



# KO

## Česká Lípa



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

### Červen 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,

přinášíme nové informace k našim aktivitám v centru.

Setkávat se budeme podle informací uvedených níže, prosím klienty, aby

se na akce hlásili 2 dny předem **DŮLEŽITÉ.**

## Aktuální informace k fungování TyfloCentra

Milí uživatelé služeb TyfloCentra,

jaro je snad konečně tu a my jsme se rozhodli přidržet této vlny také v tématu aktuálního zpravodaje Doráška. **Probouzí se totiž pomalu nejen společenský život v zemi, ale také příroda kolem nás.** Květen byl ve znamení postupného rozvolňování vládních protiepidemických opatření. Služby TyfloCentra se tomuto trendu snažíme postupně uzpůsobit, přitom však stále dbát také na Vaše bezpečí a dostupnost služeb.

Momentálně je možné čerpat služby TC jak vzdáleně (online, telefonicky), tak také osobně. **Kromě individuálních konzultací spouštíme již na červen některé aktivity ve skupinové podobě.**

**Od 24. 5. 2021 se mohou bez dalších podmínek účastnit organizované akce 2 osoby uvnitř (+ zaměstnanci), 10 osob venku (+ zaměstnanci). Při doložení potřebných potvrzení (níže) je možné tento počet navýšit. O podrobnostech Vás budeme informovat osobně či telefonicky vždy pro konkrétní plánovanou akci.**

Program na měsíc červen najdete na dalších stranách zpravodaje. V případě zájmu je nutné na každou vybranou aktivitu předem nahlásit svou účast.

**Pro možnost účastnit se organizovaných akcí ve větším počtu platí pro každého účastníka povinnost prokázat se jednou z těchto možností:**

- potvrzení o prodělaném onemocnění COVID 19 -v posledních 180 dnech
- potvrzení o ukončeném očkování
- potvrzení o PCR testu (ne starším než 7 dní) nebo antigenním testu (ne starším než 3 dny) z testovacího centra
- potvrzení zaměstnavatele o negativním testu zaměstnance provedeném v zaměstnání
- čestné prohlášení o provedeném samotestu s negativním výsledkem.

Za prokázání se si klienti ručí sami - nevychází tedy z titulu poskytované služby.

Ve vnitřních prostorech platí při poskytování sociálních služeb nutnost používat ochranu dýchacích cest. Venku při dodržení rozestupů respirátory ani roušky nutné nejsou.

1. 6. úterý 09:00 **Procvičování paměti**  
Slovní rébusy, křížovky, kvízy.
2. 6. středa 09:00 **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
3. 6. čtvrtek 09:00 **Nácvik sebeobsluhy**  
Návštěva pizzerie. (Je nutné dodržet vládní nařízení)
8. 6. úterý 09:00 **Nácvik motoriky**  
Obal na knihu
9. 6. středa 09:00 **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
10. 6. čtvrtek 09:00 **Nácvik sebeobsluhy**  
Farmářské trhy.
- 15.6 úterý 09:00 **Procvičování paměti**  
Slovní rébusy, křížovky, kvízy.
16. 6. středa 09:00 **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
17. 6. čtvrtek 09:00 **Nácvik sebeobsluhy**  
Procházka městem
22. 6. úterý 09:00 **ZAVŘENO** ( technické důvody)
23. 6. středa 09:00 **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
24. 6. čtvrtek 09:00 **Nácvik sebeobsluhy**  
Farmářské trhy.
29. 6. úterý 09:00 **Nácvik sebeobsluhy**  
Návštěva cukrárny Madona
30. 6. středa 09:00 **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.

## RECEPT

1 ks. strouhaný celer, 1 konzerva ananasu, 1 konzerva kukuřice, 1 pórek, 2 ks bílého jogurtu, 5 PL majonézy, 20 dkg šunky, sůl, pepř

### POSTUP PŘÍPRAVY

1. Já jsem použila sterilizovaný celer, ale klidně můžete použít i čerstvou bulvu.



2. Pokud jste se rozhodli použít sterilizovaný jako já, tak celer jednoduše scedíme, taky konzervu ananasu a kukuřice, dáme do mísy přidáme na jemná kolečka nakrájený pórek, šunku nakrájenou na proužky, osolíme a opeříme, přidáme jogurty a majonézu podle potřeby.
3. Pokud jste se rozhodli použít čerstvou bulvu celeru, jednoduše celer nastrouhejte na struhadle, zalijte horkou vodou a nechte chvíli odstát, aby změkkl. Celer následně scedíme.
4. Na závěr už jen zamícháme. Necháme v chladničce odstát, aby se chutě důkladně propojily a můžeme podávat.

**Dobrou chuť.**