



Spolufinancováno
Evropskou unií

Kraj Vysočina



Třetí číslo v roce 2024

Bludišťák

Adventní čas je čas tradic, zvyků, rodinné pohody. I my v Bludišti již jednu tradici máme, a to vánoční koncert plný krásných koled, hostů... Přijďte i vy si s námi zazpívat a naladit se na adventní pohodu jako každý rok.



Klienti Bludiště
a Dětský pěvecký sbor **Kvítek** při ZŠ Buttulova vás zvou na

VÁNOČNÍ KONCERT

kostel sv. Jakuba, Chotěboř

3.12.2024, 18.00

jako hosté vystoupí Jonáš Klepetko (akordeon)
a Natálie Mrkvičková (zpěv)

přijďte ochutnat cukroví od klientů a pracovníků
Denního stacionáře

možnost zakoupení výrobků ze Sociálně terapeutické dílny

**PŘIJĎTE SE VÁNOČNĚ NALADIT
TĚŠÍME SE NA VÁS!**



V úvodu bychom rádi poděkovali firmě Plam s.r.o. v Chotěboři, která nám časopis tiskne formou sponzorského daru. Moc si toho vážíme a děkujeme!

BLUDIŠTĚ CHOTĚBOŘ

Borovská desítka

Na konci července proběhl běžecký závod Borovská 10, který je určen jak pro zkušené sportovce, tak i amatéry. Cílem závodu je udělat něco pro svoje zdraví fyzické, ale i psychické.

Pohyb je skvělým pomocníkem na cestě za lepším psychickým zdravím. Je spolehlivým bojovníkem proti stresu a napětí. Fyzická aktivita pomáhá při léčbě některých psychických onemocnění jako úzkosti či deprese. Těmto problémům pomáhá pravidelný pohyb také předcházet a funguje jako prevence. A tento pohled spojuje organizátory akce a FOKUS Vysočina, z.ú.. Na akci jsme byli opět přítomni a připravili jsme pro účastníky několik zajímavých workshopů. Ty byly určené pro děti, které též závodily v běhu na trasách různé délky podle svého věku. Nejnavštěvovanější byl kreativní workshop, kde si děti mohly uplést náramky přátelství. Velmi oblíbené byly i různé logické a smart hry nebo například hra pukec. Letos jsme s pořadatelem oslavili další z výročí – je to už 10 let, co se pořadatelé rozhodli podporovat naši organizaci, a část výtěžku ze závodu putuje do střediska v Chotěboři. A abychom si tu oslavu užili, do závodu jsme se aktivně zapojili, i když jen v závěrečné rovině a třeba na invalidním vozíku. ☺ Děkujeme!



Týdny pro duševní zdraví 2024

I v tomto roce FOKUS Vysočina z.ú. pořádal Týdny pro duševní zdraví. Letošní ročník s názvem Duše v (ne)bezpečí proběhl 12. 9. 2024. Kvůli nepřízní počasí jsme akci uspořádali v Sokolovně Chotěboř. Festival cílí především na dospívající mládež, která je v posledních letech nejvíce ohroženou skupinou, co se psychického zdraví týče.

Pro žáky byly připravené zážitkové workshopy, při kterých si vyzkoušeli konkrétní techniky, jak zvládat stres a napětí, jak se před nimi chránit a jak pečovat o své duševní zdraví. Další z workshopů byl zaměřen na poruchy příjmu potravy a připravila ho pro nás společnost Anabell, která se tomuto tématu odborně věnuje. Workshop s názvem Vzkazy na těle se zaměřoval na téma sebepoškozování a účastníci se při něm seznámili s konkrétními uvolňovacími metodami a tzv. „krabičkou podpory před sebepoškozením“. Jedna z aktivit byla zaměřená i na základy sebeobrany s praktickým nácvikem. Nechyběly ani aktivity zaměřené na relaxaci – účastníci mohli navštívit „Planetárium“, kde relaxovali pod hvězdnou oblohou či oblíbené logické hry,



arte dílnu a pohybovky. Proběhl také skupinový workshop Drum Circle (společné bubnování) s facilitátorem.



V letošním roce byl ve spolupráci s organizací SOFA (Society for all), která se zaměřuje na duševní zdraví, zvládání náročného chování dětí a inkluzi připraven i

workshop pro pedagogy.

Akci podpořilo město Chotěboř.

Děkujeme také panu Holoubkovi a panu Svobodovi za spolupráci při zapůjčení Sokolovny.



Zahradní terapie v Bludišti

Pravidelně zprostředkováváme našim klientům společná setkání denního stacionáře a sociálně terapeutické dílny při zahradní terapii. Zahradní terapie je ozdravná metoda, která zlepšuje motoriku a koncentraci díky kontaktu s přírodou. Není to jen práce v zahradě, ale nabízí mnoho různých aktivit pro všechny věkové kategorie, které mohou probíhat venku i uvnitř.

Například v srpnu jsme se věnovali tématu dožínek. Pověděli jsme si několik základních informací o tom, co to jsou dožínky, proč se slaví, které plodiny jsou na okolních polích již sklizeny a které na sklizeň ještě čekají. Klienti poznávali některé druhy plodin, které rostou na polích a diskutovali o tom, co se z jaké plodiny vyrábí (kukuřice, ječmen, pšenice, oves, žito...). Z těchto plodin poté vyráběli podzimní dekorace – vypichované květináče. Za odměnu jsme si poté na zahradě opekli buřty a příjemně si popovídali.



Klienti mají taková setkání v oblibě, jelikož se mezi službami vzájemně znají a mohou spolu sdílet nové zážitky.

Animoterapie pro klienty Bludiště

Ve čtvrtek 19. 9. 2024 proběhlo na zahradě STD společné setkání s klienty denního stacionáře. Přivítali jsme návštěvu ze statku, který se nachází poblíž Chotěboře v Chuchli. Ve Zvěřinci na statku nabízí spoustu aktivit- programy pro školy, školky a třeba domovy pro seniory. Také nabízí terapii se zvířaty, a právě této nabídky jsme využili. Přijela k nám paní Němcová se dvěma poníky. Klienti se na návštěvu velice těšili. Nejprve nám paní Němcová řekla základní informace o péči, kterou poníci potřebují. Pak si klienti mohli poníky hladit, krmit, česat a také se s nimi mohli projít po

zahradě. Všichni byli z návštěvy nadšení a společné focení nebralo konce. Návštěva ze zvěřince na statku se nám moc líbila a v budoucnu bychom ho rádi navštívili osobně.

„Navštívili nás ze Zvěřince a přivezli poníky Angie, Tyno a kocoura Charlie. Poníci byli hodní a drželi, když jsme je česali. Kocour byl chlupatý, mazlivý a obrovský. Majitelka nám ukazovala výbavu a říkala, co koně žerou. Strašně moc se mi to líbilo.“ (H.P.)



DENNÍ STACIONÁŘ BLUDIŠTĚ

Zahradní terapie

Během léta jsme pokračovali v péči o naše nové zahrádky. Každý den po ránu jsme je zalévali, jednou týdně v rámci zahradní terapie pleli, protrhávali je, a odměnou byla velká úroda nejen jahod, rajčat a paprik, ale i cuket. Na zahrádkách se též dařilo různým bylinkám, které jsme postupně sušili na sítěch, abychom je mohli zpracovávat i během zimního období.



Terasu jsme díky markýze využívali i k relaxaci. Máme tu nejen zeleninu, ale i plno květin, které nám terasu krásně zdobily a vytvořily příjemnou atmosféru na relaxování, předčítání, pití kávy... Na zahrádky jsem pyšný, proto jsme je využívali nejen my, ale i klienti ze sociálně terapeutické dílny. Ale nejen oni, na naši terasu jsme pozvali také žáky internátu při Základní a praktické škole v Chotěboři. Společně jsme si mohli užít kouzlo naší terasy. Nyní již postupně zahrádky zazimováváme a opět se jim budeme věnovat příští rok na jaře.



Akce během léta

Během léta vždy jezdíme po okolí Chotěboře a vymýšlíme malé výlety dle počasí. Letos nám sluníčko přálo až moc, proto jsme některé výlety i dvakrát odkládali. Ale všechny naplánované jsme uskutečnili a myslíme si, že jsme si je maximálně užili 😊 Navštívili jsme park v Havlíčkově Brodě, při té příležitosti jsme navštívili výstavu obrazů našeho klienta, přijali jsme pozvání Benediktusu a zajeli za nimi na Modletín, také jsme podpořili svou návštěvou kavárnu Na Cestě v Habrech, nebo jsme jeli shlédnout rodinnou farmu, kde jsme navštívili malé kozy. Jako každoročně jsme o prázdninách dvakrát zvládli oblíbený bowling. O všech těchto akcích DS si můžete přečíst v tomto čísle našeho časopisu...



Výlet – domácí farmička – kozy, kachny, slepice a pes Fík

Jednoho dne přišla naše vedoucí s návrhem, že bychom mohli jet na rychlý, krátký výlet na venkov, kousek od Chotěboře, kde chovají kozy, ovce, kachny, slepice, kohouty a vše hlídá oříšek Fík.

V pondělí 15.7. jsme se ráno dohodli, že vyrazíme do blízké vesničky Vísky. Nejenom, že jsme měli možnost se zblízka podívat na domácí chov zvířat, jejich zázemí a péči o ně, ale zároveň jsme měli možnost užít si krásný pohled na Železné hory. Výlet se nám všem moc líbil a moc jsme si ho užili.



Kavárna Na cestě - Habry

V úterý 13.8.2024 jsme se vydali na výlet do Habrů. Do města jsme dorazili autem a ihned jsme se vydali na procházku. Navštívili jsme několik zajímavých míst, například kostel, staré kino a prošli jsme se po náměstí. Po prohlídce města jsme zamířili do místní kavárny „Na cestě“, kde si každý pochutnal na kávě a sladkém zákusku. Výlet se vydařil a všichni si ho moc užili. Po odpočinku a příjemném posezení jsme se plni dojmů vrátili zpět do stacionáře.



Spolupracujeme s ostatními organizacemi

Benediktus na Modletíně

Dostali jsme pozvání od Benediktu, abychom přijeli na přátelské posezení. Domluvili jsme se na 30.7. a vyrazili dvěma auty směr Modletín.

Bylo krásné počasí a dostalo se nám milého přivítání. Nejprve jsme se šli všichni seznámit s klienty, kteří tu bydlí i o prázdninách. Poseděli jsme u občerstvení a povídali, co vše tu dělají, jaká byla Modletínská pouť, která se konala den před naší návštěvou, co plánují do budoucna.

Po příjemném posezení jsme se vydali do terénu a šli si prohlédnout sušičku, kde suší ovoce a zeleninu, novou budovu, která bude sloužit jako pekárna a zároveň jako bydlení. Dále mají v areálu ateliér, kde se konají různé akce jako jsou hudební činnosti. Jako poslední místo jsme navštívili dílnu, kde vyrábí krásné dřevěné hračky.

Návštěva byla velmi příjemná a určitě zase rádi někdy přijmeme pozvání.



Pozvání do Úsvitu

Na podzim jsme přijali další pozvání, tentokrát od organizace Úsvit z Havlíčkova Brodu. Na začátku října jsme je navštívili v jejich zařízení, dostalo se nám příjemného posezení s klienty a pracovníci. Měli jsme možnost si prohlédnout prostory, činnosti, výrobky. Klienti si mohli vyzkoušet arteterapii s klienty Úsvitu pod vedením paní ředitelky. Na oplátku jsme je pozvali na konec října na Halloweenskou dílničku. Po návštěvě jsme se zastavili na objednaném obědě v restauraci v Havlíčkově Brodě- bez dobrého oběda by to nebyl výlet 😊.



Výstava v Ledči nad Sázavou

Letošní rok jsme začali spolupracovat také s organizací Barborka, pořádají akce pro své klienty, ale pravidelně zvou klienty z jiných organizací... My jsme již dvakrát přijali pozvání na společný bowling, který s našimi klienty pravidelně uzavřeme dobrým obědem. Tentokrát jsme přijali pozvání na jejich dušičkovou výstavu, ta se nám moc líbila. Výlet jsme uzavřeli procházkou po Ledči nad Sázavou a dobrým obědem. Na oplátku jsme pozvali klienty z Barborky k nám, těšíme se, že k nám dorazí 😊

Halloweenská dílnička s klienty Úsvitu

Jako každý rok v DS připravujeme ke svátku Halloween výrobou nějaké dekorace. Tentokrát jsme na naši dílničku pozvali kamarády z DS Úsvit. Moc jsme si to užili 😊



Trénování paměti

1. Jak se jmenuje nejlepší psí kamarád Macha a Šebestové?

- a. Rex
- b. Jonatán
- c. Hugo

2. Jakou hvězdu měla princezna Lada na čele?

- a. Oranžovou
- b. Světlé modrou
- c. Zlatou

3. Jak se jmenuje syn Rumcajse a Manky?

- a. Cipísek
- b. Karel
- c. Žádného syna neměli, měli dceru

4. Doplň přísloví

- a. Kdo pozdě chodí....
- b. Bez práce nejsou....
- c. Jak se z lesa volá....

5. Doplň názvy filmu pohádek a seriálu

- a. Marečku podejte mi....
- b. Noc na....
- c. Princezna ze zlatou....
- d. Létaující....

6. Oprav názvy

- a. Mach a Karolína
- b. Koloběžka osmá
- c. Bob a Karolína

Doufám, že se Vám dařilo a líbilo, M.Š.

NOVINKY ZE SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÉ DÍLNY

Letní období a nástup podzimu bývá v naší sociálně terapeutické dílně vždy ve znamení prací na zahradě, sklizení úrody a jejího zpracování. Letošní rok tomu nebylo jinak, takže v zásobách naší kuchyně jsou připravené sklenice se zavařeným lečem, kečupem, marmeládou a mrazák je po okraj plný zeleniny a ovoce ze zahrady. Těšíme se, až vás na některém ze setkání budeme moct pohostit například lineckým cukrovím s naší rybízovou marmeládou :)

A pro inspiraci přidáváme recept na pečený kečup:

3 kg rajčat
4 cibule
3 červené papriky
5 stroužků česneku
2 polévkové lžíce soli
6 polévkových lžic cukru
100 ml octa
1 polévková lžíce mleté sladké papriky
6 kuliček nového koření
6 hřebíčků
4 bobkové listy
1 celá skořice
bylinky dle chuti (šalvěj, bazalka, rozmarýn, tymián)



Omytá rajčata nakrájejte na kostky. Cibuli a česnek oloupejte a nakrájejte nahrubo. Papriky očistěte a nakrájejte na kousky. Vše dejte do hlubšího pekáče. Přidejte sůl, cukr, ocet a mletou papriku. Další koření ideálně zabalte do kousku gázy, ale není to nutné. Bylinky svazte do svazku. Vše lehce promíchejte a dejte péct odkryté do předehřáté trouby na 170 °C. Pečte asi 2 hodiny, občas promíchejte. Z pekáče vyndejte gázu s kořením a bylinky. Směs přesuňte do mixéru a rozmixujte dohladka. Poté přes jemné síto směs přepasírujte do hrnce. Pokud by se vám kečup zdál řídký, ještě ho na plotně redukujte do požadované hustoty. Plňte do čistých sklenic a následně sterilujte asi 20–25 minut na 80–85 °C.

Oslava 10 let fungování sociálně terapeutické dílny Bludiště

Na zahradě jsme nejen pracovali, ale i slavili. Jak jsme už informovali v minulém čísle našeho časopisu, služba sociálně terapeutická dílna letos oslavila již 10 let svého fungování! A takové výročí je potřeba náležitě oslavit. Oslavě předcházely dlouhé přípravy, do kterých se všichni s chutí zapojili. V den oslavy, tedy 5. září, bylo krásné slunečné počasí a naše zahrada ožila slavnostním ruchem. Pozvání přijali klienti z dalších spolupracujících služeb v okolí a žáci Praktické školy v Chotěboři. Hosté měli možnost vyzkoušet si výrobu bylinkové soli z našich bylinek, oplést si krabici papírovými ruličkami, projít se po smyslovém chodníku a vyfotit se ve fotokoutku. Dále pro ně byla připravena zahradní



kavárna, kde se mohli občerstvit kávou, ledovým čajem, domácí limonádou a bylo podáváno sladké i slané občerstvení. Všem zúčastněným jsme ukázali naši zahradu i vnitřní prostory dílny, představili jim naši službu a ukázali, čím se nejčastěji zabýváme.

Tato setkání jsou pro klienty velmi důležitá, protože mají možnost seznámit se s novými lidmi nebo znovu potkat své přátele. Děkujeme všem zúčastněným, že jsme s nimi mohli strávit krásný den a těšíme se na viděnou při dalších příležitostech! 😊

Zahradní slavnost očima klientů

„Dne 5.9. 2024 jsme měli na zahradě v STD oslavu, slavilo se 10 let. Vyšlo nám pěkné počasí. Přišli studenti z praktické školy, klienti z denního stacionáře, z Úsvitu, z Benediktu a STD Světlá nad Sázavou. Měli jsme pro ně připravené ruličky, krabici, fotokoutek, bylinkovou sůl, občerstvení a kavárnu. Oslava se mi hoooodně moooc líbila a těším se na další.“ (M.Š.)

„Zahradní slavnost se mi líbila, protože jsem učil lidi ruličky. Bylo dobrý jídlo. Měl jsem tam ze školy kamarády.“ (J.H.)

Výstava obrázků našeho klienta Pavla Rudolfa Tecla

29. 7. 2024 jsme společně s klienty DS navštívili výstavu obrázků našeho klienta Pavla Tecla. Sešli jsme se na nádraží a vyrazili do Havlíčkova Brodu. Před knihovnou čekal Pavel s maminkou, aby nás provedl výstavou a řekl nám, jak jeho obrázky vznikají. V knihovně byla příjemná atmosféra a výstava se všem moc líbila. Obdivovali jsme Pavlovu trpělivost, s jakou svá díla vytváří. Po prohlídce jsme zamířili procházkou do parku na malé občerstvení. Počasí bylo příjemné a všichni jsme si pochutnali na něčem dobrém. Výstava se všem moc líbila a přejeme Pavlovi spoustu úspěchů.

Dne 29.7.2024 jsem pozval na svoji výstavu klienty z STD a DS. Všechny klienty z STD a DS jsem provedl od začátku do konce kolem všech obrázků. Vysvětlil jsem jim, co který obrázek znamená a jak to bude fungovat, až se to postaví. V knize jsem měl od lidí spousty pochval, protože se to všem líbilo. Jsem moc rád, že mi to všichni lidé chválili. (P.T.)



Aranžování ze živých květín

V úterý 7.10.2024 jsem ze zachovalých květín a větví vyrobil aranžmá. Připravil jsem si na to větvičky, květiny, florex, košíček. Pak jsem do florexu začal dávat různé větvičky a květiny, taky tůje a břečťan. Dokončený aranžmá jsem vložil do košíčku a zalil vodou. (M.P.)



Konference sebeobhájců

FOKUS Vysočina z.ú., dlouhodobě podporuje lidi s intelektovým znevýhodněním a specifickými potřebami, aby v rámci svých možností převzali zodpovědnost za svůj život a dokázali hájit svá práva. V roce 2023 ve službách Bludiště vznikla skupina sebeobhájců. Ti se pravidelně jednou za měsíc scházejí a řeší témata, která jsou pro ně důležitá. Cílem skupiny je podpořit tyto lidi, aby se vzdělávali ve svých právech a povinnostech, naučili se sdělovat svůj názor a mluvit o tom, co je pro ně důležité, aby mohli žít co nejvíce samostatný život podle svých představ a možností.

Tři zástupci chotěbořské skupiny, paní S. Č., pan J. M. a pan M. Š., se zúčastnili první konference sebeobhájců s názvem **Sebe - Kdo? Sebeobhájce!**, která proběhla 14. – 15. 10. v Hradci Králové. Konference se konala pod záštitou ombudsmana a osobně se jí zúčastnil JUDr. Vít Alexander Schorm, zástupce veřejného ochránce práv. Akce se zúčastnili sebeobhájci z 11 organizací z celé republiky. Cílem konference bylo zprostředkovat účastníkům základní vhled do problematiky a témat sebeobhajování, jako jsou práva lidí se znevýhodněním, bydlení, práce, dostupnost služeb a život v komunitě a v neposlední řadě také svéprávnost a opatrovnictví. Pro účastníky byly připravené kulaté stoly k jednotlivým tématům, o kterých společně diskutovali. Každý sebeobhájce si během konference vytvořil svůj medailonek s tématy, která jsou důležitá právě pro něho. Na závěr konference si sebeobhájci odhlasovali založení svého celorepublikového webu, kde budou informace o sebeobhajování, skupinách napříč republikou a pozvánky na různé akce. A jak akci sebeobhájci zhodnotili? „Získala jsem novou zkušenost a poznala jsem nové lidi a kamarády a budu ráda, když se s nimi uvidím na dalším setkání sebeobhájců“ zhodnotila paní S. Č. Pan M. Š ocenil diskuse u kulatých stolů: „Povídali jsem si o různých tématech, např. práva, hospodaření s penězi, svéprávnost a život v komunitě. Konference se mi hodně líbila a těším se na další“. „Zajímavá byla debata o tom, jak se tvoří společný názor, když má každý svůj pohled“ ocenil pan J. M. práci ve skupinách nad konkrétními tématy jako jsou samostatnost, svéprávnost, finance a život v komunitě.



OSOBNÍ ASISTENCE BLUDIŠTĚ

Poděkování za služby

Dovolte mi, abych všem vašim pracovníkům osobní asistence vyjádřila své poděkování. Byla jsem zde bez rodiny, která má práci a svoji rodinu v Praze, nebýt dobrých sousedů, ale hlavně vaší asistenční služby, pečovatelské péče, zůstala bych bez pomoci a nemohla bych zde v krásné přírodě trávit letní čas...

Přeji hodně síly k vykonávání vašeho záslužného povolání. S úctou L. K.



DOBROVOLNICKÉ CENTRUM

V našem dobrovolnickém centru se toho odehrálo za uplynulé měsíce opravdu mnoho. Nejen, že jsme mezi nás přivítali nové dobrovolníky, užili léto plné sluníčka a oslavili Týdny duševního zdraví, ale máme rekord, který naši dobrovolníci dokázali.

Jedná se o nárůst dobrovolnických hodin pro region Havlíčkův Brod a Chotěboř. Do konce srpna dobrovolníci věnovali dobrovolnické činnosti přes 9 000 hodin. Největší zásluhu na tom mají jednorázoví dobrovolníci z pionýrské skupiny Mláďata Chotěboř, kteří vypomáhali na dětském táboře. Takový údaj ukazuje, že i jednorázové dobrovolnictví má smysl a dobrovolník si tak může vyzkoušet něco nového a zároveň nabrat zkušenosti pro jeho další osobní i profesní růst, aniž by trvale docházel do různých zařízení a sociálních služeb.

Nemůžeme však zapomínat ani na naše dlouhodobé dobrovolníky, kteří dochází pravidelně a dělají radost například seniorům, dětem, a dalším cílovým skupinám.

A kde bychom nyní potřebovali nové dobrovolnické tváře?

V SeneCura SeniorCentru Chotěboř, kde klienti stojí o procházky a povídání nebo volnočasové aktivity.

V pečovatelské službě Chotěboř budou senioři rádi za jakoukoli společnost, která by s nimi chvíli poseděla u kávy a oni se tak necítili sami.

Dále mohou dobrovolníci dělat radost přímo ve FOKUSu Vysočina, v denním stacionáři pro osoby se zdravotním postižením, kde budou klienti rádi za vyplnění jejich volného času.

Napadá Vás, kam bychom mohli služby dobrovolnického centra rozšířit? Neváhejte se nám ozvat, jsme otevření každé nové výzvě.

Nikol Mündelová

koordinátor DC Havlíčkův Brod a Chotěboř

+420 770 177 425

nikol.mundelova@fokusvysocina.cz



KOMUNITNÍ TÝM

Naši službu mohou klienti využívat nejen jako podporu při získávání praktických schopností a dovedností, ale také jako motivaci k pohybu – ten má, jak moudří vědí, blahé účinky na tělo i na duši. Každý lichý týden v úterý od 13 hodin je možnost přidat se k nám na „Sportáka“, který probíhá v Chotěboři. Sraz sportáků bývá vždy na adrese Na Valech 290 před Sociálně terapeutickou dílnou Bludiště FOKUSu Vysočina. Aktivita se přizpůsobuje počasí – pokud nám to umožní, zahrajeme si venku třeba badminton, líný tenis nebo zaházíme frisbee. Co se týká vnitřních aktivit, zaměřujeme se zejména



na jógu. Představitelství se však meze nekladou, jakýkoliv návrh na novou pohybovou aktivitu je vítán. Neobávejte se, že by bylo potřeba předvádět sportovní výkony hodné olympijských závodníků – to nikoliv. Přijďte si s námi zlehka protáhnout kosti, a hlavně se společně pobavit! V případě jakéhokoliv dotazu ohledně „Sportáka“, můžete kontaktovat Veroniku Kvášovou, sociální pracovníci a zároveň sportačku (tel 770 111 497).

Kde nás najdete: Havlíčkova 2034, 580 01 Havlíčkův Brod, v čase 7:30 – 15:30

Kam můžete zavolat: 725 581 891

Kam můžete napsat: komunitni.tym.hb@fokusvysocina.cz



ČASOPIS BLUDIŠŤÁK, číslo 3/2024. Na jeho vydání se podílí: Jitka Klepetková, Lenka Chalupová, Jana Fialová, Kateřina Sýkorová, Lenka Kovačková, Erika Mrkvičková, Dana Tůmová, Zdeňka Ledvinková, Ilona Jandová, Ivana Pleskačová, Veronika Šloufová, Pavlína Bláhová, Martin Fuit, Nikol Mündelová. Na časopise se také ve velké míře podíleli klienti denního stacionáře, sociálně terapeutické dílny, osobní asistence a komunitního týmu.

Kontakt: FOKUS Vysočina z. ú., Denní stacionář, Kosmonautů 262, 583 01 Chotěboř; Sociálně terapeutická dílna Bludiště (Na Valech 290, Chotěboř), Komunitní tým (Na Valech 290, Chotěboř).

Tel.: 777 151 499 (vedoucí střediska), web: www.fokusvysocina.cz.

NA DALŠÍ ČÍSLO ČASOPISU BLUDIŠŤÁK SE MŮŽETE TĚŠIT V ÚNORU 2025