**PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT ČESKÉ BUDĚJOVICE**

**- DUBEN 2023 -**

**PONDĚLÍ 3.4.**

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

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

**ÚTERÝ 4.4.**

9:00 – 12:00 **Hraní společenských her**

14:00 – 15:00 **Sámsebou** - Otevřená skupina pro každého, kdo chce lépe porozumět svým pocitům

**STŘEDA 5.4.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - špenátová polévka, tvarohový mazanec

12:00 – 14:00 **Příprava na Velikonoce**- zdobení vajíček pomocí vosku

14:30 - 15:30 **Výtvarná skupina -** společně na jedno téma a jeden list

15:30 – 16:30 **Skupina pro mladistvé** (směřované na mladé klienty FOKUSu ve věku 14–26 let)

**ČTVRTEK 6.4.**

9:00 – 10:00 **Ranní jóga**

10:00 - 11:00 **Trénování kognitivních funkcí** (s podklady v anglickém jazyce)

11:00 –13:00 **Amatérské divadlo**

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

**VELKÝ PÁTEK 7.4. ZAVŘENO**

**VELIKONOČNÍ PONDĚLÍ 10.4. ZAVŘENO**

**ÚTERÝ 11.4.**

9:00 – 12:00 **Kvízové dopoledne**

14:30 – 16:00 **Pletací kroužek**

**STŘEDA 12.4.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec –** katův šleh s rýží

 09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

12:00 – 13:00 **O nás s námi**

14:30 - 15:30 **Výtvarná skupina** - společně na jedno téma a jeden list

15:30 – 16:30 **Skupina pro mladistvé** (směřované na mladé klienty FOKUSu ve věku 14–26 let)

**ČTVRTEK 13.4.**

9:00 – 10:00 **Relaxační dopoledne**

10:00 - 11:00 **Trénování kognitivních funkcí** (s podklady v anglickém jazyce)

11:00 –13:00 **Amatérské divadlo**

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

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

**PÁTEK 14.4.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** – palačinky

12:00 – 15:00 **Přesazování kytek v PDA**

...

**PONDĚLÍ 17.4.**

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

14:00 – 15:30 **Skupina zotavení**

**ÚTERÝ 18.4.**

9:00 – 12:00 **Hraní společenských her**

14:00 – 15:00 **Sámsebou -** Otevřená skupina pro každého, kdo chce lépe porozumět svým pocitům

**STŘEDA 19.4.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec –** Lasagne s boloňskou omáčkou

 09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

13:00 – 14:00 **Setkání s literaturou s p. Klimkem**

14:30 - 15:30 **Výtvarná skupina** - společně na jedno téma a jeden list

15:30 – 16:30 **Skupina pro mladistvé** (směřované na mladé klienty FOKUSu ve věku 14–26 let)

**ČTVRTEK 20.4.**

9:00 – 10:00 **Ranní jóga**

10:00 - 11:00 **Trénování kognitivních funkcí** (s podklady v anglickém jazyce)

12:00 – 14:00 **Turnaj v pink pongu**

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

**PÁTEK 21.4.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** – cmunda s kyselým zelím

12:00 – 15:00 **Zahradní terapie** – péče o zahradu, bylinky a kytky

...

**PONDĚLÍ 24.4.**

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

14:00 – 15:30 **Skupina zotavení**

**ÚTERÝ 25.4.**

9:00 – 11:00 **Hraní společenských her**

11:00 - 12:00 **Kultura ve městě** - Jihočeská knihovna (pobočka Lidická) - výstava: Falešné hranice - nejutajovanější zločiny STB, sraz v 11:00 před hl. vchodem

14:00 – 15:30 **Tematická skupina** “Jak si nastavit osobní hranice”

**STŘEDA 26.4.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - těstoviny s rajčaty, ricottou a bazalkou

 09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

14:30 - 15:30 **Výtvarná skupina** - společně na jedno téma a jeden list

15:30 – 16:30 **Skupina pro mladistvé** (směřované na mladé klienty FOKUSu ve věku 14–26 let)

**ČTVRTEK 27.4.**

10:00 - 11:00 **Trénování kognitivních funkcí** (s podklady v anglickém jazyce)

11:00 –13:00 **Amatérské divadlo**

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

14:00 – 15:30 **Tvorba koláže** “Můj hravý svět”

**PÁTEK 28.4.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** – výpečky, americké brambory

12:00 – 15:00 **Trénování paměti a soustředění**

...