



# NOVINY

JAKÉ BYLO JARO  
V ALCE?



TATO AKTIVITA SE USKUTEČŇUJE ZA FINANČNÍ PODPORY  
Z ROZPOČTU STŘEDOČESKÉHO FONDU SPORTU A VOLNÉHO ČASU  
V RÁMCI PROJEKTU "DOSTAT SE DO OBRAZU".



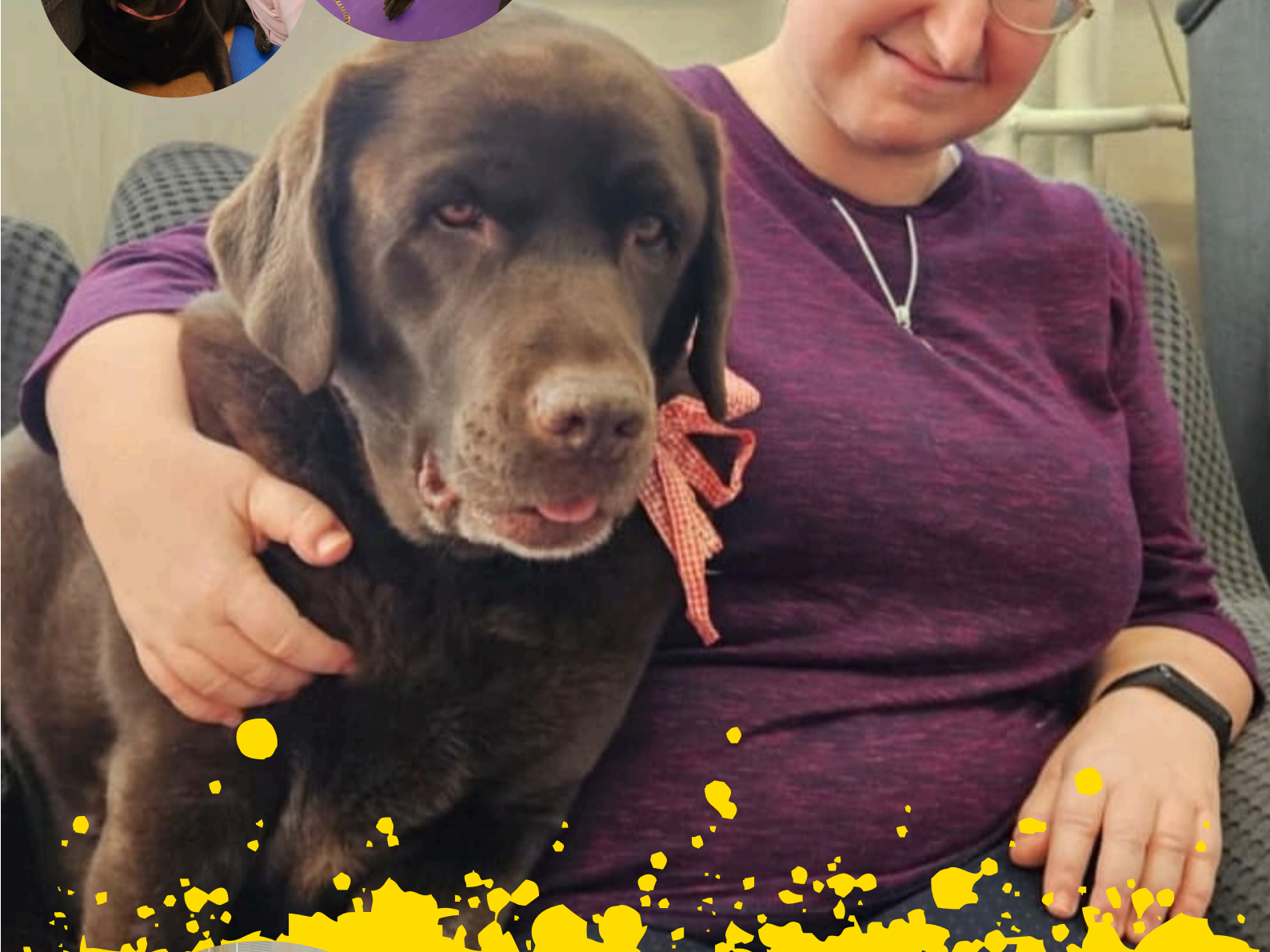
# ZAHRADNIČENÍ



JARO NA ZAHRAĎĚ JE PLNÉ PROBOUZEJÍCÍ SE PŘÍRODY A PRO NÁS TO PŘINÁŠÍ SPOUSTU ZAHRÁDKÁŘSKÝCH AKTIVIT. PUSTILI JSME SE DO HRABÁNÍ STARÉHO LISTÍ A ÚKLIDU PO ZIMĚ, PŘÍRODA UŽ SE ZAČALA PROBOUZET ZE ZIMNÍHO SPÁNKU, SLUNÍČKO VYTAHOVALO LISTY ANGREŠTU I NĚKTERÉ BYLINKY A JAHODY NA ZÁHONECH. BYLI JSME PŘIPRAVIT NÁDRŽ NA DEŠŤOVOU VODU, NÁŠ JEDINÝ ZDROJ VODY, KTERÝM ZALÉVÁME. PŘIVEZLI JSME SI POTŘEBNÉ NÁRADÍ NA ZRYTÍ ZÁHONŮ A SÁZENÍ BRAMBOR A ZELENINY. DO PŘIPRAVENÝCH A POHNOJENÝCH ZÁHONŮ JSME PO "ZMRZLÝCH MUŽÍCH" ZASADILI BRAMBORY, RAJČATA, PÓREK, SALÁTY, OKURKY, CUKETY, HRÁČH A MRKEV. JIŽ TEĎ SKLÍZÍME PRVNÍ SALÁTY, PAŽITKU A OSTATNÍ BYLINKY.



# CANISTERAPIE



**CANISTERAPIE U KLIENTŮ ROZVÍJÍ JEMNOU I HRUBOU MOTORIKU, POMÁHÁ K ROZVOJI VERBÁLNÍ I NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE, DÁLE POMÁHÁ PŘI NÁCVIKU PAMĚTI I KONCENTRACE, ROZVÍJÍ CITOVOU SLOŽKU, SOCIÁLNÍ CÍŤENÍ A UČÍ ČLOVĚKA BÝT V POHODĚ. Z TERAPIE SI NAŠI KLIENTI POKAŽDÉ ODNÁŠÍ POZITIVNÍ ENERGII A ÚSMĚV NA RTECH. BONNY SI ZASE ODNÁŠÍ PEČLIVĚ UČESANÝ KOŽÍŠEK.**



# NÁCVIKOVÝ BYT



V RÁMCI SOCIÁLNÍ REHABILITACE SE DO NAŠEHO NÁCVIKOVÉHO BYTU POSTUPNĚ HLÁSÍ NOVÍ KLIENTI A VŠEM BEZ ROZDÍLU SE TU LÍBÍ. PRÁCE S NAŠIMI KLIENTY JE OPAVŘDU PESTRÁ A RŮZNORODÁ. S KAŽDÝM PRACUJEME INDIVIDUÁLNĚ, PODLE TOHO, JAKOU DOVEDNOST DANÝ KLIENT POTŘEBUJE UPEVNIT, ZDOKONALIT NEBO TŘEBA JEN UDRŽET NA STEJNÉ ÚROVNI.



# SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBA



V RÁMCI SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY JSME SE NA JAŘE VYPRAVILI NAVŠTÍVIT ZOOLOGICKOU ZAHRADU JAK V PRAZE, TAK I V PLZNI. TAKÉ JSME SI UDĚLALI VÝLET NA PRAŽSKÝ HRAD, KDE JSME SI PROHLÉDLI HRADČANY A KOCHALI SE KRÁSNÝMI VÝHLEDY NA ROZKVELTÉ STROMY. POKRAČOVALI PAK NERUDOVKOU KOLEM RESTAURACE U DVOU SLUNCŮ, KAM CHODIL NEJENOM NÁŠ SLAVNÝ SPISOVATEL JAN NERUDA, ALE MY JSME SE ZDE POTKALI S NEMÉNĚ SLAVNÝM JIRKOU KORNEM. JELI JSME DO STANICE PŘÍRODOVĚDCŮ HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY, KDE JSME NAVŠTÍVILI VENKOVNÍ AREÁL S VOLIÉRAMI A VÝBĚHY. NEMÉNĚ ZAJÍMAVÁ BYLA EXKURZE DO PRÁCHEŇSKÉHO MUZEA V PÍSKU. JIŽ PO NĚKOLIKÁTĚ JSME SE BYLI PODÍVAT NA BŘEZNICKÝ ZÁMEK A PŘÍLEHLÝ ZÁMECKÝ PARK. VYPRAVILI JSME SE NA PĚŠÍ TÚRU DO BRD A ABSOLVOVALI OKRUH PO ŽLUTÉ ZNAČCE KOLEM OBORY JELENA EVROPSKÉHO. ANI KULTURU JSME V TOMTO ČASE NEPODCENILI. ZHLÉDLI JSME NĚKOLIK DIVADELNÍCH PŘEDSTAVENÍ V PŘÍBRAMSKÉM DIVADLE, V MULTIKINĚ V PRAZE JSME SI UŽILI RODINNÉ KOMEDIE, UPUSTILI PÁRU NA KONCERTĚ KAPELY WOHNOUT A NÁSLEDNĚ NA MATĚJSKÉ POUTI. VELKOU JARNÍ AKCÍ, KTERÁ SE KONALA V KULTURNÍM DOMĚ V PŘÍBRAMI, BYL PLES SENIORŮ, KTERÝ NAVŠTĚVUJEME PRAVIDELNĚ KAŽDÝM ROKEM. I LETOS SE TATO AKCE MOC Povedla, NAŠI KLIENTI SI TADY PŘIPOMNĚLI ZÁSADY SPOLEČENSKÉHO CHOVÁNÍ A VE VÍRU TANCE ZAPOMNĚLI NA CHVÍLI NA VŠECHNY SVÉ STAROSTI.



# NÁCVIKOVÝ KIOSEK



21. BŘEZNA BYL PO ZIMNÍ PŘESTÁVCE OTEVŘEN NÁCVIKOVÝ KIOSEK A PŘI TÉ PŘÍLEŽITOSTI PROBĚHL VELIKONOČNÍ PRODEJ, KDE JSTE SI MOHLI ZAKOUPIT NAŠE VÝROBKY S VELIKONOČNÍ TÉMATIKOU. JEDNALO SE PŘEDEVŠÍM O ZÁVĚSNÉ DEKORACE S MOTIVY ZAJÍCŮ A KOČEK, SVÍČKY VE TVARU VEJCE V KOŠÍKU, ORIGINÁLNÍ PLETENÉ ZAJÍCE SE SVÍČKOU ČI VELIKONOČNÍ VĚNCE A DALŠÍ. STEJNĚ TAK JAKO JSME ZPESTRILI SORTIMENT VÝROBKŮ, TAK DOŠLO I K ROZŠÍŘENÍ SORTIMENTU ROZPÉKANÉHO PEČIVA, NÁPOJŮ A SUŠENEK. OD POLOVINY KVĚTNA, JSME PRO VÁS V NÁCVIKOVÉM KIOSKU KAŽDÝ VŠEDNÍ DEN.

## KDE JSTE NÁS MOHLI POTKAT?

DNE 25. KVĚTNA JSME SE ZÚČASTNILI KAŽDOROČNÍ AKCE KORZO OBORA A POPRVÉ JSME 1. ČERVNA ZAVÍTALI NA FESTIVAL ODRAZ V RTIŠOVICÍCH, KDE JSME BYLI SPOLEČNĚ S DALŠÍMI NEZISKOVKAMI A MOHLI JSME PROPAGOVAT NAŠI ORGANIZACI. A TAKÉ JSME LETOS PODRUHÉ POŘÁDALI 8. ČERVNA NÁŠ ALKAFEST NA NOVÁKU, KDE SAMOZŘEJMĚ NÁŠ PRODEJNÍ STÁNEK NECHYBĚL.



# PĚVECKÝ SBOR



**NA JAŘE JSME NATÁČELI FILMOVÉ SCÉNY K POHÁDCE POPELKA. NATÁČENÍ PROBÍHALO V PAMÁTNÍKU ANTONÍNA DVOŘÁKA VE VYSOKÉ U PŘÍBRAMĚ A JEHO OKOLÍ, V NÁCVIKOVÉM BYTĚ A V PROSTORÁCH ALKY. VYZKOUŠELI JSME SI, JAK MŮŽE VYPADAT TAKOVÝ NATÁČECÍ DEN. I PŘES CELODENNÍ ÚNAVU JSME POTŘEBNÉ ZÁBĚRY NATOČILI.**

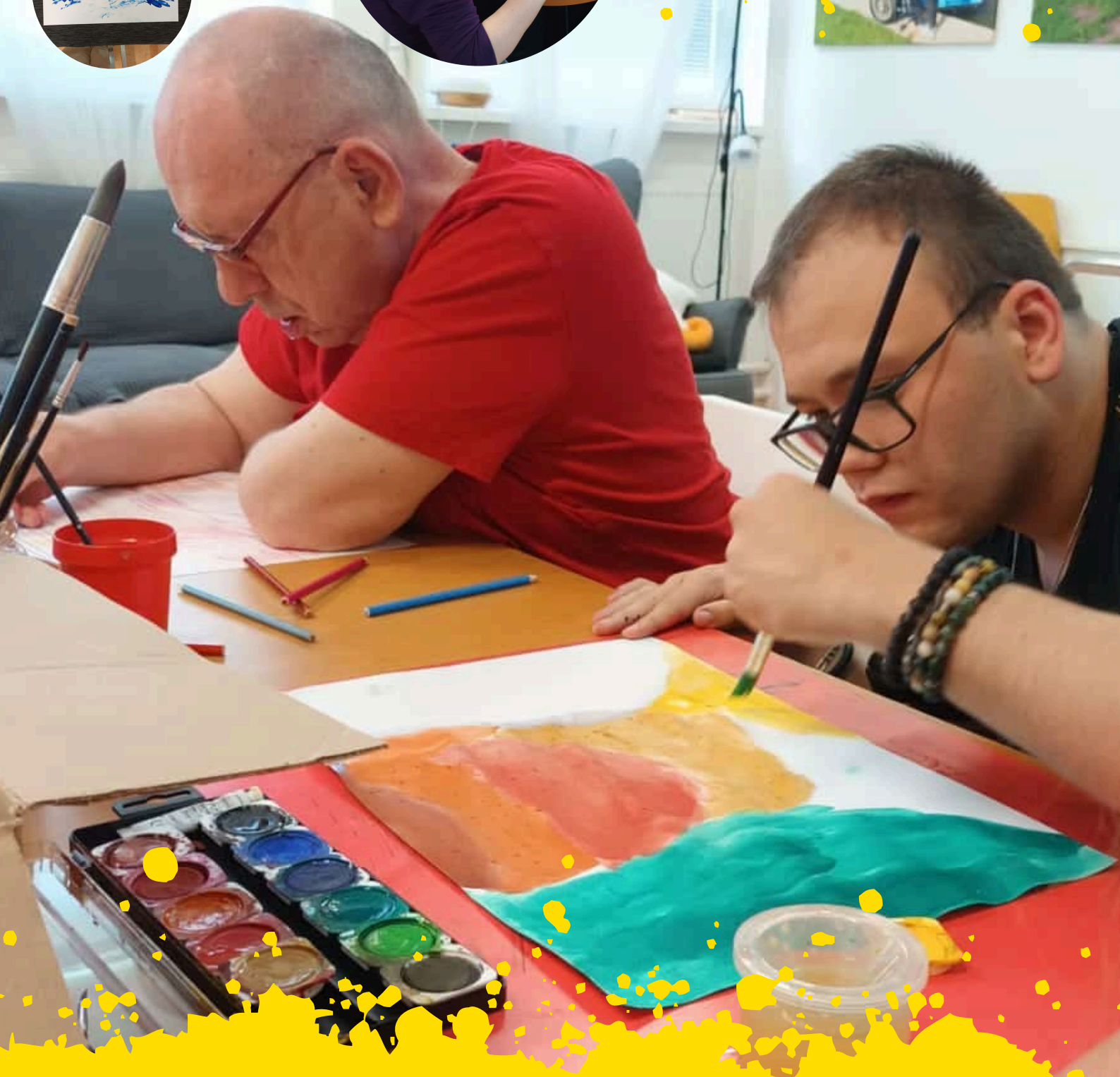
**NA ZKOUŠKÁCH PĚVECKÉHO SBORU JSME POD VEDENÍM NADI VÁLOVÉ NACVIČOVALI PÍSNĚ OD PETRA HAPKY. PÍSNĚ "NESTŮJ, A POJĎ" A "ŠTĚSTÍ JE KRÁSNÁ VĚC" JSME ZAZPÍVALI NA VÝROČNÍM KONCERTĚ NADI VÁLOVÉ V NÁRODNÍ DOMĚ NA VINOHRADĚCHM, KTERÝ BYL PRO VŠECHNY NEZAPOMENUTELNÝM ZÁŽITKEM.**

**PŮLROČNÍ PRACÍ JSME ZAVRŠILI SPOLEČNÉ ZPÍVÁNÍ VYSTOUPENÍM NA ALKAFESTU, KTERÉ SE VELMI VYDAŘILO.**

**NEVŠEDNÍ OKAMŽIKY SI NEHCEME JEN TAK NECHAT PROPLOUT MEZI PRSTY. PROTO JSME SE PUSTILI DO NAHRÁVÁNÍ PÍSNÍ, KTERÉ JSME SE BĚHEM ZKOUŠEK NAUČILI. NAHRÁVÁNÍ CD PROBÍHALO V HUDEBNÍM PRODUKČNÍM STUDIU ZDEŇKA ŠIKÝŘE V HOSTIVAŘI. DĚKUJEME NADĚ VÁLOVÉ ZA MOŽNOST ZAŽÍT TYTO VÝJIMEČNÉ A KRÁSNÉ CHVÍLE.**



# ARTETERAPIE



**ARTETERAPII POD VEDENÍM ARTETERAPEUTKY MAGDALENY WESTMAN MOHOU KLIENTI V ALCE VYUŽÍVAT PRAVIDELNĚ. ARTETERAPIE POMÁHÁ REDUKOVAT KONFLIKTY V MEZILIDSKÝCH VZTAŽÍCH, PODPORUJE SEBEPOZNÁNÍ I OSOBNÍ RŮST .**



# DĚTSKÝ KLUBÍK



V DĚTSKÉM KLUBÍKU SE ANI NA JAŘE DĚTI NENUDILY. PŘI HŘE NA X-BOXU SE UČILY VZÁJEMNÉMU RESPEKTU, PŘI VÝTVARNÝCH ČINNOSTECH SI POMÁHALY A PŘI POHYBOVÝCH AKTIVITÁCH NAVZÁJEM SPOLUPRACOVALY. TO VŠE MĚLY MOŽNOST PROHLOUBIT PŘI MUZIKOTERAPII, KTERÁ SE STALA SOUČÁSTÍ KAŽDÉHO SETKÁNÍ. MUZIKOTERAPIE U DĚTÍ ROZVÍJÍ PŘEDSTAVIVOST I KREATIVITU, PAMĚŤ, UČÍ POROZUMĚT SVÝM POCITŮM, ROZVÍJÍ MOTORICKÉ A POHYBOVÉ SCHOPNOSTI, PODPORUJE KOMUNIKACI, SOCIÁLNÍ VAZBY A VZTAHY, POMÁHÁ PŘI OSVOJOVÁNÍ VĚDOMOSTÍ A SPRÁVNÝCH NÁVYKŮ.

KONCEM JARNÍCH PRÁZDNNIN JSME S DĚTMI JELI NA VÝLET DO ČECHOVY STODOLY DO BUKOVÉ U PŘÍBRAMĚ, KDE JSME ZAŽILI PRAVOU VELIKONOČNÍ ATMOSFÉRU. SEZNÁMILI JSME SE S JARNÍMI ZVYKY A VYBARVILI SI VELIKONOČNÍ VÝROBEK, KTERÝ JSME DOSTALI ZA ODMĚNU. V DUBNU JSME SI PAK POŘÁDNĚ UŽILI ČOKOLÁDOVÝ WORKSHOP V DOMĚ NATURA, KTERÝ PRO NÁS PŘIPRAVILI PRACOVNÍCI Z ORGANIZACE KRALOVSKACOKOLADA.CZ. ZÁŽITEK BYL NEJEN ÚŽASNĚ SLADKÝ, ALE I POUČNÝ. A NAKONEC JSME V ČERVNU NACVIČILI NĚKOLIK CIRKUSOVÝCH KOUSKŮ NA ALKAFEST, KTERÝM NÁS NAUČILI NADŠENCI Z VARIETÉ SOCIÁLE LEDOVEC, Z.S. A MAŇÁSKOVÉ DIVADLO O DVOU KAMARÁDECH A O ZVÍŘÁTKÁCH. DIVADÉLKO JSME ZAHÁJILI A ZAKONČILI PÍSNĚMI, KTERÉ JSME SE NAUČILI V RÁMCI MUZIKOTERAPIE.



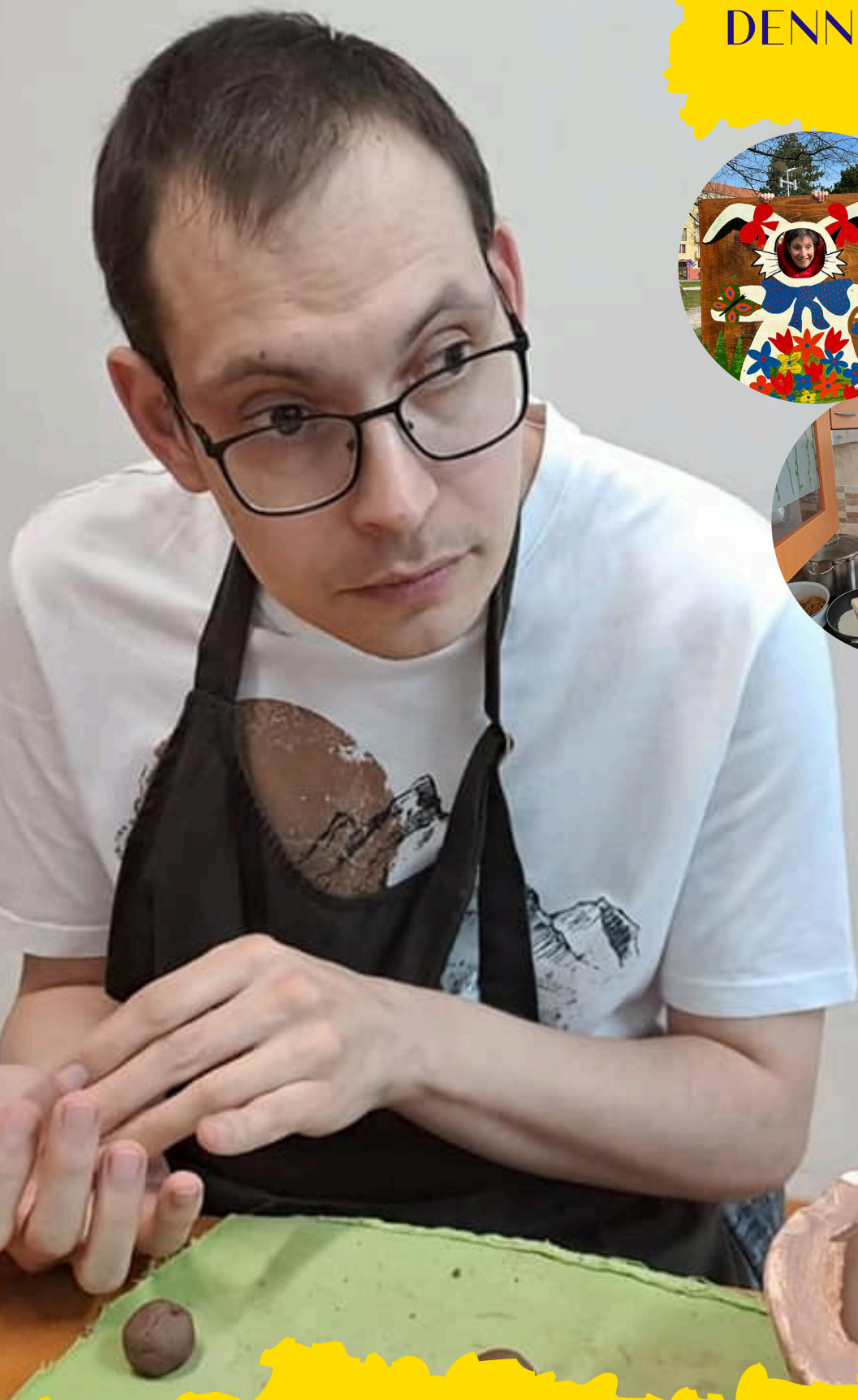
# ODLEHČOVACÍ SLUŽBA



**CÍLEM ODLEHČOVACÍ SLUŽBY JE UMOŽNIT RODINÁM A PEČUJÍCÍM OSOBÁM NEZBYTNÝ ODPOČINEK OD NÁROČNÉ PÉČE O ČLOVĚKA S POSTIŽENÍM. ODLEHČOVACÍ SLUŽBU POSKYTUJEME V TERÉNNÍ, AMBULANTNÍ A POBYTOVÉ FORMĚ. V RÁMCI TERÉNNÍ ODLEHČOVACÍ SLUŽBY NAVŠTĚVUJEME KLIENTY V JEJICH DOMÁCÍM PROSTŘEDÍ, KDE JIM POSKYTUJEME POMOC PŘI ZVLÁDÁNÍ BĚŽNÝCH ÚKONŮ PÉČE O VLASTNÍ OSOBU. POBYTOVOU ODLEHČOVACÍ SLUŽBU MOHOU KLIENTI VYUŽÍT VŽDY 1X V MĚSÍCI OD PÁTKU DO NEDĚLE.**



# DENNÍ STACIONÁŘ



K NEJVÝZNAMNĚJŠÍM SVÁTKŮM JARA PATŘÍ VELIKONOCE. V RÁMCI VZDĚLÁVACÍCH AKTIVIT JSME SI S KLIENTY VYPRÁVĚLI O TRADICÍCH, KTERÉ K VELIKONOCŮM PATŘÍ. PŘI PRÁCI S KERAMICKOU HLÍNOU JSME TVOŘILI DEKORACE S MOTIVY KVĚTIN A ZVÍŘAT. TEPLÉ SLUNEČNÍ PAPSRYKÝ NÁS VYLÁKALY NA JARNÍ PROCHÁZKU, PŘI KTERÉ JSME SBÍRALI PŘÍRODNÍ MATERIÁL K VÝZDOBĚ DENNÍHO STACIONÁŘE. NECHYBĚLY ANI GASTROČTVRTKY. PŘI VÝBĚRU RECEPTŮ JSME SE ZAMĚŘILI NA ZDRAVÁ JÍDLA. PŘI VAŘENÍ JSME VYUŽILI JARNÍ BYLINKY I JINÉ „ZELENÉ POTRAVINY“.





malý festival  
s pohodovým  
programem  
pro celou rodinu

**ALKA** 

# ALKA FEST

**8. 6. 2024**  
od 11 do 19 hodin

**AREÁL  
NOVÉHO RYBNÍKA  
V PŘÍBRAMI**

► **GINEVRA** ► **NeBeZeMě**

► **Nadá VÁLOVÁ**  
vystoupí společně s klienty Alky

**BOHATÝ PROGRAM PRO DĚTI**

- VARIETÉ SOCIÁLE - workshop a cirkusové vystoupení
- KLAUN HUGO - bublinová show • skluzavka, malování na obličej, třpytkové a airbrush tetování • ELEKTROMOBIL TESLA se simulátorem
- tvořivá dílnička, informační, prodejní stánky a další ...

**PŘIJĎTE NÁS POZNAT, PŘIJĎTE SE S NÁMI BAVIT**

**VSTUP ZDARMA** [www.alkaops.cz](http://www.alkaops.cz)



V SOBOTU 8. ČERVNA 2024 PROBĚHL DRUHÝ ROČNÍK ALKAFESTU. DOPOLEDNÍ PROGRAM ZAHÁJILA SKUPINA NEBEZEMĚ, POTÉ VYSTOUPILA ŠANSONIÉRKA NAĎA VÁLOVÁ SPOLEČNĚ S KLIENTY ALKY A HUDEBNÍ ČÁST UZAVŘELA SKUPINA GINEVRA. KDO MÁ RÁD CIRKUS, MOHL SI VYZKOUŠET ŽONGLOVÁNÍ A DALŠÍ CIRKUSOVÉ DISCIPLÍNY V RÁMCI DOPOLEDNÍHO WORKSHOPU VARIETÉ SOCIÁLE. ODPOLEDNÍHO VYSTOUPENÍ S PŘEDSTAVENÍM SE ZÚČASTNILI TAKÉ KLIENTI ALKY. PO CELOU DOBU FESTIVALU BYLY K DISPOZICI TVOŘIVÉ, INFORMAČNÍ A PRODEJNÍ STÁNKY. BYLY PŘIPRAVENY UKÁZKY TERAPIÍ A POMŮCEK, ODBORNÉ PORADENSTVÍ ALKY, ALE I DALŠÍCH ORGANIZACÍ. PRO DĚTI BYLA PŘIPRAVENA TVOŘIVÁ DÍLNA, NAFUKOVACÍ SKLUZAVKA, ŘETÍZKOVÝ KOLOTOČ, MALOVÁNÍ NA OBLIČEJ A TŘPYTKOVÉ I AIRBRUSH TETOVÁNÍ.