



Turnov

PLÁN AKCÍ



TyfloCentrum
Liberec, o.p.s.

SRPEN 2022

KONTAKTY:

Telefon: 736 679 515

Email: turnov@tyflocentrum-lb.cz

Adresa: Jeronýmova 517, Turnov

Web: <https://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)

OVOCNÁ ZMRZLINA

Budeme potřebovat:

200g ovoce dle chuti

200g tvarohu

Postup:

Hodně zralé ovoce dáme do hrnce a necháme minutku, dvě prohřát, pomačkáme.

V tuto chvíli můžete ochutnat, jestli chcete přisladit.

Nalijte ovoce do mixeru, přidejte tvaroh, umixujte do hladka.

Přendejte do nádoby vhodné do mrazáku.

Program na měsíc srpen

- 2. 8. úterý 13.00** **Procházka parkem**
Procházku zakončíme zmrzlinovým pohárem
- 9. 8. úterý 13.00** **Trénink paměti**
Hádanky a kvízy
- 16. 8. úterý 13.00** **Trénink motoriky**
Navlékání korálek
- 23. 8. úterý 13.00** **Procházka**
Návštěva klienta p. Jiroše Miloslava v DD
- 30. 8. úterý 13.00** **Trénink paměti**
Testy a slovní hry
-

Humorné okénko

Stěžuje si paní doktoru: Můj muž mluví každou noc ze spaní.

Co mám dělat?

A doktor na to: Zkusej ho pustit ke slovu ve dne.

Když žena zhubne, je zamilovaná!

Když přibere je šťastná!

A když pustí stěrače, chystá se odbočit doprava.

Ženy se dělí na pracovité a romantické.

Pracovité, když vidí prach - utřou ho,

My romantičky nakreslíme srdíčko.

Recept

LEVANDULOVÁ LIMONÁDA

Ingredience:

- 5 hrnků vody
- 1 hrnek třtinového cukru
- 1 polévková lžíce sušeného květu levandule
- šťáva ze 4-5 citronů

Postup:

Vodu svaříme, odebereme 3 hrnky a necháme lehce zchladit, aby voda nebyla úplně vařící. Přidáme levanduli a cukr. Necháme louhovat asi 20min. Potom scedíme. Přidáme, přidáme zbylou vodu a citronovou šťávu. Vychladíme a podáváme

Některé z dalších využití květů je třeba do koupele na uklidnění,

čaj, který pomáhá při nespavosti a uklidňuje,

dezinfikuje rány a drobné vřidky,

zlepšuje krevní oběh,

ve skříních jako odpuzovač molů,

velké využití v lékařství, kosmetice a aromaterapii

Přeji příjemné osvěžení s limonádou!

VŠEM PŘEJEME KRÁSNÉ LETNÍ DNY