

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 2.6. - 8.6.2025



	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	Dobré ráno - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	Cvičení paměti pro každý věk	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	Cestujeme pomocí Spooty - po krásách České republiky	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
		✝ Mše svatá			
ÚT		Sportovní chvilka - zaměřeno na cvičení s overballem		Vnímáme všemi smyly sladké letní plody - jahody	
				Hádání, co se skrývá v krabici	
ST		Klub přátel dechovky - známé a oblíbené písně		Ohlédnutí se - 60.léta 20.století - zpěvačky	
ČT		Pečeme s láskou - moučník pro děti		Klenoty České republiky UNESCO - místa, která obdivuje celý svět	
PÁ		Mezigenerační setkání s dětmi MŠ Herrmannova		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	Sportovní den			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 9.6. - 15.6.2025



	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 - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	Relaxace v dopoledním čase - zaměřené na cviky s masážními pomůckami	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	Retro legendy - ze života Jiřiny Štěpničkové	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Mezinárodní den bylinek a koření - povídání o využití bylinek		Staré dobré časy - 60.léta 20.století - zpěváci	
ST		Čaj o paté  - aneb taneční dopoledne s občertvením		Vůně klidu a pohody sladké plody - maliny	
ČT		Sejdeme se na Vlachovce - poslech a zpěv písní		Největší tělovýchovná organizace - aneb z historie Sokola	
PÁ		 Odpalujeme bez obav - aneb příprava žloutkových věnečků		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	Král komiků - Vlasta Burian			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 16.6. - 22.6.2025



	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 - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	Příprava občerstvení na oslavu ke Dni otců	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	 Karel Höger - výročí oblíbeného herce	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Společná oslava ke Dni otců - zábava, tanec a občerstvení		Smyslová stimulace sladké plody - maliny	
				- odpolední procházka	
ST		RC Heřmánek		Kouzlo starých časů - 60.léta 20.století - zpěváci	
		- Tvořivé ruce			
ČT		Zpíváme pro radost - oblíbené lidové písničky		Zapomenuté svátky - zajímavosti o svátcích, které jsou již zapomenuté	
PÁ		Otestuj si své znalosti - pomoci BAVSEN listů		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	<i>Jahodový den</i>			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 23.9. - 29.6.2025



	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 - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	Cvičení v rytmu hudby - taneční cviky na židlích	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	 Odpoledne na prosluněné terase - povídání o létě	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Helena Vondráčková slaví narozeniny zajímavosti ze života oblíbené zpěvačky		Vzpomínky v dlani - 60.léta 20.století - zpěvačky	
ST		Tělocvična pro mozek - hádání slov s pomůckami APOS		Aktivizace smyslů sladké plody - jahody	
ČT		 Oslava narozenin - jedné z uživatelek Centra		Zábavné kvízy	
PÁ		Pečeme s láskou - babiččin vláčný perník		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	Po stopách hvězd			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 30.6. - 6.7.2025



	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 - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	Cvičíme pro zdraví - posílení a procvičení celého těla	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	100+1 světoznámých žen ze života slavných žen světové historie	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		BINGO - oblíbená hra		Terapie 5ti smyslů pod mořskou hladinou - slaná voda - procházka na zmrzlinu	
ST		Výročí narození Waldemara Matušky - vzpomínka na oblíbeného zpěváka		Kouzlo starých časů - letní dovolená za socialismu	
ČT		Tóny pro dobrou náladu - písně oblíbených českých zpěváků		Mistr slova - hádání, co největšího počtu slov	
PÁ		Sladké předsváteční pečení - rybízová bublanina		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	<i>Státní svátek</i>			
NE					

Změna programu vyhrazena.