

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 5.1. - 11.1.2026



	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		Notování pro radost - s cimbálovou muzikou		Odzdobení vánočních stromků před příchodem Tří králů	
ÚT	Dobré ráno	 Tříkrálová koleda - příchod Kašpara, Baltazara a Melichara	Polední protažení těla	Střípky vzpomínek - ze zimní dovolené	Odpolední protažení těla
ST	- trénink orientačních schopností a ranní cvičení	Pohybem pro dobrou náladu - dopolední cvičení	- cvičení jemné a hrubé motoriky	Vnímáme všemi smysly svět kávy - tvoření slov na daná písmena	- cvičení jemné a hrubé motoriky
ČT		 Oslava narozenin - jedné z uživatelů Centra		Správný chlap s velkým srdcem - vzpomínka na V. Postráneckého	
PÁ		RC Heřmánek - mezigenerační setkání Pečeme pro radost		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma: Cestování v zimě aneb vzpomínka na dovolenou				
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 12.1. - 18.1.2026



	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	Cvičíme pro zdraví - posílení a procvičení celého těla	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	Retro legendy svatby - dny štěstí i naděje - svatební chvíle herců a hereček	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Ohlédnutí se za rokem 2025 na CDS - vzpomínky ve fotkách minulý rok		Vůně klidu a pohody u bylinkového čaje - rozpoznávání zvuků	
ST		Mezigenerační setkání s dětmi MŠ Herrmannova		Kouzlo starých časů - na bruslích - krasobruslení	
ČT		 Kulaté písničky - zpívání u gramofonu		Rekord měsíce ledna - tvoření co největšího počtu slov	
PÁ		Ruce v mouce - moučník podle paní Boženy		Kinokavárna - film na přání s chutí Itálie	
SO	Sobotní program na téma:	<i>Jak se dřívě vařilo</i>			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 19.1. - 25.1.2026



	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	Tělocvična pro mozek - hádání slov s pomůckami APOS	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Canisterapie 		Návrat v čase - na bruslích - krasobruslení	
ST		Kreativní dílna - tvoření na Velikonoce		Aktivuj smysly pomocí bylinkového čaje - kvízy zaměřené na zvířata	
ČT		Cvičení v rytmu hudby - taneční cviky na židlích		Bingo - oblíbená hra o ceny	
PÁ		Páteční čokoládové pečení - voňavé čokoládové muffiny		Kinokavárna - film na přání	
SO	Sobotní program na téma:	Lednové pranostiky a zvyky			
NE					

Změna programu vyhrazena.

Plán aktivit pro uživatele DP 2

v termínu 26.1. - 1.2.2026



	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	Dobré ráno - trénink orientačních schopností a ranní cvičení	S písní na rtech - aneb s písničkou je veseleji	Polední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky	Jak jsme vařili a jedli - vzpomínání plné chutí	Odpolední protažení těla - cvičení jemné a hrubé motoriky
ÚT		Cvičení pro zdraví - zaměřené na protažení celého těla		Terapie 5-ti smyslů světa kávy	
ST		 Čaj o paté - aneb taneční dopoledne s občertvením		Zábavé početní příklady	
ČT		Tvoříme pro radost - věnečky na dveře		Staré dobré časy - na zimní dovolené	
PÁ		Pečeme s láskou - slané šneky		Co se skrývá za zkratkou - trénování paměti za pomoci zkratk	
SO	Sobotní program na téma:	Zimní sporty s punčem			
NE					

Změna programu vyhrazena.