**PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT ČESKÉ BUDĚJOVICE**

**- Prosinec 2022 -**

**ČTVRTEK 1.12.**

10:00 - 12:00 **Vánoční trhy na výstavišti** - sraz v 10 hodin před hlavní bránou

13:00 - 15:00 **Job club**

**PÁTEK 2.12.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - zapečené těstoviny

13:00 – 15:00 **Trénování paměti**

...

**PONDĚLÍ 5.12**

09:00 - 13:00 **Kafé mlejnek** – klientské povídání o všem

14:00 – 15:30 **Skupina zotavení s peer konzultanty** (osoba s vlastní zkušeností s duševním onemocněním

**ÚTERÝ 6.12.**

09:00 - 12:00 **Trénování kognitivních funkcí**

13:00 - 15:00 **Pečení vánočnho cukroví 1.**

**STŘEDA 7.12.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - katův šleh

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

13:00 - 14:30 **Tematická skupina** - Povídání o zvycích a obyčejích měsíce prosinec

14:30 – 15:30 **Tvořivá skupina s Mášou a Sašou** (směřované na mladé klienty Fokusu ve věku 14 – 26 let)

**ČTVRTEK 8.12.**

09:00 - 12:00 **Pečení vánočního cukroví 2.**

13:00 - 15:00 **Job club**

**PÁTEK 9.12**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - boloňské špagety

13:00 – 15:00 **Trénování paměti**

...

**PONDĚLÍ 12.12.**

09:00 - 13:00 **Kafé mlejnek** – klientské povídání o všem

14:00 – 15:30 **Svépomocná skupina zotavení**

**ÚTERÝ 13.12.**

09:00 - 12:00 **Hraní společenských her**

13:00 - 15:00 **Sámsebou** - Otevřená skupina pro každého, kdo chce lépe porozumět svým pocitům

**STŘEDA 14.12.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - zapečené brambory

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

13:00 - 14:30 **Tematická skupina** – Desatero zdravého životního stylu

14:30 – 16:00 **Pletací kroužek**

14:30 – 15:30 **Tvořivá skupina s Mášou a Sašou** (směřované na mladé klienty Fokusu ve věku 14 – 26 let)

**ČTVRTEK 15.12.**

10:00 - 12:00 **Návštěva adventních trhů** - sraz u Černé věže v 10 hodin

13:00 - 15:00 **Job club**

**PÁTEK 16.12.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** -šumavská zelnice

12:00 – 13:00 **O nás s námi**

13:00 – 15:00 **Trénování paměti**

...

**PONDĚLÍ 19.12.**

09:00 - 13:00 **Kafé mlejnek** – klientské povídání o všem

14:00 – 15:30 **Svépomocná skupina zotavení**

**ÚTERÝ 20.12.**

09:00 - 12:00 **Karetní hry**

13:00 - 14:30 **Tématická skupina -** “Co mi dělá radost?”

14:00 – 16:00 **Plavání** - sraz před plovárnou ve 14 hodin (svépomocná skupina – bez SP)

**STŘEDA 21.12.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - kočičí tanec

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

13:00 - 14:30 **Setkání s literaturou s p. Klimkem**

13:00 - 14:30 **Tvorba koláže na téma “Hojnost”**

14:30 – 15:30 **Tvořivá skupina s Mášou a Sašou** (směřované na mladé klienty Fokusu ve věku 14 – 26 let)

**ČTVRTEK 22.12.**

09:00 - 12:00 **Příprava občerstvení na vánoční večírek**

13:00 - 15:00 **Výzdoba -** zdobení stromečku, úklid prostor PDA

**PÁTEK 23.12.**

09:00 – 15:00 **Vánoční večírek** - společné posezení

9:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - řízky, bramborový salát

...

**PONDĚLÍ 26.12.- SVÁTEK**

**ÚTERÝ 27.12.**

09:00 - 12:00 **Deskové hry**

13:00 - 15:00 **Malování na téma “Zima”**

15:00 – 16:00 **Vánoční bowling v Besedě** - sraz před Besedou v 15 hodin

**STŘEDA 28.12.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec -** houbová omáčka, houskový knedlík

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

13:00 - 14:30 **Tematická skupina “Bilancování”** - Ohlédnutí za uplynulým rokem

14:30 – 15:30 **Tvořivá skupina s Mášou a Sašou** (směřované na mladé klienty Fokusu ve věku 14 – 26 let)

**ČTVRTEK 29.12.**

09:00 - 12:00 **Kvízové dopoledne**

13:00 - 15:00 **Procházka po okolí**

**PÁTEK 30.12.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - silvestrovské posezení

13:00 – 15:00 **Jak to bude v novém roce** – beseda, o aktivitách v PDA

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