

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 1.4. - 7.4.2024



	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		<b>Velikonoční pondělí - státní svátek</b>			
ÚT	<b>Dobré ráno</b>	<b>Taneční hodinka</b> - cviky se šátky na židlích	<b>Polední protažení těla</b>	<b>Ohlednutí se</b> - 70.-80.léta 20.století - móda	<b>Odpolední protažení těla</b>
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	<b>RC Heřmánek mezigenerační setkání</b>	- cvičení jemné a hrubé motoriky	<b>Vnímáme všemi smysly</b> jarní byliny - medvědí česnek	- cvičení jemné a hrubé motoriky
		<b>Hrátky s pamětí</b>		<b>Zábavné hádanky</b>	
ČT		<b>Kulaté písničky</b> zpívání u gramofonu 		<b>Hmat v akci</b> - aneb, co se skrývá v krabici	
		<b>- masáže pro uživatele</b>			
PÁ		<b>Kulinářský koutek</b> - slané dobroty z listového těsta		<b>Kinokavárna</b> - film na přání	
SO	Sobotní program na téma: <b>České hrady - Karlštejn</b>				
NE					

Změna programu vyhrazena.

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 8.4. - 14.4.2024



	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	<b>Dobré ráno</b> - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	<b>Slovní olympiáda</b> - tvoření rekordu v počtu vymyšlených slov	<b>Polední protažení těla</b> - cvičení jemné a hrubé motoriky	<b>Odpolední chvilka poezie</b> - Předčítání známých básní	<b>Odpolední protažení těla</b> - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		<b>Jarní trénování paměti</b> - zaměřené na jarní květiny		<b>Vůně klidu a pohody</b> Jarní byliny - kopřiva	
ST		<b>Středeční sladké pečení</b> - moučník podle paní Marie		<b>Návrat v čase</b> - 70.-80.léta 20.st. - vybavení domácnosti	
ČT		<b>Jóga prstů a smíchu</b>		<b>Společenské hry</b> - turnaj v "Člověče, nezlob se"	
PÁ		<b>Chvilka pro písničku</b> hudební dopolene se zpěvem <b>- masáže pro uživatele</b>		<b>Kinokavárna</b> - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	<b>Jarní květena</b>			
NE					

Změna programu vyhrazena.

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 15.4. - 21.4.2024



	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	<b>Dobré ráno</b> - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	<b>Neobyčejný život Petra Nárožného</b> - zajímavosti ze života oblíbeného herce	<b>Polední protažení těla</b> - cvičení jemné a hrubé motoriky	<b>Pomáháme paměti</b> - aneb hrátky s češtinou	<b>Odpolední protažení těla</b> - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		<b>Cvičení pro zdraví</b> - za použití cvičební gumy		<b>Kouzlo starých časů</b> - 70.-80.léta 20.stol. -vybavení domácnosti	
ST		<b>Trénink jemné motoriky</b> - procvičování psaní		<b>Aktivuj smysly</b> jarní byliny - kopřiva	
ČT		<b>Kdyby ty muziky nebyly</b> zpěv a poslech českých lidovek		<b>Procházka v okolí Centra</b>	
PÁ		<b>- masáže pro uživatele</b>		<b>Ranec plný smíchu</b> - aneb, smích léčí	
		<b>Pečení s vůní dětství</b> - babiččin jablečný štrůdl		<b>Kinokavárna</b> - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	<b>Tělovýchovná jednota Sokol</b>			
NE					

Změna programu vyhrazena.

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 22.4. - 28.4.2024



	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	<b>Dobré ráno</b>	<b>Notujeme zvesela</b> - s písněmi oblíbených českých zpěvaček	<b>Polední protažení těla</b>	<b>Hrátky s čísly</b> - trénování paměti za pomoci číselných úkolů	<b>Odpolední protažení těla</b>
ÚT		<b>Bingo</b> - oblíbená hra o ceny		<b>- Zvuky kolem nás a poznávání</b>	
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	<b>Sportovní chvilka</b> - zaměřeno na posílení dolních končetin	- cvičení jemné a hrubé motoriky	<b>Staré dobré časy</b> - 70.-80.léta 20.století - móda	- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		<b>Dezert na přání</b> staročeské lívance		<b>Osudy hvězd</b> - vzpomínka na Helenu Růžičkovou	
PÁ		✝ <b>Mše svatá</b>		<b>Kinokavárna</b> - film na přání	
SO	Sobotní program na téma: <b>Po stopách M.D. Rettigové</b>				
NE					

Změna programu vyhrazena.

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 29.4. - 5.5.2024



	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		<b>Zpíváme rádi</b> - písně Wademara Matušky		<b>Taneční v noční košili</b> - aneb příběhy nejen pro seniory	
ÚT	<b>Dobré ráno</b>	 <b>Čarodějnický rej</b> - tanec, zábava, občerstvení	<b>Polední protažení těla</b>	<b>Vzpomínky v dlani</b> - 70.-80.léta 20.st. - vybavení domácnosti	<b>Odpolední protažení těla</b>
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	<b>SVÁTEK PRÁCE - ZAVŘENÉ CENTRUM DENNÍCH SLUŽEB</b>			- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		<b>Tajemná kuchyně</b> - překvapení mistra kuchaře	- cvičení jemné a hrubé motoriky	<b>Herec tělem i duší</b> - vzpomínka na Jaroslava Marvana	
PÁ		<b>Sportovní chvilka</b> - cvičení u madel na chodbě		<b>Kinokavárna</b> - oblíbená česká komedie na přání	
SO	Sobotní program na téma: <b><i>Tři zmrzlí a zahrada</i></b>				
NE					

Změna programu vyhrazena.