**PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT**

**- LEDEN 2021 -**

**PONDĚLÍ 3.1.**

09:00 – 12:00 Povídání na téma: Novoroční předsevzetí s pracovnicí Markétou

14:00 – 15:30 Kafé mlejnek

**ÚTERÝ 4.1.**

09:00 – 12:00 Tématické kreslení: Moje oblíbené jídlo

13:00 – 14:00 Hraní společenských her s Kristinou

**STŘEDA 5.1.**

09:00 – 13:00 Dobrý hrnec – Zapečené těstoviny

 14:00 – 15:30 Kultura ve městě - Volný čas ženy v 19. století, výstava v Jihočeském muzeu

(účast je třeba hlásit den předem)

**ČTVRTEK 6.1.**

09:00 – 12:00 Tříkrálové posezení u kávy a čaje

10:30 – 12:00 Odstrojování vánočního stromku

13:00 – 14:00 Jóga pro každého s Kristinou

**PÁTEK 7.1.**

09:00 - 13:00 Dobrý hrnec – Rajská omáčka s knedlíkem

13:00 – 15:30 Procházka po okolí

**PONDĚLÍ 10.1.**

 09:00 – 11:00 Ranní relaxace a lehké protažení

12:00 – 15:00 Povídání na téma: Moje oblíbené místo aneb kam se rád vracím

**ÚTERÝ 11.1.**

09:00 – 11:00 Hraní společenských her s Kristinou

12:00 – 15:00 Tématické kreslení – Můj životní sen

**STŘEDA 12.1.**

09:00 – 13:00 Dobrý hrnec – Špagety

**ČTVRTEK 13.1.**

10:00 – 12:00 Kultura ve městě - Srdečné pozdravy z Budějovic, výstava v Jihočeském muzeu

(účast je třeba hlásit den předem)

13:00 – 14:00 Jóga pro každého s Kristinou

**PÁTEK 14.1.**

09:00 – 13:00 Dobrý hrnec – Halušky

**PONDĚLÍ 17.1.**

09:00 – 11:00 Ranní relaxace a lehké protažení

14:00 – 15:30 Kafé mlejnek

**ÚTERÝ 18.1.**

09:00 – 11:00 Hraní společenských her s Kristinou

12:00 – 15:00 Tématické kreslení – Má nejmilejší vzpomínka

**STŘEDA 19.1.**

09:00 – 13:00 Dobrý hrnec – Řízek s bramborem

13:00 - 14:30 Literatura s p. Klimek

**ČTVRTEK 20.1.**

09:00 – 11:00 Relaxační dopoledne

13:00 – 14:00 Jóga pro každého s Kristinou

**PÁTEK 21.1**

09:00 – 13:00 Dobrý hrnec – Bramboráky a hrachová polévka

 13:00 – 15:00 Filmové odpoledne

**PONDĚLÍ 24.1.**

09:30 – 11:00 Skupina s Agátou

13:00 – 16:00

**ÚTERÝ 25.1.**

09:00 – 11:00 Hraní společenských her s Kristinou

12:00 – 15:00 Tematické kreslení – Oblíbený film

**STŘEDA 26.1.**

09:00 – 13:00 Dobrý hrnec – Čína

14:00 - 16:00 Procházka po okolí

**ČTVRTEK 27.1.**

13:00 – 14:00 Jóga pro každého s Kristinou

**PÁTEK 28.1.**

09:00 - 13:00 Dobrý hrnec – Segegedínský guláš

14:00 – 15:00 Posezení u kávy a čaje

 **PONDĚLÍ 31.1.**

 09:00 – 11:00 Ranní relaxace a lehké protažení

**ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA – NEJEN DLE AKTUÁLNÍCH NAŘÍZENÍ VLÁDY**