

## PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT ČESKÉ BUDĚJOVICE - Srpen 2022 -

### PONDĚLÍ 1.8.

9:00 - 13:00  
14:00 - 15:00

**Kafé mlejnek** – klientské povídání “klienti klientům”  
**Skupina zotavení s peer konzultanty** (osoba s vlastní zkušeností s duševním onemocněním)

### ÚTERÝ 2.8.

09:00 – 12:00  
14:30 – 16:00

**Hraní společenských her**  
**Pletací kroužek** s Janou Hatalovou (pletací jehlice a vlnu s sebou)

### STŘEDA 3.8.

09:00 – 12:00  
14:00 – 15:30

**Dobry hrnec** - ovocné knedlíky  
**Tematická skupina** “*Moje vztahy*”

### ČTVRTEK 4.8.

09:30 – 11:00  
13:00 – 14:00

**Vytváření koláže** na téma “*Co chci mít ve svém životě*” (časopisy s sebou)  
**Jóga pro každého**

### PÁTEK 5.8.

09:00 – 12:00  
13:00 -15:00

**Dobry hrnec** - zeleninové placičky, bramborová kaše  
**Trénování paměti**

...

### PONDĚLÍ 8.8.

09:00 - 13:00  
14:00 – 15:00

**Kafé mlejnek** – klientské povídání “klienti klientům”  
**Skupina zotavení s peer konzultanty** (osoba s vlastní zkušeností s duševním onemocněním)

### ÚTERÝ 9.8.

09:00 – 12:00  
13:00 – 15:00

**Ping Pong, strečinkové protahování**  
**Job club**

### STŘEDA 10.8.

09:00 – 12:00  
13:00 – 15:00

**Dobry hrnec** - těstovinový salát  
**Hubneme spolu** – 1. setkání

### ČTVRTEK 11.8.

09:30 – 12:00  
13:00 – 14:00

**Květinová terapie**, péče o květiny a zahradu  
**Jóga pro každého**

### PÁTEK 12.8.

09:00 – 12:00  
12:00 – 13:00  
13:00 -15:00

**Dobry hrnec** - grilování na zahradě, rozloučení s Míšou)  
**O nás s námi** - zapojení klientů do plánování programu do dalšího období  
**Pohybové odpoledne** – ping pong, fotbalék na zahradě, líný tenis

...

**PONDĚLÍ 15.8.**

09:00 - 13:00  
14:00 - 15:30

**Kafé mlejnek** – klientské povídání o všem  
**Svépomocná skupina zotavení** (bez peera)

**ÚTERÝ 16.8.**

09:00 – 15:00  
12:00 – 16:00

**Výlet do Trocnova** – sraz před vlakovým nádražím v 9:30 hod.(nahlásit se předem lvetě)  
**Meditace při relaxační hudbě s cedrovou aromaterapií**

**STŘEDA 17.8.**

09:00 - 12:00  
13:00 – 15:00

**Dobry hrnec** – guláš, oslava 60. narozenin Zdeňka L.  
**Hubneme spolu**

**ČTVRTEK 18.8.**

09:00 – 12:00  
13:00 – 14:00

**Deskové hry, scrabble**  
**Jóga pro každého**

**PÁTEK 19.8.**

09:00 – 12:00  
13:00 -15:00

**Dobry hrnec** - rajská s těstovinami  
**Trénování paměti**

...

**PONDĚLÍ 22.8.**

10:00 - 13:00  
14:00 – 15:00

**Kafé mlejnek** – klientské povídání “klienti klientům”  
**Svépomocná skupina zotavení**

**ÚTERÝ 23.8.**

09:00 – 12:00  
12:00 – 15:00  
15:00 - 16:00

**Kvízové dopoledne**  
**Kafé mlejnek** – klientské povídání “klienti klientům”  
**Bowling v Besedě**

**STŘEDA 24.8.**

09:00 – 12:00  
13:00 – 15:00

**Dobry hrnec** – kuře na paprice, borůvkový koláč – oslava narozenin Petr J.  
**Ping pong, strečinkové protahování.**

**ČTVRTEK 25.8.**

10:00 – 12:00  
13:00 – 14:0

**Jihočeské muzeum – výstava** hodin (sraz v 10 hodin před muzeem nahlásit lvetě)  
**Jóga pro každého (Kristina)**

**PÁTEK 26.8.**

09:00 – 12:00  
13:00 -15:00

**Dobry hrnec** – katův šleh  
**Trénování paměti**

**PONDĚLÍ 29.8.**

09:00 - 13:00

14:00 – 15:00

**Kafé mlejnek** – klientské povídání “klienti klientům”

**Skupina zotavení s peer konzultanty** (osoba s vlastní zkušeností s duševním onemocněním)

**ÚTERÝ 30.8.**

10:00 – 12:00

12:00 - 13:00

13:00 - 16:00

**Job club**

**Kouzlo pobřeží Francie** (povídání o putování po Francii a promítání fotek)

**Zahradní terapie** (péče o záhonky)

**STŘEDA 31.8.**

09:00 – 12:00

13:00 – 15:00

**Dobry hrnec** – guláš podle Káti

**Hubneme spolu**

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