

# ZPRAVODAJ

## OBCE LIPNO NAD VLTAVOU - PŘÍLOHA

Číslo 02/2022

### Staň se instruktorem ve Skiareálu Lipno

Sezona se sice už rozběhla, ale stále je možné stát se instruktorem v největší a nejoblíbenější lyžařské škole v České republice. Zájem o kurzy pro začátečníky i pokročilé lyžaře a snowboardáky stále je, a právě Ty se můžeš stát tím, kdo naučí nejen děti ale i dospělé, jak se na svahu pohybovat a chovat. Ať už jsi zkušený instruktor nebo jen vášnivý lyžař s praxí ve výuce, neváhej se nám ozvat a staň se součástí naší skvělé lipenské party. Pro více informací nás kontaktuj na email: [school@lipnoservis.cz](mailto:school@lipnoservis.cz)



### Lyžařská škola Skischool Lipno

Lyžařská škola Skischool Lipno patří mezi nejoblíbenější školy v České republice. Její instruktoři už naučili lyžovat i snowboardovat mnohdy celé rodiny a často se její jednotliví členové vrací pro získání dalších a nových poznatků a chtějí své dovednosti posouvat zase o něco dál. Možností, jak se naučit lyžovat je hned několik. V nabídce je jak skupinová, tak privátní výuka, kde se instruktor věnuje jednomu klientovi nebo menší skupince klientů, kteří se navzájem znají a chtějí výuku absolvovat společně. Privátní výuka je určena pro 1-2 osoby a není potřeba k ní dokupovat skipas. Jízda lanovkou je zajištěna instruktorem a je tedy zdarma, a navíc přednostně. Další výhodou privátní výuky je možnost rezervace konkrétního instruktora, na kterého už jsou například děti zvyklé. Využijte možnosti privátní výuky a ušetřete za skipas! Rezervaci udělejte včas a získáte i 15% slevu na výuku.



### Zabijačkové hody ve Stodole

Cítíte tu vůni čerstvých jitrnic, jelit, tlačanky či ovaru? Sbíhají se vám sliny na pořádnou poctivou prdeláčku? Pak musíte vyrazit v únoru do Stodoly. Náš pan řezník, David Michal zvaný „Guláš“ bude po celý měsíc chystat ty nejlepší zabijačkové lahůdky a zve vás k jejich konzumaci. Zapít je pak plzeňským pivem přímo z tanku, udělá už jen dokonalou tečku nad pravou jihočeskou zabijačkou.



### PRODÁM FORD FOCUS

1,5 turbodiesel, 70 kW, r.v. 2016, vyhříváné přední sklo, volant, sedačky. Šest rychlostí. Klimaautomatika. Navíc sada letních Al kol. Jeden majitel. Více do SMS 606 617 661.

### PŘIJMEME ŘIDIČE DOMÍCHÁVAČE BETONU A KONTEJNEROVÝCH AUT

- nákladní doprava nad 7,5 t
- platný profesní průkaz řidiče nutný
- pracoviště Frymburk, k dojíždění služební auto nebo PHM do vašeho vozu
- čistý měsíční příjem dle výkonu 25-35 000 Kč
- nástup březen 2022 nebo dle dohody
- hlavní pracovní poměr nebo na dohodu, vhodné i pro důchodce v kondici
- další info při osobním jednání

KONTAKT - 732 368 345, 603 357 459

## Občanské sdružení Lipno náš Domov pořádá a srdečně zve:

### Power Yoga s Jančou:

V power józe je podstatou cvičení pozdrav slunce a rozvíjení jeho jednotlivých pozic. Vítán je každý, ať už s jógou začínáte, nebo máte zkušenosti.

**Vstupné:** 150,-Kč/lekce, permanentka 130,-Kč

**Termín:** každý čtvrtek od 18h do 19h.

### Svobodný tanec Open Floor

Intuitivní spontánní tanec dokáže vyživit tělo a psychiku tanečnicka. Tančit umí opravdu každý, protože nejde o estetický efekt, ale prožitek a pohyb, který uvolňuje.

**Vstupné:** 150,-Kč/lekci, od 18.00h do 19.30h.

**Termín:** středy 1xza 14dní, 2.2, 16.2, 2.3, 16.3, 30.3

### Čikung - Autoterapie

základem cvičení je sestava 8 kusů brokátů a ladění dechu a těla. Cvičení je vhodné pro všechny věkové kategorie. Začínáme od úplných základů. Přijďte se nyní!

**Vstupné:** 150,-Kč/hodinu

**Termín:** každou středu v Lipně nad Vltavou od 17h

### POSTAVIT SE ZA SEBE

taneční dílna o odvaze, jasnosti a síle postavit se za sebe ať už se jedná o vztahy, práci nebo naše sny.

Často v životě pochybujeme sami o sobě a čekáme potvrzení zvenku, místo toho abychom ho hledali uvnitř.

Tahle dílna je TANEČNÍ experimentální prostor pro vyjasnění toho, kam a jak směřuje naše pozornost a naše životní energie.

**Vstupné:** 400,-Kč/hodinu

**Termín:** 12.2.2022 od 15.00 do 18.00h

### ŽENSKÝ KRUH - ZAČÍNÁME 9.2.2022 1xza 14dní

živoucí společenství žen, setkání na podporu, sílu a jemnost nás žen. Setkání jsou otevřena ženám všech generací. Otevíráme zde různá témata, co nás v životě trápí, inspiroji a jsou pro nás důležitá. Setkání budou provázet 3 různé ženy Andrea Stupková, Hana Kotalíková, Olga Makovecká.

**Program bude různorodý, kromě sdílení bude prostor na práci s tělem, dotekem nebo jiné interaktivní cvičení.**

**Setkávání se konají 1x za 14 dní,**

**Termín středa 9.2 a 23.2 v únoru, 9.3 23.3 březen,**

**18.00 do 19.30 Vstupné 150.-Kč**

### HODNÁ HOLKA - Jak trochu provětrat faldy hodný holčičce v nás

*Přestaň se snažit dělat šťastné úplně všechny, nejsi čokoláda.*

Chcete něco říct, ale nějaký divný strach vám v tom zabrání?

Máte chuť něco udělat, ale co když to bude špatně, nebo to někoho naštvete?

Jestli to také znáte a už vás to nebaví, pak je tu pro vás seminář, na kterém se trošku "koukneme pod sukni" hodné holčičce, která v nás bydlí a často nám nedovolí věřit tomu co cítíme, říkat co si myslíme a dělat co chceme.

**LEKTORKA IVA ALIANA BENDOVÁ**

**Termín 5.3.2022**

**vstupné: 600,-Kč**

### VYTVÁŘENÍ SPOLEČENSTVÍ

PRAKTICKÁ DÍLNA O KOMUNITĚ PODLE S.PECKA, KOMUNIKACI A O VŠEM CO PODPORUJE HLUBOKÉ A UPŘÍMNÉ VZTAHY.

FACILITÁTOŘI RNDr. Mgr. Lenka Kočí a Jan Nejedlý.

*Naučme se otevřeně a efektivně komunikovat a tvořivě*

*spolupracovat na společných cílech.*

**Termín 25.3-27.3.2022**

**Na všechny akce je třeba se předem přihlásit: [olivamakova@gmail.com](mailto:olivamakova@gmail.com), 777299501, místo konání Lipno n.Vlt. [www.svobodnytanc.cz](http://www.svobodnytanc.cz)**

### Linka bezpečí: Děkujeme za podporu v roce 2021!

Milí přátelé Linky bezpečí, vstupujeme do dalšího roku, přičemž bych se touto cestou ráda vrátila k tomu předcházejícímu, a to formou poděkování vám všem, kteří nás podporujete v naší nelehké práci s dětmi. V roce 2021 jsme odbavili přes 120 000 kontaktů. Hovory byly tematicky obtížnější, což se odrazilo ve vyšších časových nárocích na konzultanty. O 29 % narostl počet intervencí (zajišťování následné péče klientům) a rovněž se zvýšil nárok na psychohygienu pracovníků. Z hlediska témat jsme zaznamenali nárůst psychických potíží o 45 % a potíží v rodinných vztazích o 30 %. V rámci psychických potíží jsme nejčastěji řešili tematiku sebevražedných tendencí a sebepoškozování. Na Rodičovské lince se zvýšil celkový počet kontaktů o 29 %. Z hlediska témat byly v popředí rodinné vztahy, psychické obtíže u dětí, sebepoškozování, úzkosti, deprese, sebevražedné pokusy či myšlenky. Stále častěji řešíme témata týkající se školy. Jednalo se především o problém přístupu školy k výuce nebo učení a prospěchu. Z dalších témat to byly partnerské vztahy, sexuální zranění a dotazy týkající se identity a homosexuality. Během roku 2021 jsme také zaznamenali zvýšený zájem o online komunikaci (chat a e-mailové poradenství) a pasivní poradenství. Daří se nám dále rozvíjet blog a podcast „Na tenké Lince“, které se těší velkému zájmu veřejnosti. Za zmínku jistě stojí také projekt Linka bezpečí ve vaší třídě, kde kromě osobního setkávání s dětmi na školách jsme zavedli i online verzi, která nám umožňuje reagovat na aktuální situaci v případě karanténních opatření. Financovat organizaci jakou je Linka bezpečí rozhodně není jednoduché a současná situace nám to ani neulehčuje. Dlouhé období pandemie je spojené s nejistotami v osobním či pracovním životě každého z nás. Rada životních návyků neplatí a je třeba se více přizpůsobovat dané situaci. Zaznamenali jsme změny v podpoře individuálních dárců, ale také ve firemní oblasti a je jedno zda jde o korporaci nebo střední podnikatelskou sféru. Některé firmy cítí potřebu pomoci i třeba nižší částkou, protože jsme zaměřeni na pomoc dětem. Jiné firmy se naopak obávají o existenci a udržení podnikání, někde naopak více pečují o zaměstnance nebo se rozhodli usměřit investice do rozvoje firemních potřeb, které odsouvaly. To jsou fakta, se kterými se musíme vyrovnat. Jsou však také filantropické stálíce a nás těší podpora generálních partnerů ČSOB, Nadace O2, a Nadace RSJ. Státní podpora MPSV a MVČR činila v roce 2021 opět cca 60% rozpočtu a je pro nás existenční nutností. V posledních letech nám silně pomáhají obce, města, městysy a řada individuálních dárců, kteří chápou, že pomáháme dětem v jejich lokalitě díky číslu 116111 působícímu v rámci celé ČR. Obec Lipno nad Vltavou přispívá pravidelně každoročně. Nadcházející rok bude v mnohém těžší, než byl ten předchozí. Proto chci všem, ať už zaměstnancům, dodavatelům externích služeb, dárcům, zkrátka všem, kdo spojili své jméno s Linkou bezpečí za uplynulý rok poděkovat a do dalšího roku popřát hlavně zdraví a psychickou odolnost.

*S úctou k vám všem! Soňa Petrášková, ředitelka Linky bezpečí*