

PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT

- Září 2018 -

PONDĚLÍ 3.9.

9:30 – 11:00

Pondělní skupina s Agátou

ÚTERÝ 4.9.

10:00 - 11:30

Relaxační cvičení

12:00 – 13:00

Trénování paměti s Lenkou

STŘEDA 5.9.

9:00 – 12:00

Dobry hrnec – švestkové knedlíky

13:00 – 14:00

Bowling – sraz u POUZARA

ČTVRTEK 6.9.

10:00 - 12:00

Mozkový jogging s Luckou

13:00 – 17:00

Procházka k Malému jezu

PÁTEK 7.9.

9:00 – 12:00

Dobry hrnec – zapečené brambory

15:00 – 18:00

Posezení s kytarou na zahradě

PONDĚLÍ 10.9.

9:30 – 11:00

Pondělní skupina s Markétou

ÚTERÝ 11.9.

9:00- 12:00

Venčení psů v útulku (nutná 2x jízdenka MHD)

12:00 – 13:00

Trénování paměti s Míšou

13:00 – 17:00

Promítání filmů + diskuze

STŘEDA 12.9.

9:00 – 12:00

Dobry hrnec – Cuketa jako smaženice

ČVRTEK 13.9.

10:00 - 14:00

Kultura ve městě - **MARIÁNSKÁ KASÁRNA** – komentovaná prohlídka, hudební a
exhibiční vystoupení.

Sraz v 10:00 před vchodem do kasáren (Mariánské náměstí), vstup zdarma.

14:00 - 17:00

Kafé mlajnek

PÁTEK 14.9.

9:00 – 12:00

Dobry hrnec – Plněné bramborové knedlíky

PONDĚLÍ 17.9.

9:30 – 11:00

Pondělní skupina s Míšou



FOKUS

České Budějovice

ÚTERÝ 18.9.

10:00 – 11:30

12:00 – 13:00

13:00 - 16:00

13:00 – 14:00

15:30 – 16:30

Projížďka na kole s Míšou

Trénování paměti s Lenkou

Výtvarné tvoření – Dekorace z korkových špuntů

Setkání s literaturou – s panem Hynkem Klimkem

Skupina zotavení s Lenkou

STŘEDA 19.9.

9:00–12:00

12:00-13:00

Dobry hrnec – Bramboračka, pečený chléb / toasty

O nás s námi - společné plánování programu na příští měsíc

ČTVREK 20.9.

10:00 – 12:00

13:00 – 17:00

Kultura ve městě – sraz v 10:00 u kašny na náměstí

Sportovní aktivity na zahradě

PÁTEK 21.9.

9:00 – 12:00

Dobry hrnec – Smažený sýr na plech, brambor

...

PONDĚLÍ 24.9.

9:30 – 11:00

Pondělní skupina s Agáta

ÚTERÝ 25.9

10:00 – 11:30

12:00 – 13:00

13:00 - 16:00

Procházka po okolí

Trénování paměti s Míšou

Promítání filmů + diskuze

STŘEDA 26.9.

9:00–12:00

Dobry hrnec – Lívanečky z ovesných vloček se zavařeninou

ČTVRTEK 27.9.

10:00 - 12:00

14:00 – 17:00

Mozkový jogging s Luckou

Poslech - Čtyři dohody

PÁTEK 28.9.

STÁTNÍ SVÁTEK – ZAVŘENO