



Česká Lípa



TyfloCentrum
Liberec, o.p.s.

Březen 2022

KONTAKTY:

Telefon: 605 383 265

Email: c.lipa@tyflocentrum-lb.cz

Adresa: Dlouhá 2598, 470 06 Česká Lípa

Web: <http://tyflocentrum-lb.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 8-16 hod.)

CO NABÍZÍME:

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu:**
průvodkyně Ilona Prchalová (605 383 265), c.lipa@tyflocentrum-lb.cz)
- **Zajímavé aktivity v rámci služeb sociální rehabilitace:**
koordinátorka Petra Kaljevičová (605 383 265), c.lipa@tyflocentrum-lb.cz)
- **Sociální rehabilitace (elektronické kompenzační pomůcky):**
lektorka (Liberec)
Ing. Jana Smolná (731 913 585), 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 se coronavirová situace nezhorší a my se budeme i nadále scházet. Pokud nastane nějaká změna, budeme vás včas telefonicky informovat.

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.

V prvním jarním měsíci si připomeneme starobyrou tradici – otvírání studánek.

Obsah čísla:

- Jarní tradice – OTVÍRÁNÍ STUDÁNEK
- Typ na výlet
- Program TC na březen 2022
- Recept: Boží milosti

Jarní tradice – OTVÍRÁNÍ STUDÁNEK

Kdysi byly studánky a prameny jedinými zdroji pitné vody, proto jim byla věnována mimořádná péče a pozornost.

V pohanských dobách si lidé vody ve studánkách vážili tak, že jim přinášeli dary.

Později, v souvislosti s křesťanstvím lidé věřili, že voda je v některých studánkách zázračná, dokáže vyléčit všechny nemoci, a že zázrak uskutečnili svatí. Ke studánkám začala chodit procesí a u mnoha z nich byly postaveny kapličky.

V barokní krajině představovaly nejen nádherné stavby a orientační body, ale i místa odpočinku a modliteb.

Ještě i v současnosti je řada z nich spojována s místními pověstmi o zázracích i s legendami o vodních pannách a ochranných vílách. Od pověstí, legend i historických reálií jsou odvozeny i jejich názvy, např.: studánka Panny Marie, svaté Anny, Římská, Císařská, Dobrá voda.



Typ na výlet

Město Zákupy se nachází 7 km severozápadně od Mimoně a 8 km východně od České Lípy. Městem prochází silnice č. 268, vedoucí z České Lípy do Mimoně a Mnichova Hradiště. Pramen Tří svatých najdeme u silnice, která vede ze Zákup do Kamenice. Za odbočkou do Velenic po pravé straně v lese asi ve vzdálenosti 250 m pramen pod stříškou najdeme.

Pramen obklopují zbytky trojsoší. Stávaly zde sochy sv. Antonína Paduánského, sv. Františka z Assisi a sv. Jana Nepomuckého. Už v roce 1709 se k údajně léčivému prameni konala procesí. Po sochách zbyly jen jejich podstavce. Při nedávné opravě se odhalilo dřevěné potrubí, které vedlo vodu do zákupského kapucínského kláštera. O pramenu Tří svatých se říkalo, že je léčivý. Jeho prameniště bývalo poutním místem. Místní si k prameni dodnes chodí pro vodu. Rozbor pitné vody provedlo Centrum hygienických laboratoří v Ústí nad Labem dne 4. 9. 2017. Výsledkem je, že voda je vhodná k pití. V okolí pramene byla nedávno vybudována naučná stezka Zákupy a opravena stříška nad pramenem.



Program TC na březen 2022

1. 3. úterý 09:00 **Nácvik motoriky**
Šití kuchyňské chňapky.
2. 3. středa 09:00 **Práce v terénu**
Osobní návštěva u klientů
3. 3. čtvrtek 09:00 **Nácvik motoriky**
Šití kuchyňské chňapky.
8. 3. úterý 09:00 **Nácvik motoriky**
Dohotovení kuchyňské chňapky
9. 3. středa 09:00 **Práce v terénu**
Osobní návštěva u klientů.
10. 3. čtvrtek 09:00 **Nácvik sebeobsluhy**
Vločkové lívanečky.
(Nutné se přihlásit do 8.3.)
15. 3. úterý 09:00 **ZAVŘENO**
Provozní důvody.
16. 3. středa 09:00 **Práce v terénu**
Osobní návštěva u klientů.
17. 3. čtvrtek 09:00 **Cvičení na židli**
Sestava cviků na správné dýchání.
- 10:00 **Trénink paměti**
Kvízy a hádanky o ceny.
22. 3. úterý 09:00 **Nácvik sebeobsluhy**
Výlet – návštěva Tří pramenů (Nutné se přihlásit do 15.3.)

- 23. 2. středa 09:00 Práce v terénu**
Osobní návštěva u klientů.
- 24. 2. čtvrtek 09:00 Nácvik sebeobsluhy**
Slané palačinky v trojbalu. (Nutné se přihlásit do 15.3.)
- 29. 3. úterý 09:00 Nácvik motoriky**
Sázení jarních květin.
- 30. 3. středa 09:00 Práce v terénu**
Osobní návštěva u klientů
- 31. 3. čtvrtek 09:00 Trénink paměti**
Kvízy a hádanky o ceny

Recept: Boží milosti



Potřebujeme

těsto - 3 žloutky, 150 ml mléka, 1 lžice rumu, 1 lžice octa, 30 dkg hladké mouky, špetka soli, špetka cukru
2. těsto - 85 g másla, 80 g hladké mouky

Postup přípravy

Vypracujeme těsta. Na rozválené 1. těsto, vložíme 2. těsto, zabalíme ho jako do dopisní obálky a vyválíme. Tento postup opakujeme 3x. Vykrajovátkem nebo radýlkem tvoříme různé tvary, které smažíme ve větším množství oleje (dávám 1/2 sádla a 1/2 oleje). Usmažené ukládáme na ubrousek. Poté smícháme v misce

moučkový a vanilkový cukr, ve kterém boží milosti osypeme. Nádherně se lístkují a při jídle odpadávají kousky od pusy. U prababičky se jim říká mrváně.



TĚŠÍME SE NA SPOLEČNÁ SETKÁNÍ.