

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 7.9. - 13.9.2026



|    | 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 | <b>Dobré ráno</b>        | <b>Písničky z krabičky</b>                                                | <b>Polední<br/>protažení těla</b> | <b>Osudy slavných hvězd</b><br>- ze života známých herců                                   | <b>Odpolední<br/>protažení<br/>těla</b> |
|    |                          | ✝ <b>Mše svatá</b>                                                        |                                   |                                                                                            |                                         |
| ÚT |                          | <b>Návštěvní den<br/>Šimka a Grosmanna</b><br>- vzpomínka na oblíbené duo |                                   | <b>Vůně klidu a pohody<br/>levandulové kouzlo v kuchyni</b><br>- procvičení jemné motoriky |                                         |
| ST |                          | <b>" Cvičme v rytme"</b><br>- zábavné cvičení při hudbě                   |                                   | <b>Kouzlo starých časů</b><br>- učební předměty                                            |                                         |
| ČT |                          | <b>Hry bez hranic</b><br>- soutěžní dopoledne na zahradě CHB              |                                   | <b>Společenské hry</b><br>- dáma, domino atd.                                              |                                         |
| PÁ |                          | <b>S Helenou Růžičkovou v<br/>kuchyni</b><br>- Bulharský ovocný koláč     |                                   | <b>Kinokavárna</b><br>- film na přání                                                      |                                         |
| SO | Sobotní program na téma: | <b>Vzpomínky na školní léta</b>                                           |                                   |                                                                                            |                                         |
| NE |                          |                                                                           |                                   |                                                                                            |                                         |

Změna programu vyhrazena.

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 14.9. - 20.9.2026

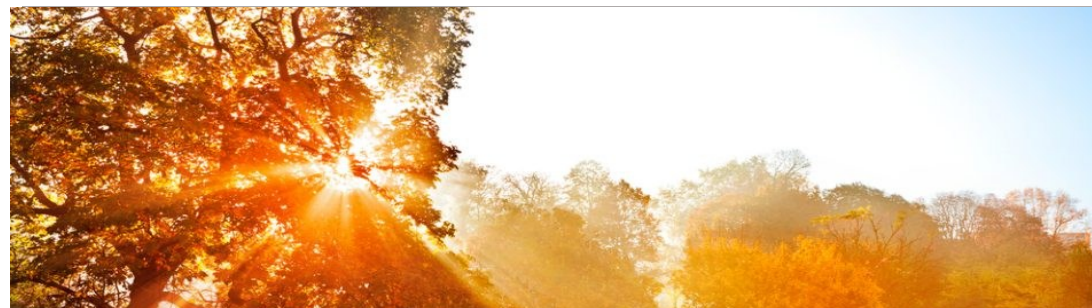


|    | 8:00-9:00hod                                                               | I.blok (9:30-11:00hod)                                                                                                                            | 12:30-13:00hod                                                        | II.blok (13:00-14:30hod)                                                                   | 15:00-15:30hod                                                          |
|----|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| PO | <b>Dobré ráno</b><br><br>- trénink orientačních schopností a ranní cvičení | <b>Hezky od podlahy</b><br><br>- české lidové písničky                                                                                            | <b>Polední protažení těla</b><br><br>- cvičení jemné a hrubé motoriky | <b>Retro legendy svatby - dny štěstí i naděje</b><br><br>- svatební chvíle herců a hereček | <b>Odpolední protažení těla</b><br><br>- cvičení jemné a hrubé motoriky |
| ÚT |                                                                            |  <b>Provoněné tvoření</b><br>- výroba a míchání koupelových solí |                                                                       | <b>Pohled do minulosti</b><br><br>- učební předměty                                        |                                                                         |
| ST |                                                                            | <b>Canisterapie</b><br>                                          |                                                                       | <b>Oáza klidu a pohody levandulové kouzlo v kuchyni</b><br><br>- procvičení slovní zásoby  |                                                                         |
| ČT |                                                                            | <b>Kuželky, hra která sahá až do starověku</b><br><br>- soutěžní dopoledne nejen pro muže                                                         |                                                                       | <b>Hmatový trénink</b><br><br>- rozpoznávání tvarů a povrchů                               |                                                                         |
| PÁ |                                                                            | <b>Dezert na přání</b><br><br>- koláč podle paní Boženy                                                                                           |                                                                       | <b>Kinokavárna</b><br><br>- film na přání                                                  |                                                                         |
| SO | Sobotní program na téma:                                                   | <b>Jablečné hody</b>                                                                                                                              |                                                                       |                                                                                            |                                                                         |
| NE |                                                                            |                                                                                                                                                   |                                                                       |                                                                                            |                                                                         |

Změna programu vyhrazena.

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 21.9. - 27.9.2026

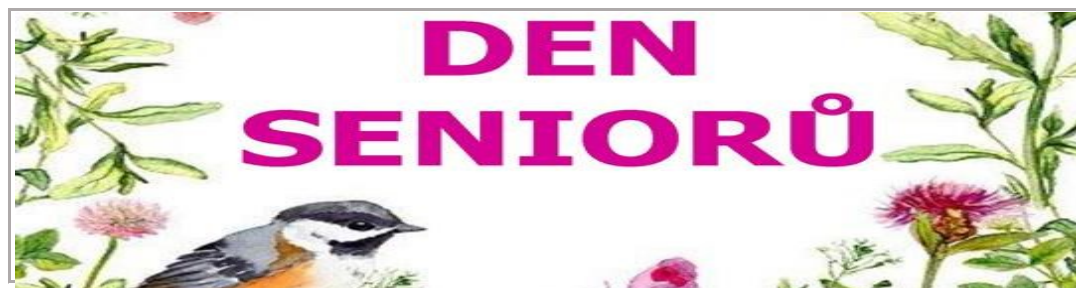


|    | 8:00-9:00hod                                                                                                                                     | I.blok (9:30-11:00hod)                                               | 12:30-13:00hod                                                 | II.blok (13:00-14:30hod)                                                                                                                                          | 15:00-15:30hod                   |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| PO |                                                                                                                                                  | Sejdeme se na Ořechovce<br><br>- poslech a zpěv písní                |                                                                | <br>Kavárnička dříve narozených<br>- posezení na terase a vzpomínání u kávičky |                                  |
| ÚT |                                                                                                                                                  | Relaxační dopoledne<br><br>- zaměřené na cviky s masážními pomůckami |                                                                | Polední protažení těla                                                                                                                                            |                                  |
| ST | Dobré ráno<br><br>- trénink orientačních schopností a ranní cvičení                                                                              | Výlet - Marlenka ve Frýdku Místku                                    |                                                                |                                                                                                                                                                   | - cvičení jemné a hrubé motoriky |
| ČT | <br>U nás v lese trénink paměti<br>- zaměřený na lesní zvířata | - cvičení jemné a hrubé motoriky                                     | Pravou lásku roky tajil<br><br>- ze života Vlastimila Harapese |                                                                                                                                                                   |                                  |
| PÁ | RC Heřmánek - mezigenerační setkání<br>- mezinárodní den vaření - pečení                                                                         |                                                                      | Kinokavárna<br><br>- film na přání                             |                                                                                                                                                                   |                                  |
| SO | Sobotní program na téma:                                                                                                                         | Retro toulky po České republice                                      |                                                                |                                                                                                                                                                   |                                  |
| NE |                                                                                                                                                  |                                                                      |                                                                |                                                                                                                                                                   |                                  |

Změna programu vyhrazena.

# Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 28.9. - 4.10.2026



|    | 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 | <b>Dobré ráno</b><br><br>- trénink orientačních schopností a ranní cvičení | Den české státnosti - státní svátek                              |                                                                       |                                                              | <b>Odpolední protažení těla</b><br><br>- cvičení jemné a hrubé motoriky |
| ÚT |                                                                            | <b>Notování pro radost</b><br><br>- s cimbálovou muzikou         | <b>Polední protažení těla</b><br><br>- cvičení jemné a hrubé motoriky | <b>Vzpomínky na školní léta</b><br><br>- vybavení třídy      |                                                                         |
| ST |                                                                            | <b>Protažení celého těla</b><br><br>- za pomoci cvičebních gum   |                                                                       | <b>Smyslová terapie</b><br>levandulové kouzlo v kosmetice    |                                                                         |
| ČT |                                                                            | <b>Oslava ke Dni seniorů</b><br><br>- společná akce pro celé CDS |                                                                       | <b>Cestování v papučích Evropa</b><br><br>- trénování paměti |                                                                         |
| PÁ |                                                                            | <b>Koláče s příběhem</b><br><br>- oblíbený koláč od maminky      |                                                                       | <b>Kinokavárna</b><br><br>- film na přání                    |                                                                         |
| SO | Sobotní program na téma:                                                   | Ve zdravém těle, zdravý duch                                     |                                                                       |                                                              |                                                                         |
| NE |                                                                            |                                                                  |                                                                       |                                                              |                                                                         |

Změna programu vyhrazena.