

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 2.3. - 8.3.2026



	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	Dobré ráno	Notujeme z vesela	Polední protažení těla	České zvyky a tradice - spojené s měsícem březnem	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		 Mše svatá		Pohled do minulosti - 50.-60.léta 20.st. - vybavení domácnosti	
ST		- trénink orientačních schopností a ranní cvičení		Mezigenerační setkání s dětmi MŠ Herrmannova	
ČT		Lehce, pomalu a hlavně s úsměvem - dopolední protažení celého těla	Po čertech skvělá herečka - vzpomínka na J. Hlaváčovou		
PÁ		OSLAVA MEZINÁRODNÍHO DNE ŽEN S ŽIVÝM VYSTOUPENÍM DH SEBRAŇÁCI Z KROMEŘÍŽSKA		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	<i>Jak se dříve slavilo MDŽ</i>			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 9.3. - 15.3.2026



	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	Dobré ráno - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	 Kulaté písničky - zpívání u gramofonu	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	Zvířata v divočině - zajímavosti z říše zvířat	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Sportem ku zdraví - cvičení s posilovací gumou		Terapie 5ti smyslů krásy jara a jarní květiny - procvičení slovní zásoby	
ST		Canisterapie 		Kouzlo starých časů - 50.-60.léta 20.století - móda	
ČT		Všechny krásy Olomouce  - památky, kašny, parky		Cvičení paměti pro každý věk - zábavné trénování paměti	
PÁ		RC Heřmánek - mezigenerační setkání - Pečeme slané dobroty		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	U nás na vsi			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 16.3. - 22.3.2026



	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	Dobré ráno - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	To byl náš HIT - oblíbené písničky na přání	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	Napsáno životem - poutavé příběhy, pohnuté osudy	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Výroba Morany a příprava na jaro 		Návrat v čase - 50.-60.léta 20.století - móda	
ST		Vynášení Morany - vyhánění zimy u řeky Moravy		Smyslová stimulace Krásy jara a jarní květiny	
ČT		Tělocvična pro mozek - hádání slov s pomůckami APOS		Retro legendy - ze života Jiřiny Štěpničkové	
PÁ		Voňavé pečení - oblíbený dezert paní Marie		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	Retro kadeřnické služby			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 23.3. - 29.3.2026



	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 	Hudba nás rozhybe - cvičení v rytmu hudby	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	Bingo trochu jinak - zaměřené na tvary a obrázky	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Notování pro radost - s cimbálovou muzikou		Vůně klidu a pohody krásy jara - zvuky jara Zábavé početní příklady	
ST		Slovní olympiáda - tvoření rekordu v počtu vymyšlených slov		Vzpomínky v dlani - 50.-60.léta 20.st. - vybavení domácnosti	
ČT		Návštěva cukrárny v prvorepublikovém stylu - CAFÉ MAHLER		Chytrá chvilka - trénování paměti	
PÁ		Palačinkování - příprava oblíbených palačinek		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	Máme rádi Česko			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 30.3. - 6.4.2026



	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		Pohybem pro dobrou náladu - dopolední cvičení	Polední protažení těla	Václav Hybš hraje polku - aneb zpěv dobových šlágrů	Odpolední protažení těla
ÚT		Pečeme s radostí - moučník pro děti z MŠ		Vzpomínáme spolu..... - 50.-60.léta 20.st. - vybavení domácnosti	
ST	Dobré ráno - trénink orientačních schopností a ranní cvičení 	Mezigenerační setkání s dětmi MŠ Herrmannova	- cvičení jemné a hrubé motoriky	Oáza klidu jarní byliny - mevědí česnek - rozpoznávání zvuků	- 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:	Velikonoce			
NE					

Změna programu vyhrazena.