



Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 7.4. - 13.4.2025





	8:00-9:00hod	<u>I.blok</u> (9:30-11:00hod)	12:30-13:00hod	<u>II.blok</u> (13:00-14:30hod)	15:00-15:30hod
PO	Dobré ráno	Cvičení pro zdraví - za použití cvičební gumy	 Polední protažení těla	SENIORI BEZ NEHOD - přednáška o bezpečnosti seniorů	Odpolední protažení těla
ÚT		Slovní olympiáda - tvoření rekordu v počtu vymyšlených slov		Návrat v čase 70.-80.léta 20.st. - vybavení domácnosti	
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	 Čaj o paté - aneb taneční dopoledne s občertvením	- cvičení jemné a hrubé motoriky	Vůně klidu a pohody jarní byliny - kopřiva	- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		Bachovi následníci veřejná generální zkouška MFO		Matematické bingo	
		Zpěvanky - zpěv oblíbených písní		Odpolední chvilka poezie - předčítání známých básní	
PÁ		Palačinkování		Kinokavárna	
		- příprava oblíbené sladkosti		- film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	Jarní květena			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 14.4. - 20.4.2025




	8:00-9:00hod	<u>I.blok</u> (9:30-11:00hod)	12:30-13:00hod	<u>II.blok</u> (13:00-14:30hod)	15:00-15:30hod
PO	Dobré ráno	Kulaté písničky  - zpívání u gramofonu	Polední protažení těla	Spojení osudem - životní příběhy známých herců	Odpolední protažení těla
ÚT		Taneční hodinka - cviky se šátky na židlích		Aktivuj smysly jarní byliny - kopřiva	
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	Velikonoční pečení - piškotový beránek	- cvičení jemné a hrubé motoriky	Kouzlo starých časů 70.-80.léta 20.stol. -vybavení domácnosti	- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		 Velikonoční posezení - velikonoční tradice, občerstvení, zábava		Kinokavárna - film na přání	
PÁ		Velký pátek - státní svátek			
SO	Sobotní program na téma:	Svátky jara - Velikonoce			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 21.4. - 27.4.2025



	8:00-9:00hod	<u>I.blok</u> (9:30-11:00hod)	12:30-13:00hod	<u>II.blok</u> (13:00-14:30hod)	15:00-15:30hod
PO	Velikonoční pondělí - státní svátek				
ÚT	Dobré ráno	Overball v akci - procvičení všech svalových partií	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	Staré dobré časy - 70.-80.léta 20.století - móda	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	K poslechu i tanci zahráje oblíbený František Slovák 		Terapie 5-ti smyslů jarní byliny - mevědí česnek - Zvuky kolem nás a poznávání	
ČT		Canisterapie 		Pečeme s láskou - moučník pro děti	
PÁ		Mezigenerační setkání s dětmi MŠ Herrmannova		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	Sportovní disciplíny			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 28.4. - 4.5.2025



	8:00-9:00hod	<u>I.blok</u> (9:30-11:00hod)	12:30-13:00hod	<u>II.blok</u> (13:00-14:30hod)	15:00-15:30hod
PO		Květnové trénování paměti - zaměřené na jarní květiny		Relaxační odpoledne - s masážními pomůckami	
ÚT	Dobré ráno 	Oslava narozenin - jedné z uživatelek Centra	Polední protažení těla	Vzpomínky v dlani 70.-80.léta 20.st. - vybavení domácnosti	Odpolední protažení těla
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	CELODENNÍ VÝLET - muzeum tvarůžků Loštice, oběd v restauraci			- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT	1. MÁJ - svátek práce				
PÁ		Sportovní chvilka - zaměřená na posílení dolních končetin	- cvičení jemné a hrubé motoriky	Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	<i>Máj, lásky čas</i>			
NE					

Změna programu vyhrazena.