



Plán aktivit pro 4.týden



	20.ledna Pondělí	21.ledna Úterý	22.ledna Středa	23.ledna Čtvrtek	24.ledna Pátek	25.ledna Sobota	26.ledna Neděle
	SVÁTEK SLAVÍ Ilona/Sebastián	SVÁTEK SLAVÍ Běla	SVÁTEK SLAVÍ Slavomír/a	SVÁTEK SLAVÍ Zdeněk	SVÁTEK SLAVÍ Milena/Amanda	SVÁTEK SLAVÍ Miloš	SVÁTEK SLAVÍ Zora/Jitřenka
od 9:30 do 10:00	 Rozcvička Pro všechna patra v jídelně s Dášou	 Rozcvička 2.p s Gabčou 3.p s Nelčou 4.p s Dášou 5.p s Jančou v jídelně	 Rozcvička 2.p s Gabčou 3.p s Dášou 4.p s Anet 5.p s Jančou v jídelně	 MŠ Sluníčko Cvičení s dětmi (gurmánský týden) S Anet a Nelčou	 Rozcvička 2.p s Dášou 3., 4. a 5.p s Jančou v jídelně	 Pohybové aktivity s PSS	 Pohybové aktivity s PSS
od 10:30 do 11:30	Procházka s Anet a Nelčou (gurmánský týden)  Individuální rozhovory – obědy 5.p s Jančou Individuální RHB 5.p s Dášou 	Individuální aktivity – úklid skříní 5.p s Jančou  Individuální rozhovory-obědy 4.p s Anet Individuální rozhovory-obědy 3.p s Nelčou Individuální rozhovory-obědy 2.p s Gabčou Individuální RHB 4.p s Dášou	Individuální rozhovory 5.p s Jančou Individuální aktivity 4.p s Anet Individuální aktivity-MASÁŽE 3.p s Nelčou Kvíz – zdravá strava v jídelně s Gabčou (gurmánský týden) ZDRAVÉ/NEZDRAVÉ Kdo dřív najde PDF 4tr.  Individuální RHB 3.p s Dášou	Trénink paměti 5.p s Jančou  Výroba Smoothie ve 3.p s Gabčou (gurmánský týden)  Individuální RHB 2.p s Dášou	Pečení ve 3.p s Anet a Nelčou (gurmánský týden)  Společenské hry s Jančou  Individuální aktivity 2.p s Gabčou Masáže, perličkové koupele a parafinové zábaly – fyzió s Dášou	 Společenské hry s PSS	 Společenské hry s PSS
od 14:15 do 15:00	Bingo s Jančou  BS+snoezelen 4.p s Anet Individuální RHB – fyzió s Dášou	Přednáška o zdravé výživě - aneb co je Detox? (gurmánský týden)  Individuální aktivity – úklid skříní 5.p s Jančou Individuální aktivity – MASÁŽE 3.p s Nelčou Individuální RHB – fyzió s Dášou	Solná jeskyně s Gábi a Mončou (gurmánský týden)  Tvoření v jídelně s Jančou BS+snoezelen 4.p s Anet Tvoření 3.p s Nelčou Individuální RHB – fyzió s Dášou	GURMÁNSKÉ ODPOLEDNE - ochutnávka s Jančou a Gabčou  Individuální aktivity 4.p s Anet Pro-Sluch s Nelčou Individuální RHB – fyzió s Dášou	Kinocukrárna v jídelně s Gábi a Jančou (gurmánský týden)  Zooterapie 4.p s Anet Individuální aktivity 3.p s Nelčou Masáže, perličkové koupele a parafinové zábaly – fyzió s Dášou	 Vycházky do zahrady domova s PSS	 Vycházky do zahrady domova s PSS

GURMÁNSKÝ TÝDEN – POVÁNOČNÍ DETOX ANEB ZPÁTKY DO FORMY