

od čtvrtka 7.9.2017

TRÉNINK  
PAMĚTI

pro seniory



PŘIJĎTE SI  
ZÁBAVNOU FORMOU  
PROCVIČIT JAK KRÁTKODOBOU  
TAK I DLOUHODOBOU PAMĚT

TEMATICKY ZAMĚŘENÝ PROGRAM **KAŽDÝCH 14 DNÍ**  
V NAŠEM CENTRU **VŽDY VE ČTVRTEK DOPOLEDNE**

## VZPOMÍNÁME ...

Dne 17. 10. 2016 nás opustil pan VLADISLAV VENCLÁK. Zemřel ve věku krásných 85 let. S láskou vzpomínáme.



foto Denny centrum pro seniory JIZERA, z.s. / rukodělné kurzy

## VYZKOUŠEJTE SI SVOJI PAMĚŤ

ukázka z kurzu Trénink paměti pro seniory - po prázdninách od 7.9.2017 opět v našem centru

**Přesmyčky mužských a ženských jmen**  
V níže uvedených jménech byla přeházena písmena, slova vypadají nesrozumitelně. Přeskupte písmena tak, aby z každého slova vzniklo správné mužské nebo ženské jméno.

ÍNVALPA	HRÍMDAROA	SEILVI	MORNA
HÍMROYR	SLAVTA	ADLA	XARENDLAA
RISLOMAVA	BASNIA.	AZTI	ŤÁNTAA
PĚŠNÁT	VTĚKLAVOS	JMÁREEŠI	KROPOP
BLIAZEA	AMRATA	DRIGNI	RTACDI
CHRADIR	BRAMĚLOTOJ	ŠRIFANKAT	VRIKNOEA
UNAZAZ	VOURKDABA	ANŽATE	RETP
AKHVIDE	SITORVLAS	NOJALA	ŠANDJIŘKI
LAPNEOA	VĚLNASTA	ŠÁTMO	EHNELA



foto Denny centrum pro seniory JIZERA, z.s. / rukodělné kurzy

# ČTVRTLETNÍK DC JIZERA

... poklidné místo pro naše nejbližší, na kterých nám záleží ...

## SOCIÁLNÍ SLUŽBA

## ÚVODNÍ SLOVO ...



Veronika Vynikalová, redakce

Milí čtenáři,  
léto uteklo jako voda a pomalu se k nám blíží čas podzimní, kdy vám při procházce lesem šustí barevné listy pod nohama a nad polem se začínají objevovat první draci. Pokud nefouká vítr tak, že mi odletí i ta nejtěsnější čepice z hlavy, pak mám toto období moc ráda. Všechno dostává po bujarém létě takový nějaký poklidnější ráz a svět kolem se stává na čas díky nepřeberné podzimní paletě barevnější.

A až si venku na lavičce budete vychutnávat poslední letošní letní hřejivé paprsky, vezměte si k tomu ke čtení třeba právě toto číslo našeho časopisu. V tomto vydání si můžete mimo jiné přečíst třeba tipy a rady seniorům od Policie ČR,

jak se vyhnout podvodu či okradení, dozvíte se také, že už jen pouhý podpis prezidenta nás dělí od schválení placeného ošetrovatelského volna pro osoby pečující o své vážně nemocné příbuzné. Doufáme, že se vám naše číslo bude líbit a za celý redakční tým bych vám ráda popřála příjemné čtení, klidné blížící se podzimní dny a především hodně zdraví.

A na úvod se pojďme rovnou blíže podívat na to, co to jsou denní stacionáře ...

Předsevzetí mnohých z nás, "že rodiče bych nikdy nikam neodložil," může být v případě pracujícího člověka občas i nad jeho lidské síly.

Soužití s člověkem, který není úplně soběstačný a vyžaduje celodenní péči, je pro mnohé velmi tvrdým oříškem. Nechceme, aby naši blízcí "dožívali" v domovech sociálních služeb, nicméně i kdybychom je někam umístit chtěli, moc šancí a možností se nám nenabízí. Domovy důchodců se snaží tyto lidi přijmout, ale kapacitně to nezvládají a LDN bývá už opravdu posledním řešením. Jak se s touto situací poprat, když nikoho nezajímá, kdo takového člověka přes den zaopatří, zabezpečí pomoc se stravou a osobní hygienou, podá potřebné léky, když vy jste do večera v práci. V péči o starší lidi máme u nás stále co dohánět, protože ve většině rodin celé břemeno zůstává právě skoro vždy na nejbližších členech rodiny.



foto Veronika Vynikalová

## Recept na šťastné stáří?

Podle našich babiček je velice jednoduchý: "Radovat se z každého dne, z každého společného setkání a z každé maličkosti, kterou nový den přináší." ("a každé ráno štamprlu slivovice", dodal by k tomu můj dědeček)

Jednou z možností, jak si náročnou práci alespoň trochu ulehčit a seniorovi přitom zabezpečit kvalitnější život, jsou právě denní stacionáře. Ráno babičku či dědečka přivezete, případně jim zabezpečíte odvoz, a odpoledne si pro ně zase přijedete. A nemusíte se bát, co se během dne stalo, zatímco jste byli v práci nebo za jinými povinnostmi.

U nás v centru se snažíme, aby se denní program podobal takovému běžnému normálnímu životu. Ráno si přečteme noviny, povyprávíme co je nového, dáme si společně kávu, můžeme jít na přílehlou zahradu, kdo chce tak se účastní i různých vybraných aktivit ať už to jsou rukodělné práce, besedy se zajímavými hosty, kondiční cvičení nebo trénink paměti.

Výhodou každého denního stacionáře není jen skutečnost, že se tu postarají o vašeho blízkého, zatímco jste v práci. Přínosem pro všechny je především fakt, že zde všechny ty babičky a dědečci takřkají "rozkvetou". Kontakt se stejně starými vrstevníky a společné zájmy dokážou povzbudit lidi v jakémkoliv věku a v různém fyzickém či duševním rozpoložení. I člověk postižený např. Alzheimerovou chorobou, který nepoznává vlastní potomky a už vůbec neví, co měl včera k obědu, dokáže v kolektivu zpívat nebo se zapojit do hodin kreativního tvoření.

Mám na kurzu tréninku paměti jednoho staršího pána, který ač to na něm na první pohled není vidět, dokáže bravurně po zaznění pár úvodních tónů ukázkové skladby pojmenovat název písně i interpreta, někdy dokonce i rok, kdy se píseň stala hitem. Mnohem rychleji, než my všichni ostatní. Totéž zvládá i u filmových a pohádkových ukázek. Klobouk dolů, mám z něho radost.

Některé seniory k nám přicházejí jen na dopoledne, jiní třeba na dvě hodiny jen tak si společně povídat a dát kávu. Jiní spojují návštěvu v výukou a tréninkem paměti nebo si zajdou vyrobit nějaký ten zajímavý výrobek.

Samozřejmostí stacionáře je i zajištění odborné pomoci při možném akutním zhoršení zdravotního stavu a také nezbytná míra asistence při všech hygienických a sociálních potřebách klientů, vše s ohledem na jejich osobní důstojnost a integritu.

Přijďte se k nám do DC JIZERA podívat nebo nás se svými dotazy můžete kontaktovat na tel. číslo centra 725 787 577. Pokud zdravotní stav vašeho blízkého dovoluje zůstat doma v přirozeném prostředí, zkuste tuto péči kombinovat právě s využitím ambulantních služeb jako je denní stacionář. Je to ta nejlepší péče, kterou rodina může poskytnout.

Veronika Vynikalová, redakce

- **Potřebuje váš blízký člen rodiny pomoc při zvládnání denních úkolů a s péčí o svou osobu?**
- **Jste přes den v práci, ale zároveň nechcete umístit svého blízkého do ústavu, ani aby k vám docházela pečovatelská?**

**Nabízíme MOŽNOST PEČUJÍCÍM RODINÁM POSTARAT SE O JEJICH BLÍZKÉ BĚHEM DNE s odbornou péčí a to od pondělí do čtvrtka vždy v čase od 9 do 17 hodin.**

Denny centrum pro seniory JIZERA, z.s. poskytuje registrovanou sociální službu Denny stacionář, která je určena pro seniory a osoby se zdravotním postižením. Naším klientům zajišťujeme kromě odborné péče také bohatý program, který podporuje jejich vlastní samostatnost a rozvíjí činnost, ať už při řemeslné či jiné zájmové činnosti.

## Z PERA NAŠICH KLIENTŮ ...

## Obyčejné brambory?

Jak všichni jistě víme, tuto plodinu nám přivezl do Evropy Kryštof Kolumbus z Jižní Ameriky. V roce 1565 je daroval jako velkou vzácnost španělskému králi Filipovi II. a koncem 16. století se začaly šířit jako okrasná a léčivá rostlina po celé Evropě.

Nikdo však nevěděl, že se mají vařit. Poprvé byly uvařeny až v roce 1616 na dvoře krále Ludvíka XIII. jako velká pochoutka. V našich zemích je jako první ochutnal roku 1632 velmož Vilém Slavata. V letech velkého hladomoru na konci 18. století je nechala Marie Terezie přivést jako záchranu před hladověním a tak "obyčejné" brambory zachránily mnoho lidských životů.

Dnes z nich známe desítky výtečných dobrot a kromě toho, je to plodina také vsutku sváteční, vždyť je i na štědrovečerní tabuli. Tak co myslíte, jsou brambory opravdu jen "obyčejné"?

klientka Dennyho centra pro seniory JIZERA, z.s.

## SLOVO REDAKCE

Na lekci tréninku paměti vybízím klienty centra, aby se také zapojili do příprav našeho časopisu a sami napsali nějaký malý článek, který by mohl čtenáře zajímat. Vždy mám radost z toho, když se mi pak do ruky dostane čtení, se kterým si někdo dal ve svém volném čase práci. A myslím, že i vy mi dáte za pravdu, že výše uvedené bramborové povídání přineslo zajímavý pohled na téma, které by se samo o sobě mohlo zdát obyčejné, ale mile nás překvapí zajímavými informacemi.

dozvíte se více  
uvnitř  
tohoto čísla



"Senát právě schválil placené ošetrovatelské volno pro osoby, které pečují o své vážně nemocné příbuzné. Zároveň budou tyto pečující osoby v době péče chráněny před propuštěním. Čerpat ošetrovatelské volno budou moci všechny pečující osoby, které si platí nemocenské pojištění. Tak už jen podpis prezidenta."

## VÍTE, ŽE ... ?

Mgr. Zuzana Jentschke Stocklova  
náměstkyně pro řízení sekce sociální a rodinné politiky Ministerstvo práce a sociálních věcí  
Zdroj: FCB / Z. J. Stocklova / dne 16.8.2017



## Kde nás najdete:

Boleslavská 682, Bakov nad Jizerou 294 01  
tel.: 725 787 577, www.dcjizera.cz



NAŠE ZAŘÍZENÍ  
JE ČLEMEM ASOCIACE  
POSKYTOVATELŮ  
SOCIÁLNÍCH SLUŽEB ČR

Periodický tisk ČTVRTLETNÍK DC JIZERA - SOCIÁLNÍ SLUŽBA. Registrováno na Ministerstvu kultury ČR - evidenční číslo MK ČR E 22900. Vydává Denny centrum pro seniory Jizera, z.s., Boleslavská 682, Bakov nad Jizerou 294 01, IČ: 22838457, tel.: 725 787 577, e-mail: info@dcjizera.cz, www.dcjizera.cz, šéfredaktor - Veronika Vynikalová, vychází jako čtvrtletník (4x ročně) v nákladu 9000 ks, zdarma.

Otištěné názory se nemusí shodovat s názorem redakce, za věcnou správnost odpovídají autoři příspěvků. Vydávání příspěvků se řídí zákonem č. 46/2000 Sb., o právech a povinnostech při vydávání periodického tisku, Tiskový zákon. Vaše příspěvky a náměty do dalšího čísla můžete zasílat na e-mail: redakce.dcj@seznam.cz nebo přinést osobně do centra.



## PODVODY NA SENIORECH

DOPORUČUJÍCÍ RADY PRO SENIORY

### “Když víte, co vás může ohrozit, máte větší šanci se bránit.”

#### JAK SE VYHNOUT PODVODU

- Podvodníci využívají různé záminky a lsti, aby se dostali k vašim penězům. Chtějí vniknout do vašeho bytu a pokud z vás nevyhládkají peníze přímo, ovládají řadu způsobů, jak vás okrást.
- Nedůvěřujte neznámým lidem, nikoho cizího nepouštějte do svého bytu.
- Nikdy hned neotvírejte dveře, nevíte-li, kdo je za nimi.
- Pořídte si panoramatické kukátko, které vám umožní dobře si návštěvníka prohlédnout, instalujte si na dveře bezpečnostní řetízky, který udrží dveře jen pootevřené. Některé věci tak můžete vyřídit bezpečněji.
- Zvoní-li opravář, pracovník úřadu či jiných služeb (odečet plynu, apod.) nechejte si předložit jeho služební průkaz, nebo ještě lépe zavolejte na úřad nebo instituci, na kterou se pracovník odvolává. V případě jakýchkoliv pochybností trvejte na tom, že o nabízenou službu nestojíte.
- Nepodléhejte lákavé vidině snadného zbohatnutí. Podomní nabídky výher v loterii nebo výhodných koupí odmítněte - v naprosté většině jde o podvod.
- Udržujte dobré vztahy se sousedy v domě. Napište si jejich telefonní čísla, v případě potřeby bývá jejich pomoc nejrychlejší.
- Důležitá telefonní čísla (policie, lékař, hasiči aj.) mějte viditelně blízko telefonu, abyste mohli co nejrychleji přivolat pomoc.
- Nepodvolujte se nátlaku ze strany rodinných příslušníků, natož cizích lidí, k podpisu závažných dokumentů např. k převedení bytu, domu nebo chaty nebo poskytnutí peněžních půjček. Vše si v klidu a pečlivě promyslete.
- Závažná rozhodnutí o vašem majetku konzultujte s právníkem, nechejte si poradit od dalších věrohodných osob. Většina institucí a nevládních organizací, která poskytuje pomoc seniorům, nabízí i bezplatnou právní poradnu.

#### JAK SE CHRÁNIT PŘED OKRADEMÍ

- Peníze, doklady i klíče noste v příruční uzavřené tašce nebo kabelce vždy odděleně. Berte si jen tolik peněz, kolik skutečně potřebujete.
- Peněženku uložte na dno nebo do spodní části kabelky nebo nákupní tašky.
- Kabelku nebo tašku přes rameno nenechávejte viset na zádech, ale mějte ji stále na očích a chraňte ji rukama na boku nebo na břiše.
- Kabelku nebo tašku nepokládejte v obchodech na police a nenechávejte ji v nákupním vozíku. Nikdy ji neodkládejte s oděvem v šatně kina, divadla, restaurace, ani v čekárně u lékaře či na úřadech.
- Vyhýbejte se návalům mnoha lidí, tlačence nahrává zlodějům a okradení může proběhnout bez povšimnutí.
- Čtete-li si v dopravním prostředku MHD, mějte své příruční zavazadlo pořád pod kontrolou.
- Ve vlaku si vybírejte kupé, kde už sedí další cestující a nenechávejte svá zavazadla bez dozoru.
- Při výběru peněz z bankomatu si hlídejte soukromí. Dávejte pozor, jestli vás někdo nesleduje příliš zblízka. Vybírání z bankomatů uvnitř bank či spořitelny je spolehlivější. Na ulici vybírejte peníze za asistence někoho, koho znáte a důvěřujete mu.
- Nikdy se před nikým nechlubte svými úspěchy nebo cennostmi, nepůjčujte cizím lidem peníze, neplat'te žádné zálohy podomním prodejčům.

#### JAK PŘEDCHÁZET RIZIKU PŘEPADENÍ

- Vyhýbejte se odlehlým, nepřehledným a neosvětleným místům. Chod'te raději frekventovanějšími ulicemi.
- Kabelku nebo tašku noste v ruce či na rameni směrem od ulice, aby vám ji z vozovky nemohl někdo vytrhnout a ukrást.
- Chce-li vám někdo kabelku ukrást, nebraňte se za každou cenu. Zdraví nebo dokonce život jsou cennější než peníze!
- Po chodníku chod'te raději dále od vchodů domů, kde by mohl číhat případný pachatel a mohl by vás vtáhnout dovnitř.
- Při vstupování do domu se pozorně rozhlédněte a nevcházejte tam s někým neznámým. Také ve výtahu nejezděte s někým, koho neznáte. Radši počkejte na výtah prázdný.
- Nepřijímejte doprovod nabízený neznámými lidmi, i kdyby vypadali důvěryhodně. Ochota "pomocníka" může být jen záminkou k tomu, aby se dostal do vašeho bytu a tam vás okradl třeba i za použití násilí.
- Kdybyste měli pocit, že vás někdo sleduje, snažte se co nejrychleji dostat na místo, kde je nějaký obchod nebo více lidí, mezi nimiž budete bezpečnější.
- Kdyby vás někdo napadl, křičte i tehdy, když v blízkosti nikoho nevidíte. Mohl by vás uslyšet někdo za rohem a přispěchat na pomoc.
- V případě nutnosti můžete pro svou ochranu použít sprej (deodorant, lak na vlasy nebo slzný plyn), který nosíte v tašce či kabelce. Pachatele tím překvapíte, možná i odradíte a sami tak získáte čas na přivolání pomoci. Spuštění vašeho osobního alarmu může útočnicka vylekat a přimět ho k útěku.
- Snažte se vyhnout čekání na liduprázdné zastávce hromadné dopravy, především v časně ranních nebo pozdně večerních hodinách.
- V prázdném tramvaji nebo autobusu si sedějte co nejbližší k řidiči. Jeho blízkost může případného lupiče od zlého úmyslu odradit nebo vám v případě obtěžování či napadení řídit rychleji pomůže.

ZDROJ: Policie České republiky

BESEDA NA TÉMA  
BEZPEČNOST SENIORŮ  
S MĚSTSKOU POLICIÍ BAKOV NAD JIZEROU  
DNE 11. 9. OD 10 HOD  
V PROSTORÁCH CENTRA



foto Denní centrum pro seniory JIZERA, z.s. / TRÉNINK PAMĚTI PRO SENIORY

## TRÉNINK PAMĚTI PRO SENIORY

Většina z nás o své paměti vůbec nepřemýšlí, a to až do té chvíle, kdy nám najednou naše paměť prostě a jednoduše „vypoví službu“.

Paměť je jednou z nejzajímavějších a nejdůležitějších schopností mozku. Můžeme jí nazvat takovou velkou knihovnou plnou informací získaných během našeho života. S pamětí nebojují jen staří, ale i mladí lidé. Na zhoršení paměti mají kromě stárnutí také v neposlední řadě podíl moderní technologie dnešního světa. Až příliš často se spoléháme na to, že vše najdeme na internetu nebo ve svém chytrém telefonu. Přiznejme si, že když ztratíme či zapomeneme někde telefon, nejsme kolikrát ani schopni zavolat svým nejbližším.

Pravidelné trénování paměti přispívá ke zvýšení soběstačnosti a tím k prodloužení nezávislosti až do vysokého věku. Přestože se paměť a intelektuální schopnosti v pokročilém věku mění, různé cvičební techniky dokáží seniorům usnadnit každodenní život a posílit jejich sebevědomí. Trénování mozku hraje také významnou roli prevence demence (např. Alzheimerovy choroby) a jiných negativních důsledků stárnutí.

A právě pro ty, kteří si přejí něco udělat pro své duševní zdraví i ve vyšším věku, jsou určeny naše dopolední čtvrtky. Každých 14 dní v centru DCJ procvičujeme jako krátkodobou tak dlouhodobou paměť, kdy se snažíme odlehčenou a především zábavnou formou zapojit mozek a rozvíjet jeho schopnosti.

Přijďte se pobavit a trénovat paměť s námi. Nacvičíte si použití jednoduchých technik na praktických příkladech z běžného života. Ukážeme si, jak lze paměťové techniky použít k zapamatování různých seznamů, čísel či běžných nákupů. Naučíte se lépe koncentrovat, udržet si pozornost, zaměřujeme se také na schopnost logického uvažování. Součástí programu je i reminiscenční část, přispívající ke zlepšení komunikace - využíváme vzpomínek klientů k povídání si o životě, o jejich dřívějších aktivitách, prožitých událostech a zkušenostech.

Jak již bylo v úvodu řečeno, posilování paměti pomáhá udržet a rozvíjet stávající schopnosti a zvyšuje sebevědomí. Navíc trénování paměti pro seniory znamená smysluplné využití volného času a rovněž jednu z možností seberealizace. Chcete-li se dozvědět více, přijďte se podívat.



foto Denní centrum pro seniory JIZERA, z.s. / TRÉNINK PAMĚTI PRO SENIORY

## Senát potvrdil zavedení dlouhodobého ošetrovného

Bohuslav Sobotka: Senát potvrdil zavedení dlouhodobého ošetrovného, pomohli jsme rodinám vážně nemocných.

Podpora osob, které se mohou nezaviněně dostat do tíživé životní situace, je jednou z hlavních priorit naší vlády. Mezi takové skupiny patří i lidé, kteří se rozhodli převzít na svá bedra péči o dlouhodoběji nemocného příbuzného. Až dosud je naše legislativa ekonomicky trestala – nárok na proplácení náhrady za ztrátu příjmů měli jen po dobu prvních devíti dnů, pokud se jednalo o ošetrování osaměle žijících osob, pak až šestnáct dnů. To se ukázalo v řadě případů závažnějších zdravotních problémů jako naprosto nedostatečné a rodiny pečující o nemocné příbuzné nad rámec této doby se kvůli tomu často dostávaly do finanční tísně.

Proto jsem rád, že naše vláda dnes úspěšným hlasováním v Senátu definitivně prosadila zavedení nové sociální dávky, tzv. dlouhodobého ošetrovného, která tyto případy ošetří. Budou si o ni moci požádat lidé, u nichž je předpoklad, že budou muset o příbuzného propuštěného z nemocniční péče celodenně pečovat nejméně 30 dní. Dávka bude vyplácena ve výši 60 procent denního vyměřovacího základu, což rodině zajistí alespoň nějaký příjem do doby, než se pacient zotaví, nebo bude umístěn do nějakého vhodného sociálního či zdravotnického zařízení, maximálně však na tři měsíce.

Od tohoto kroku si naše vláda slibuje, že zlepší sociální situaci těchto rodin, zvýší zájem rodinných příslušníků vzít si nemocného člena rodiny do domácí péče a zároveň ulehčí situaci a sníží náklady zdravotnických zařízení, v nichž by jinak tito pacienti museli zůstat.

Bohuslav Sobotka, předseda vlády ČR  
ZDROJ: www.vlada.cz / 16.8.2017

#### CITÁTY O STÁŘÍ

Umění není stárnout, umění je to snášet.  
Johann Wolfgang Goethe

Stárnout začínáme, když rezignujeme na mládí.  
Winston Churchill

Být mladý umí každé tele. Ale umět stárnout, to je kumšt.  
Karel Čapek

Moudří lidé si umějí rozdělit loučení s mládím na několik desítek let.  
Françoise Rosayová



## Z darů naší přírody ...

V nadcházejícím podzimním období mnoho z nás onemocní nachlazením nebo chřipkou. Tyto nemoci nás dokáží pořádně vyčerpat a znepříjemnit den. S nachlazením a chřipkou nám mohou dobře pomoci různé bylinky, které se dnes vrací na výsluní léčby. Bylinky jsou odkoušené generacemi našich babiček a dědečků, jsou takovým kouzelným lékem pro duši i tělo. Důležité je, začít bylinky používat ihned, jakmile si všimneme prvních příznaků nachlazení, protože právě tehdy nám mohou pomoci nejvíce.

A jeden z receptů na rychlý bylinkový čaj, který můžete rovnou vyzkoušet, nám v srpnu do redakce poslala dvašedesátiletá paní Maruška z Bakova nad Jizerou.

#### Heřmánkový čaj se zázvorem - ideální proti chřipce a nachlazení

Vezměte kousek kořene zázvoru, který zbavíte slupky a nastrojte ho do konvičky. Přidejte pár kvítků sušeného heřmánku, který vám při nachlazení pomůže snížit horečku a utišit nepříjemné pálení sliznice či bolesti kloubů a hlavy. Čaj přelijte vroucí vodou, nechte vylouhovat, poté je potřeba vše scedit a už jen popíjíte po doušcích. Čaj je potřeba pít nejlépe co nejteplejší. Nápoj je také ideálním zahřívacím prostředkem v právě nadcházejících sychravých podzimních dnech. Důležitou součástí lahodného léčivého nápoje je včelí med, bez kterého by to rozhodně nebylo ono.



foto Denní centrum pro seniory JIZERA, z.s. / ŘEMESLNÉ KURZY

## KREATIVNÍ TVOŘENÍ v přátelském kolektivu

Každý týden, vždy od PONDĚLÍ do ČTVRTKA od 9 do 13 hodin, můžete u nás v centru vyrábět a tvořit. Tak nebudte doma sami a přijďte k nám dělat to, co vás baví ...

Celý týden od pondělí až do čtvrtka se můžete v našem centru vidět s pracovníky DCJ HANOU KYSELOVOU, MARTOU KOMŇACKOU a IVANOU NOVOTNOU, se kterými klienti centra tvoří zajímavé a tematické výrobky za pomoci různých kreativních technik. Ukázkou výrobků našich seniorů najdete na www.dcjizera.cz. Můžeme se pochlubit i prodejem námi vyrobených věcí na různých trzích a jarmarcích. Také se zapojujeme do charitativní činnosti - pleteme a háčkujeme čepice, rukavice, šály a ponožky pro děti do JAR, Rumunska a na Ukrajinu.

**Zakoupením výrobku zhotoveného klientem centra podpoříte nejen naši činnost, ale také darujete úsměv, že naše tvoření potěšilo i někoho dalšího.**