Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 2.2. - 8.2.2026

	8:00-9:00hod	I.blok (9:30-11:00hod)	12:30-13:00hod	II.blok (13:00-14:30hod)	15:00-15:30hod
PO		**Klub přátel dechovky** **Mše svatá**		**Domácí lékař** - ověřené rady našich babiček	
ÚT	 **Dobré ráno**	**Masopustní veselí** - tradiční zábava s průvodem masek	**Polední protažení těla**	**Okénko do minulosti** - masopustní veselí - tradice	**Odpolední protažení těla**
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	**Šikovné ruce** - jarní tvoření s levandulí	- cvičení jemné a hrubé motoriky	**Zahrada smyslů - mléčná čokoláda** - tvoření slov na daná písmena	- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		**Aby záda nebolela** - cviky pro zdravá záda		**Přemýšlej a hádej** - kvízová hra Český film	
PÁ		**Kulinářské tradice** - pečení dle masopustní tradice		**Kinokavárna** - film na přání	
SO	**Sobotní program na téma:**	***Povídání o bylinkách s ochutnávkou bylinkových čajů***			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 9.2. - 14.2.2026

	8:00-9:00hod	I.blok (9:30-11:00hod)	12:30-13:00hod	II.blok (13:00-14:30hod)	15:00-15:30hod
PO		**Hravá mysl** - zábavný trénink paměti		**Po stopách hvězd** - výročí narození M. Chladila	
ÚT	**Dobré ráno**	**Canisterapie** 	**Polední protažení těla**	**Dotek harmonie s hořkou čokoládou** - rozpoznávání zvuků	**Odpolední protažení těla**
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	**Mezigenerační setkání s dětmi MŠ Herrmannova**	- cvičení jemné a hrubé motoriky	**Kouzlo starých časů** - masopustní veselí - zabíjačka	- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		**Olomouc s hrdostí** **Generální zkouška Moravské filharmonie**		**Netradiční závody dvojic** - v manipulaci s pěnovými míčky	
PÁ		**RC Heřmánek - mezigenerační setkání** **- lehké cvičení na závěr týdne**		**Kinokavárna** - film na přání	
SO	**Sobotní program na téma:**	***Masopustní veselí***			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 16.2. - 22.2.2026

	8:00-9:00hod	I.blok (9:30-11:00hod)	12:30-13:00hod	II.blok (13:00-14:30hod)	15:00-15:30hod
PO		**Oslava narozenin** - jednoho z uživatelů Centra		**Obchod mého dětství** - vzpomínkové odpoledne	
ÚT	**Dobré ráno**	**S písní na rtech** - oblíbené písně z mládí	**Polední protažení těla**	**Vzpomínáme spolu na …** - masopustní veselí - zabíjačka	**Odpolední protažení těla**
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	**Pohybem pro dobrou náladu** - dopolední cvičení	- cvičení jemné a hrubé motoriky	**Aktivuj smysly pomocí hořké čokolády** - kvízy zaměřené na zvířata	- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		**Počítáme zpaměti** - trénování početních úkonů		**Idol žen s mimořádným talentem** - vzpomínka na Karla Högera	
PÁ		**Koláče s příběhem** - oblíbený koláč od maminky		**Kinokavárna** - film na přání	
SO	**Sobotní program na téma:**	***Mezinárodní den mateřského jazyka***			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 23.2. - 1.3.2026

	8:00-9:00hod	I.blok (9:30-11:00hod)	12:30-13:00hod	II.blok (13:00-14:30hod)	15:00-15:30hod
PO		**Pohyb jako lék** - cvičení s pomůckymi		**Rozkresli ruce** - za pomoci antistresových man	
ÚT	**Dobré ráno**	**Myšlenkové okénko** - trénování paměti	**Polední protažení těla**	**Terapie 5-ti smyslů mléčná čokoláda** **Zábavé početní příklady**	**Odpolední protažení těla**
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	**Z pohádky do pohádky…** ples plný masek, zábavy a tance	- cvičení jemné a hrubé motoriky	**Jak šel čas…...** - s masopustními tradicemi	- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		**Rodina se slavným jménem** - ze života rodiny Štěpánkových		**Chvilka poezie** - Předčítání známých básní	
PÁ		**Recepty, co nestárnou** - dezert paní Anničky		**Kinokavárna** - film na přání	
SO	**Sobotní program na téma:**	***Koblížkobranní***			
NE					

Změna programu vyhrazena.