



VÝMĚNÍK

# POMÁHÁME LIDEM ŽÍT S DUŠEVNÍ NEMOCÍ

## Sociálně terapeutické dílny

Sociálně terapeutické dílny jsou služba určená dospělým lidem (18-64 let) z Pardubicka, kteří mají zkušenost s duševním onemocněním a na své cestě k zotavení hledají podporu ve stabilizaci každodenního fungování a osobním rozvoji prostřednictvím získání nebo posílení pracovních návyků. Cílem je osvojit si či obnovit sociální a pracovní dovednosti díky pravidelnému režimu, smysluplným činnostem, udržování tempa, zvládání zátěže, soustředění, samostatnosti, ale také komunikaci s lidmi a časem tráveným v jejich společnosti.

Sociálně pracovní terapie probíhá formou skupinových aktivit s individuální podporou dle potřeby konkrétních klientů. Individuální konzultace s pracovníky jsou realizovány dle domluvy a aktuálních požadavků klientů.

Služba je poskytována ambulantně a zdarma.

Navázání spolupráce předchází prohlídka dílny a několik nezávazných setkání, během kterých je zájemce seznámen s nabídkou služby a pracovníci zmapují jeho potřeby a přání.



### Dovednost

Udržení nebo zlepšení pracovních návyků a dovedností.



### Aktivita

Navyšování počtu hodin v dílně, v kolektivu a systematickou činností dle individuálních potřeb a preferencí.



### Komunikace

Otevřenost, sdílení a respekt.



### Volný čas

Trávení času smysluplně, v bezpečném, důvěrném a příjemném prostředí.



### Zotavení

Zlepšení kvality života prostřednictvím získávání sebedůvěry a naplnění z odvedené práce i fungování v kolektivu.

# NABÍDKA PRAVIDELNÝCH SKUPINOVÝCH AKTIVIT

- rukodělné činnosti
- trénink kognitivních funkcí (trénování paměti, pozornosti)
- keramická dílna
- arteterapie
- venkovní aktivity
- relaxace
- výtvarná skupina
- klub vaření
- tvorba časopisu
- a další dle aktuálních potřeb klientů

Prostory jsou bezbariérově přístupné.

V případě zájmu o službu prosím kontaktujte pracovnice dílny nebo vedoucí sociálních služeb.

Na využívání sociálně terapeutických dílen může navazovat služba sociální rehabilitace Výměniku, která poskytuje podporu v hledání a udržení práce. V hospodářských provozech Výměniku je možné si některé práce vyzkoušet.



**PÉČE  
O DUŠEVNÍ  
ZDRAVÍ**



**Spolufinancováno  
Evropskou unií**



**Pardubický  
kraj**

## Místo poskytování služby:

Péče o duševní zdraví – Výměník, z.s., Lonkova 510, 530 09 Pardubice

**Po – Pá 9<sup>00</sup>–15<sup>00</sup> skupinové aktivity,**

**15<sup>00</sup>–17<sup>00</sup> individuální konzultace dle předchozí domluvy.**

## Kontakt na pracovnice služby

**Jana LEDVINKOVÁ** jana.ledvinkova@pdzvymenik.cz, +420 736 626 604

**Jaroslava BLIZNÁKOVÁ** jaroslava.bliznakova@pdzvymenik.cz, +420 734 443 826

## Kontakt na vedoucí sociálních služeb

**Mgr. Bc. Božena ŠEDIVÁ** bozena.sediva@pdzvymenik.cz, +420 734 304 735

[www.pdzvymenik.cz](http://www.pdzvymenik.cz)