentrum-lb.cz))
- **Zajímavé aktivity v rámci služeb sociální rehabilitace:**  
koordinátorka Petra Kaljevičová (605 383 265), [c.lipa@tyflocentrum-lb.cz](mailto:c.lipa@tyflocentrum-lb.cz))
- **Sociální rehabilitace (elektronické kompenzační pomůcky):**  
lektorka (Liberec) Ing. Jana Smolná (731 913 585), [jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz](mailto:jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz))
- Základní sociální poradenství, k zapůjčení v Liberci tandemová kola, zvukové knihy, digitalizace textů a další.

### ÚVODNÍK

**Vážení uživatelé našich služeb,** doufáme, že jste si užili krásného léta ze svými blízkými a společně se budeme těšit na barevný podzim.

Budeme se snažit, abychom pro vás připravili bohatý program plný kvízů, her a zároveň si společně procvičíte jemnou motoriku, odměnou pro vás budou výrobky, které vás nebo vaše blízké potěší.

1. 9.    středa    09:00    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
2. 9.    čtvrtek    09:00    **Nácvik sebeobsluhy**  
Cuketová polévka. (Nutné se přihlásit do 30.8.)
7. 9.    úterý        09:00    **Nácvik motoriky**  
Zahřívací polštářek s levandulí.  
Tvar sovičky.
8. 9.    středa        09:00    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
9. 9.    čtvrtek       09:00    **Trénink paměti**  
Kvízy, hádanky a křížovky.
14. 9.   úterý         09:00    **ZAVŘENO**  
Z provozních důvodů.
15. 9.   středa         09:00    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
16. 9.   čtvrtek        09:00    **Nácvik sebeobsluhy**  
Zahřívací polštářek, dohotovení.
21. 9.   úterý         09:00    **Nácvik sebeobsluhy**  
Návštěva pizzerie a procházka městem.
22. 9.   středa         09:00    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
23. 9.   čtvrtek        09:00    **Nácvik sebeobsluhy**  
Pohankový prejt. (Nutné se přihlásit do 21.9.)
28. 9.   úterý         09:00    **ZAVŘENO**  
Státní svátek
29. 9.   středa         09:00    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.

**Recept pro milovníky tvarůžků**

**Tvarůžková pomazánka**

- 80 g máslo
- 200 g gervais (žervé)
- 200 g tvarůžky (zralé)
- sůl
- kmín
- 1 ks cibule
- pažitka
- mletá paprika
- Máslo mírně osolíme, vyšleháme, přidáme gervais, vyšleháme, rozmačkané tvarůžky, vyšleháme, vmícháme kmín, cibuli nakrájenou na drobno a pažitku.
- Když vydržíme, necháme uležet do druhého dne (nejlepší je ji dělat večer a druhý den konzumovat).
- Mažeme na chleba ozdobíme ml. paprikou.



**Těšíme se na setkání s vámi.**