



Turnov

PLÁN AKCÍ



TyfloCentrum
Liberec, o.p.s.

LEDEN 2022

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:**
lektorka Ing. Jana Smolná, Liberec (731 913 585, jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz)
 - 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)
-

DŮLEŽITÉ INFORMACE

OZNÁMENÍ:

v hlavičce naleznete nové aktuální emailové adresy,

věříme, že budou spolehlivým spojením mezi námi a Vámi.

GRATULACE:

V měsíci lednu oslaví narozeniny paní Čermáková Věra, paní Boudová Jana a pan Miloslav Jiroš.

Všem oslavencům přejeme pevné zdraví a hodně štěstí

Program na měsíc leden

Při klubových aktivitách je nutné mít respirátor!

- 4. 1. úterý 13.00** **Klubové posezení**
Ohlédnutí za uplynulým rokem
- 11. 1. úterý 13.00** **Nácvik sebeobsluhy**
Výroba palačinek
- 18. 1. úterý 13.00** **Trénink paměti**
Slovní hry
- 25. 1. úterý 13.00** **Nácvik motoriky**
Přišijeme si knoflíky
-

Humorné okénko

Doktor: Neboj se Honzo, je to jen malá operace a nic se nepokazí.

Pacient: Ale já se jmenuji Filip.

Doktor: Já vím, ale já se jmenuji Honza.

Víš jak udržet hlupáka 24hod. v nejistotě?

To tedy nevím.

Zítra ti to povím.

Babi, ty tvoje brýle hodně zvětšují? Ptá se vnouček.

Hodně, odpoví babička.

Tak si je prosím tě na chvíli sundej a ukroj mi kus dortu.

Nepříliš hezká dívka si stěžuje: Jsem na ocet!

To nic děvenko, povídá ji babička, já jsem zase na sladké, každý máme nějakou neřest.

Recept

PIKANTNÍ OPLÉVKA Z HLÍVY

Ingredience:

- 500g hlívy ústříčné
- 1,5l zeleninového vývaru
- 2 lžíce sádla
- 3 stonky řapíkatého celeru
- 1 větší cibule
- 1 červená paprika
- 1 rajče
- 1 mrkev
- 2 stroužky česneku
- sladká paprika, drcený kmín, kousek čerstvého zázvoru, majoránka, sůl

Postup:

Na sádle orestujeme nadrobno nakrájenou cibuli, přidejte na širší proužky nakrájenou hlívu a krátce opečte. Zasypte trochou sladké papriky a kmínu, podlijte vývarem a přiveďte k varu. Přidejte na tenké plátky nakrájený řapíkatý celer, na kostičky nakrájenou mrkev, papriku a rajče a v celku kousek zázvoru. Vařte do změknutí. Zázvor vyjměte. Hotovou vřelou polévku ochuťte utřeným česnekem se solí a majoránkou.

Dobrou chuť!

PŘEJEME VÁM PEVNÉ ZDRAVÍ A ÚSPĚŠNÉ VKROČENÍ DO NOVÉHO ROKU