2. číslo | Leden, Únor 2022

Newsletter sobotních setkávání v JAN

Jdeme Autistům Naproti, z.s. – JAN Olomouc

Slovo úvodem:

Vážené čtenářky, vážení čtenáři, přátelé organizace JAN Olomouc. Slovo dalo slovo a je tu druhé vydání našeho newsletteru. Přináší něco nového a věříme, že i zajímavého.

Nepsaným tématem tohoto čísla by mohlo být slovo: Naděje! Ve víru událostí je nyní toto slovo i životním přáním. Na dveře klepe jaro, svobodný a demokratický svět se oblékl do modro-žlutých barev na podporu Ukrajiny před ruskou válečnou invazí, stále více se uvolňují restrikce proti pandemii nemoci Covid-19 a do toho vzniká toto číslo.

Naděje je pro nás všechny velmi důležitá a nezbytná. Ať už se jedná o cokoliv. S nadějí jde všechno lépe. Jak praví české přísloví: *„Naděje umírá poslední.“* či slova Václava Havla: *„Naděje není to přesvědčení, že něco dobře dopadne, ale jistota, že má něco smysl - bez ohledu na to, jak to dopadne.“*

Vytváříme newsletter s nadějí, že čtenáře zaujme. Vytváříme pro účastníky naší skupiny program s nadějí, že aktivity budou zajímavé, záživné i poučné. Naděje přináší šanci poznat něco nového, prožít něco smysluplného, navštívit dosud nepoznané místo anebo i něco vyhrát. S námi určitě můžete!

V naději na brzký konec válečného konfliktu, v naději na šťastný a poklidný život plný úsměvů, radosti, zdraví a lásky, v naději na příjemné čtení,
Michal Šmíd a Petra Plecová

Obsah

Co jsme podnikli? 3
Proudí našimi smysly: 7
Doporučujeme navštívit: 12
Zachyceno na sítích 14
Trocha toho luštění 15
Kapitola z literatury 16
Soutěž 19
Kontakty 19

Co jsme podnikli?

Setkání dne 8. ledna 2022 aneb výlet na rozhlednu a po stopách Jana Eskymo Welzla.

Poprvé v roce 2022. Po vánočních svátcích jsme se rozhodli pro výlet a pohyb na čerstvém vzduchu doplněný návštěvou muzea. Při našem třetím setkání se premiérově scházíme na olomouckém hlavním nádraží. Příští stanice: Zábřeh na Moravě.

Ve vlaku máme čas probrat, jak jsme strávili Vánoce, jaký nejhezčí dárek jsme dostali pod stromečkem i zda-li jsme měli čas a možnosti se jít občas „provětrat“ ven. Krajina za okny vlaku se rychle mění a už jsme na nádraží v Zábřeze. Naše první kroky vedou k soše Jana Eskymo Welzla, kde se v rychlosti seznámíme s tímto místním rodákem, představíme si trasu a hlavní cíle cesty. A protože není úplně teplo, vydáváme se na náš první pěší výlet.

Procházíme přes Wolkerovy sady a pokračujeme na rozhlednu Humenec, která rozhodně není jako ostatní. Jen škoda, že nám pro ještě lepší výhled na město a Jeseníky nepřálo lepší počasí. Po svačině scházíme zpět do města a přes hráz rybníka Oborník a kolem početného hejna kachen se dostáváme k víceúčelovému hřišti. Neleníme a trochu si zacvičíme, protože ve zdravém těle, zdravý duch. Naše kroky poté vedou klikatou cestou do kopce k místnímu zámku. A opět místo ve

spojitosti s J.E.Welzlem. Nacházíme se totiž u pamětní desky, kde se údajně setkal tváří v tvář s Járou Cimrmanem. Jen nevíme, čí stopy jsou čí.

Před zámkem si prohlížíme ozdobený vánoční stromeček s betlémem a teď už hurá do muzea na expozici o životě světoznámého cestovatele, světoběžníka, vynálezce a mimo jiné i náčelníka jednoho z kmene Eskymáků. Posloucháme poutavý příběh o tom, jak se zpočátku, s pouhými 4 krejcary, dostal až na Aljašku či Sibiř. U toho si můžeme prohlédnout dobové fotografie, vynálezy, nářadí či repliku lovecké chaty. Úžasný zážitek, který bychom si snad i rádi prodloužili.

Ovšem co naplat, čas je neúprosný a musíme opět na vlak a zpět do Olomouce. Během cesty na nádraží míjíme potřetí evangelický kostel. Avšak pokaždé z jiné strany. Výrazná duchovní památka se stala takovým centrem našeho výletu. Suma sumárum, pěší trasa měřila necelých 6km a byla doplněna výletním i kulturním zážitkem. Vracíme se naplněni dojmy z krásného výletu.

Setkání dne 12. února 2022 aneb plánování výletu a zábava na bowlingu.

Naše čtvrté sobotní setkání. Hlavní cíl, který jsme si na tento program vytyčili, bylo vytvoření plánu a zorganizování výletu na Velký Kosíř. Tento "Hanácké Mont Blank" bude naším výletním cílem jednoho z dalších programů.

První část dopoledne jsme strávili na Brněnské. Michal vysvětlil klukům náplň dnešního setkání a pustili jsme se do práce. Chtěli jsme, aby si kluci uvědomili, co to všechno obnáší, když se plánuje výlet. Měli jsme možnost sledovat mapu ve velkém díky dataprojektoru, ale zároveň si kluci mohli stáhnout do svého mobilu aplikace mapy.cz a idos, které jsme při organizaci využili. Ukazovali jsme si, jak pracovat s mapou, jak se značí turistické a cyklistické trasy, naučné stezky, zastávky. Sledovali jsme nejvýhodnější cesty (vlakem, autobusem, pěšky), které by nás k vytyčenému cíli přivedli.

Nakonec jsme se shodli na tom, že by bylo lepší jít jednou trasou tam a úplně jinou trasou nazpět, abychom toho viděli co nejvíce. Podařilo se nám společně naplánovat konkrétní časy odjezdů, dopravní spoje i pěší trasu, včetně toho důležitého: co budeme na výletě dělat. Nabízí se nejen výstup na rozhlednu, ale také možnost opékání špekáčků či návštěva zámku a zámecké zahrady v obci Čechy pod Kosířem. Naplánováno máme a těšíme se na realizaci.

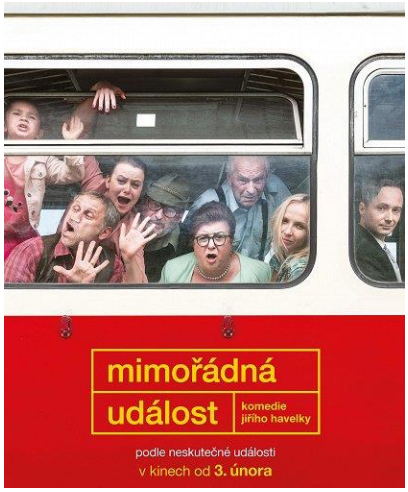
Poté jsme vyrazili tramvají do města, konkrétně do Sportcentra BEST na bowling. Objednali jsme si něco dobrého na zub, rozdělili se do dvou týmů po třech a ukázali si techniky hodu koulí. Každý jsme si zvolili svůj styl, který nám nejvíce pasoval, a pustili jsme se do samotné hry. Někomu to šlo lépe, někomu hůř, nicméně každý jsme bojovali až do konce o co nejlepší herní výsledek.

Ovšem o ten přeci nešlo. Nejdůležitější pro nás byl zážitek ze hry a příjemně strávený čas. Než jsme se nadáli, bylo 13h a to znamená jediné – konec. Vyrážíme do svých domovů na oběd. Už teď se můžeme těšit na setkání v březnu.

Proudí našimi smysly:

Film: Mimořádná událost

Po filmovém debutu Vlastníci režiséra Ondřeje Havelky je tu druhý film. A opět zkoumá chování různorodé skupiny lidí v uzavřeném prostoru. Film je inspirovaný skutečnou událostí. Měl jsem to štěstí vidět film v oficiální předpremiéře v olomouckém kině Metropol. Součástí byla i krátká beseda s režisérem, scénáristou a herečkou Janou Plodkovou. Ta o aktuálním snímku prohlásila: *„Podařilo se nám natočit český katastrofický film o tom, jak se vlak bez strojvedoucího řítí pěti kilometrovou rychlostí.“* Ve filmu dále hrají např. Jaroslav Plesl, Igor Chmela, Jenovéfa Boková či Václav Kopta. Pokud se chcete zasmát vtipným situacím a hláškám herců, určitě neváhejte navštívit vaše oblíbené kino.



Aplikace: Vlakem na výlet

Rádi jezdíte na výlety? A rádi k cestám využíváte vlak? Pak by vám plánování cílů cesty mohla výrazně ulehčit aplikace od Českých drah. Po spuštění stačí jen zadat Vámi preferované parametry, např. s kým cestujete, jaké cíle preferujete, v jakém kraji a následně můžete prohlížet spoustu návrhů. A pokud si přímo nějaký vyberete, aplikace Vám nabídne rovnou i vyhledávač vlakového spojení. Aplikace je ke stažení zdarma.

Něco dobrého na zub – kokosová buchta

Kokos je moje oblíbená surovina v buchtách, a tak jsem se rozhodla upéct kokosovou raffaello buchtu. Ráda hledám recepty na internetu, mezi mé oblíbené stránky patří toprecepty.cz, apetitonline.cz nebo mlsnavarecka.cz. Jsem ráda, když k receptům mohou lidé dopisovat komentáře. Stalo se mi, že jsem jednou dle receptu upekla buchtu a musela ji vyhodit. Když jsem se podívala do komentářů, tak tam lidé dopisovali, co v receptu chybí. Od té doby se vždy podívám první do komentářů, ať mi náhodou něco neuteče. Což se mi vyplatilo i u kokosové buchty, jelikož paní do receptu zapomněla uvést půl hrnku oleje.

Buchta je výborná a smlsla si na ní celá rodina.

Ingredience:

1 hrnek vlažného mléka

2 vejce

1 vanilkový cukr

1 hrnek cukru moučka

2 hrnky hladké mouky

1 prášek do pečiva

1/2 hrnku oleje

Posyp:

1 hrnek kokosu

1/2 hrnku cukru moučka

1 vanilkový cukr

1 smetana na šlehání

Postup přípravy:

Vejce, cukry, mléko, olej smícháme dohromady, vmícháme mouku s práškem do pečiva a nalijeme na hlubší plech s pečícím papírem.

Kokos smícháme s cukry a rovnoměrně posypeme těsto.

Vše dáme péct do předehřáté trouby na 175°C a pečeme 20 min. Upečené vyzkoušíme špejlí, zda se už nelepí.

Horkou buchtu polijeme rovnoměrně neušlehanou šlehačkou, necháme vsáknout a vychladnout.

Dobrou chuť ☺

Film: Muž na laně

Philippe Petit, narozen roku 1949, je nejznámějším francouzským provazochodcem. Roku 1971 přešel po laně mezi věžemi katedrály Notre Dame v Paříži a 7.8. 1974 natáhl lano mezi dvěma budovami Světového obchodního centra v New Yorku (tzv. dvojčaty).

Režisér Robert Zemeckis v roce 2015 natočil úžasný autentický film, který popisuje Philippeho dobrodružný život plný událostí vedoucích k dosažení jeho velkého snu. Tento příběh je protkán spletitými cestami, které musel Philippe zdolat na této pouti.

Snímek Muž na laně je životopisným filmem o člověku, který jako první a poslední kdy přešel přes hlubokou propast mezi dvojčaty.

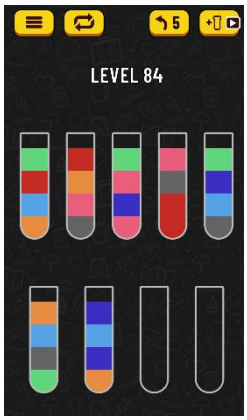
Hudba: prezentace písničkou

Když se řekne slovo hymna, nejčastěji se nám vybaví ta naše – státní. Ale jak dobře víme, hymnu jako svůj symbol využívají i další instituce. A s rozvojem sociálních sítí, internetových prezentací apod. se čím dál častěji také setkáváme s hymnou prezentující práci a poslání samotných organizací, nadací, sportovních klubů apod. Se samotnou hymnou se často pojí i vizuální videoklip – často se slavnými osobnostmi, kteří často jsou samotnými ambasadory projektů či podporovateli nabízených služeb.

Přinášíme odkazy na pár vybraných. Konto Bariéry – pomáhající lidem po úraze vsadila ve své kampani na červený nos. Člověk v tísni – v posledních týdnech velmi zmiňovaná humanitární organizace, prosí strážné anděly na ochranu nás všech. Hymna české para hokejové reprezentace. Sportovci s hokejovým srdcem na pravém místě, hráči s tělesným postižením, kteří nemohou hrát klasický hokej, hrdě reprezentují Českou republiku na světové úrovni. Pro mistrovství světa konané v roce 2019 v Ostravě vznikla i oficiální hymna. A o další 2 roky na opětovném světovém šampionátu (znovu v Ostravě) byla hymna navíc okořeněna spojením s ostravskou Janáčkovou filharmonií. Přesvědčte se o síle a sportovním duchu. Verze z roku 2019. Verze z roku 2021.

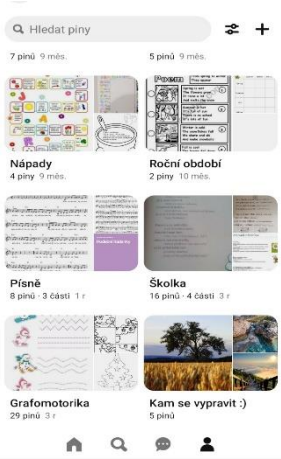
Hra: Water Sort Puzzle

Jste vyznavači logických her, třeba i těch na mobilu? Jako odreagování a procvičení logického myšlení na několik kroků dopředu se může tato hra hodit. Vaším úkolem je přelévat barvy ze zkumavek tak, aby každé zkumavce patřila jen jedna barva. Přelít však můžete vždy jen tu vrchní část. Mezi jednotlivými levely občas skočí krátká reklama. S tou se setkáte i v případě, že si nebudete vědět rady a budete žádat o přidání další pomocné zkumavky.



Aplikace: Pinterest

Pokud hledáte inspiraci, dovoluji si říci, k čemukoli, tak vás ráda odkážu na zmiňované webové stránky - cz.pinterest.com. Kromě klasického webového rozhraní existuje také mobilní aplikace Pinterest, kterou si do svých chytrých mobilních zařízení můžete stáhnout zdarma. A ihned se inspirovat.

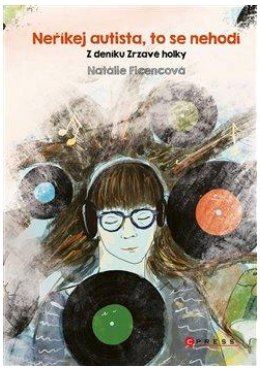


Můžete si vytvořit vlastní účet, kde si ukládáte tzv. piny. Zde si tyto nápady rozdělíte do kategorií/složek, které si sami pojmenujete. Vznikne vám vlastní internetová nástěnka s nápady, ke kterým se můžete kdykoliv vracet.

Na pinterestu naleznete obrázky, články, webové stránky, hudbu, videa, zkrátka všemožné inspirace pro prohloubení vašich zájmů a dovedností.

Blog: zrzi.cz

Autorkou prezentovaného internetového blogu je Natálie Ficencová. Té byl ve dvaceti letech diagnostikován Aspergerův syndrom. Do té doby – jak sama říká, si neuměla vysvětlit, proč se někdy chová, tak jak se chová.



Na základě stanovení diagnózy se rozhodla začít psát svůj blog zrzi.cz. Píše články o svém životě, jaké bylo její dětství, dospívání, dospělost, píše o komunikaci, škole, kamarádech, hygieně, sexu, rodině, spánku atd. Napsala také knihu, která je protkaná částmi těchto článků. Jmenuje se NEŘÍKEJ AUTISTA, TO SE NEHODÍ.

Knihu jsem četla a Natálie v ní parádně popisuje každou část svého života. Píše to jakoby dalším dívkám a ženám s obdobnou diagnózou. Píše to proto, aby věděly, že v tom nejsou samy.

Doporučujeme navštívit:

Jeden svět Olomouc – Již dvacátý čtvrtý ročník Mezinárodního festivalu dokumentárních filmů o lidských právech s názvem Jeden svět se ve více než 25 městech v ČR bude konat od 21. března do 3. dubna. A samozřejmě Olomouc nebude výjimkou. Letošní ročník s podtitulem „Cesty svobody“ bude v Olomouci zahájen projekcí v Kině Metropol. Následovat budou prezentace např. v Divadle na cucky, v prostorách uměleckého centra Konvikt Univerzity Palackého v Olomouci či v Muzeu umění. Nejen pandemie, ale i válečné zločiny nebo potírání základní lidské svobody

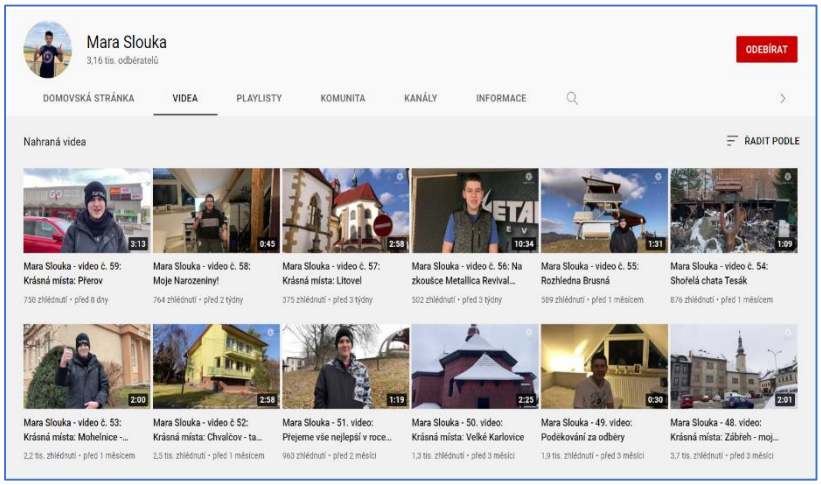
a demokracie budou hlavní témata. Važme si a bojujme o svá základní lidská práva! Program a vše důležité na jedensvetolomouc.cz.

Přirozenou cestou – malebný obchod na olomouckém Dolním náměstí nabízí výrobky pro zdraví, úsměv a celkovou pohodu. Jak již název napovídá, v sortimentu najdeme např. bylinné čaje, výběrovou kávu, doplňky stravy, RAW výrobky, koření, aromaterapeutické prostředky, sušené plody, med a mnoho dalšího. Aktuální novinky, které obchod nabízí, můžete sledovat např. na Facebookové stránce.

Festival Zdraví – Udržet si své zdraví nebo ho získat zpět a jak toho docílit? To jsou hlavní cíle olomouckého festivalu dokumentárních filmů a přednášek, které se budou konat v kině Metropol. Programové dny: 31. března, 7. dubna, 14. dubna a 21. dubna nabídnou aktuální informace a pohledy např. na duševní zdraví a rovnováhu, zacílí na možnosti jak se uzdravit a nejen léčit, prostor dostanou i pohledy tradiční a alternativní medicíny. Festival zdraví v tomto rozměru se bude konat v Olomouci vůbec poprvé. Více informací, program tematických besed, časy vysílání dokumentů i jak se dostat ke vstupenkám najdete na webových stránkách Kina Metropol.

Art Rubikon Olomouc – místo, kde se neformálně schází umění, edukace, výtvarné zájmové činnosti, galerie i káva. Program nabízených aktivit je opravdu široký – od výtvarných kroužků pro děti, přes praktické workshopy, večery s hudbou, lekce jógy, kurzů cizích jazyků pro dospělé až po přednášky a besedy pro veřejnost. Nebojte, zmíněný výčet aktivit opravdu tímto nekončí. Vše důležité, včetně aktuálního programu naleznete na webových stránkách. Osobně navštívit toto místo můžete na adrese Dobnerova 1375/24a v Olomouci. V tomto místě umění, tvoření a nadšení žije.

Zachyceno na sítích



Trocha toho luštění

K největším pravěkým zvířatům žijícím v moři patřili ..... (TAJENKA). Největší z nich dorůstal délky přes 15 metrů.

POMŮCKA: AIR, MAN, OUT, OXID, TOO	KUS TRÁVY	PRACOVAT S RÝČEM	PRAŠTIT	HORKO		TAKÉ (ANGL.)	ŘÍMSKY 9	MRAZIVÁ ČÁST RUSKA	DÁVNO
TĚLO					NOVINY A ČASOPISY				
RYSKA					KYSLIČNÍK NADEJÍT				
ZRUŠENÍ							OBOJETNÁ SLABIKA JADERNÁ ELEKTRÁRNA		
	FIGURA	GENETICKÝ KÓD ČLOVĚKA MALÝ LUKÁŠ				ZVÝŠENÝ TÓN D VZDUCH (ANGL.)			
TAJENKA									
VEN (ANGL.)				ŠKUBÁNÍ V OBLIČEJI MUŽ (ANGL.)				VYHRNOUT	NÁPADNÝ
SPORTOVNÍ KLUB (ZKR.)			AFRICKÝ STÁT ZÁVĚS DVEŘÍ						
BÝT V NEJISTOTĚ						PYTEL Z PEVNÉ LÁTKY CIKÁN			
OBČAN AŠE					PLEMENO KARLOVA UNIVERZITA (ZKR.)				
Z VNITŘKU PRYČ				ČINIT					
DRUH FOTOGRAFIE				OPAK SLOVA NEUMYTÝ					

Kapitola z literatury

V našem premiérovém newsletteru jsme si mohli přečíst kapitolu s názvem „Besídka & cukroví“ z knihy od Martina Selnera. V aktuálním vydání ještě zůstaneme u této publikace. Příjemné čtení.

Profesionalita & pomoc

Často se mě někdo ptá, zda se do práce těším, respektive jestli se tam těším pokaždé. Ano, dost často se těším. Má práce je do jisté míry životní styl, ne zaměstnání, protože se dá těžko dělat pro peníze. Někdy se mi do práce ale nechce. Ne že bych ji neměl rád, jen na ni prostě nemám sílu. Kromě náročné práce vás totiž může občas potkat i náročný život.

Že právě dnes je ten den, kdy nemám síly na rozdávání, poznám už v autobuse cestou do stacionáře. V zamyšlení zapomenu vystoupit. Sigmund Freud by asi řekl, že se mi podvědomě pracovat nechce, já mu vědomě a nahlas doporučuju, ať mi dnes jde raději z cesty. Posledních pár set metrů ke dveřím si snažím vzpomenout, proč jsem vlastně přestal kouřit. Zrovna teď bych si zapálil.

Jen co otevřu dveře, dostane se mi autistického uvítání. „Ty domů!“ přikáže mi chlapec. Následuje objetí, je to příjemné. Zavřu oči a zhluboka vydechnu. Snažím se koncentrovat na práci tak, aby se má nálada dotkla okolí co nejméně.

„Teď jsem přišel,“ namítnu, ale vzápětí mi dojde, že to bylo myšleno jinak. Já vím, že mě čeká těžký den, on to díky své empatii tuší.

Jdu si uvařit kafe. Jednak bude kofein potřeba a jednak chci získat čas, abych si svoji dnešní činnost promyslel. Do kafe výjimečně přihodím i kostku cukru, když už nejde přimíchat tabák. Děti jsou po obědě a spánku a já nemám moc jiných možností, jak jim dnes stačit.

S odhodláním a kávou jdu za dětmi a rozdám jim k svačině štrúdl. Chlapec, který mě před chvílí posílal domů, připraví na talířek kousek i pro mě. Podá mi lžičku. Myslí na všechno, napadne mě. „Ale kde máš lžičku ty?“ zeptám se, když se společně posadíme ke stolu. Následně si strčí celý kousek štrúdlu do pusy a já mu dám najevo, že už na odpovědi netrvám.

Poprosím kolegy, jestli bych si mohl dnes na odpolední aktivitu vybrat trochu méně náročné děti. Vědí, jak to myslím. A vidí, že to potřebuju.

Vyberu si dva chlapce. Jako místo, kde strávíme odpoledne, jsme zvolili nedaleké hřiště. Stačí jen sejít kopec. Děti tam mají houpačky a pro mě jsou tam lavičky. Posadím se na jednu z nich a pozoruju, jak děti pomalu spalují štrúdl. Což mi připomene, že jsem si s sebou vzal čokoládu. V okamžiku, kdy ji vytáhnu, se ke mně ale přiřítí chlapec s otázkou:

„Ty máš čokoládu?“

„Jo, jsem dnes unavenej.“

„Já jsem taky unavenej.“

„Jak moc?“ zajímám se.

„Asi na tři kostičky.“

„Dobře.“

Druhý chlapec svoji únavu definuje natažením ruky a očekáváním, co mu do ní přistane. Dostane taky tři kostičky.

Nevím, jestli za to může ta čokoláda, nebo čas strávený s dětmi, ale cítím se lépe než při příchodu. Nebudeme si nic nalhávat, patrně za to může obojí.

Za nějaký čas se vracíme zpátky do stacionáře, čeká nás výšlap do kopce. Oba kluci chtějí vzít za ruku, tedy trochu vytáhnout do kopce. Přemýšlím, jestli na to ještě mám

sílu, a zjišťuji, že nemám. Ale taky jsem přišel na to, že když je poprosím, pomůžou mi oni. Vlastně mě předtím něco takového nikdy nenapadlo.

Vybaví se mi jízda autobusem a jak se mi nechtělo jít do práce. Jenže když teď o tom tak přemítám, čas s dětmi mi pomohl. Sdílená radost je dvojnásobná radost a sdílené trápení je poloviční trápení. Jo a sdílená čokoláda je bohužel taky poloviční čokoláda.

Cestou do kopce jsem si vzpomněl ještě na jeden dávný rozhovor…

„Profesionalita v sociálních službách má vypadat tak, že všechny svoje problémy necháš doma a do práce přijdeš jako nepopsaný list papíru," radil mi kdysi někdo, kdo skutečně působil jako nepopsaný list papíru – bez emocí, bez osobní historie, bez lidskosti.

Moc jsem tomu nerozuměl, a tak jsem odpověděl: „To, co popisuješ, přece není v lidských silách. Právě proto, že jsme lidé a s lidmi pracujeme. Pro mě osobně je důkaz profesionality přijít do práce a nebát se říct si o pomoc."

„Jako třeba od autistů?" nevěřil svým uším.

„Zvláštní, jim často ani říkat nemusím," odtušil jsem.

Chodím do práce, i když mám nějaké problémy. Jinak bych tam moc často ani nebyl. Že mi není dobře, ať už po fyzické nebo psychické stránce, autisti poznají navzdory tomu, co se o nich povídá, takřka okamžitě. Zbývá jen doufat, že umím totéž. Rád bych.

(Martin Selner; Autismus & Chardonnay 2: Pozdní sběr; strana 65 – 67)

Soutěž

Rádi soutěžíte? Chtěli byste něco vyhrát? Stačí nám na emailovou adresu smid@jan-olomouc.cz odeslat odpovědi na následující otázky:

1) Jak se jmenuje námi navštívená rozhledna v Zábřeze?
2) Znění tajenky z křížovky
3) Která rubrika, článek nebo jaká informace, Vás nejvíce zaujala?

Prosíme, email označte předmětem: „Soutěž“ a doplňte i základní kontaktní údaje. Uzávěrka příjmu odpovědí je o půlnoci 31. března. Z příchozích odpovědí bude následně vylosován **jeden** výherce, který získá poukazy do knihkupectví Dobrovský v hodnotě 500 Kč a do drogerie Teta v hodnotě 300 Kč.

Kontakty

Chtěli byste nám něco vzkázat? Rádi byste svým doporučením přispěli pro další číslo našeho newsletteru? Budeme moc rádi, neváhejte nás kontaktovat. Děkujeme.

Webové stránky: www.jan-olomouc.cz/

Facebook: https://www.facebook.com/jdemeautistumnaproti/

Pracovníci programu: Mgr. Michal Šmíd – smid@jan-olomouc.cz | 733 742 175

Mgr. Petra Plecová- plecova@jan-olomouc.cz | 733 742 174