**PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT ČESKÉ BUDĚJOVICE**

**- červenec 2023 -**

**PONDĚLÍ 3.7.**

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

14:00 - 15:30 **Skupina zotavení**

**ÚTERÝ 4.7.**

9:00 – 12:00 **Kvízové dopoledne**

10:00 – 12:00 **Venčení psů (aktivita s Karlem)**

13:00 - 15:00 **Hudební odpoledne** – kdo chce, přinese si hudební nástroj

**STŘEDA 5.7.** **Státní svátek - Den slovanských věrozvěstů Cyrila a Metoděje**

**ČTVRTEK 6.7.** **Státní svátek - Den upálení mistra Jana Husa**

**PÁTEK 7.7.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec -** zapečené těstoviny se zeleninou a uzeninou

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

15:00 – 16:00 **Bowling v Besedě (aktivita s Karlem)**

**PONDĚLÍ 10.7.**

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

14:00 - 15:30 **Skupina zotavení**

**ÚTERÝ 11.7.**

09:00 - 13:00 **Výlet do Třeboně (aktivita s Karlem)**

10:00 - 11:00 **Hezké zážitky, které mě doprovází celý život**

13:00 - 15:00 **Radostné práce na zahradě**

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

**STŘEDA 12.7.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec -** sekaná s bramborem

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

12:00 – 13:00 **Společné plánování aktivit na přístí měsíc** (o nás s námi)

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

15:00 – 16:00 **Plavání (aktivita s Karlem)**

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

**ČTVRTEK 13.7.**

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

11:00 –13:00 **Amatérské divadlo**

13:00 – 15:00 **Job club**

16:00 – 17:00 **Fotbalový trénink ve Stromovce** – sraz u cyklostezky za Kauflandem v 15:55 hod.

**PÁTEK 14.7.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec -** čočka s párkem

9:00 - 11:00 **Bylinkové povídání s letním bylinkovým čajem-povídání o léčivých rostlinách**

14:30 - 16:00 **Deskové hry, vědomostní kvízy**

13:00 – 14:00 **Workoutové hřiště u Malého jezu (aktivita s Karlem)**

**PONDĚLÍ 17.7.**

9:00 – 13:00 **Kafé mlejnek** – klientské povídání o všem

14:00 - 15:30 **Skupina zotavení**

**ÚTERÝ 18.7.**

09:00 - 13:00 **Výlet parníkem na Hlubokou** (sraz v 9:15hod. U přístavu v Č.B. - aktivita s Karlem)

9:00 – 10:00 **Přines si svůj řízek** - výměna řízků (kytiček, semínek) pokojových rostlin

10:30 – 12:00 **Tvorba koláže** “Spojit nespojitelné”

14:30 – 16:00 **Pletací kroužek**

**STŘEDA 19.7.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec** - grilování na zahradě

09:00 - 12:00 **Zprávy ze světa**

12:00 -13:00 **Turnaj v šipkách (aktivita s Karlem)**

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 20.7.**

09:00 - 13:00 **Radostné práce na zahradě**

11:00 –13:00 **Amatérské divadlo**

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

13:000 – 15:00 **Job club**

16:00 – 17:00 **Fotbalový trénink ve Stromovce** – sraz u cyklostezky za Kauflandem v 15:55 hod.

**PÁTEK 21.7.**

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

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

13:00 – 14:00 **Volejbalový zápas (přehazovaná) (aktivita s Karlem)**

14:00 - 15:00 **Poznej sám sebe podle data a místa narození-**horoskopy **(skupinu vede Andrea)**

**PONDĚLÍ 24.7.**

09:00 - 12:00 **Kafé mlejnek** - klientské povídání o všem

14:00 – 15:30 **Skupina zotavení**

**ÚTERÝ 25.7.**

09:00 - 13:00 **Výlet na Kleť** (účast ohlásit předem Kájovi, sraz na nádraží) **(aktivita s Karlem)**

14:00 – 15:30 **Věci, které mě dokáží zklidnit** (můžete si s sebou vzít konkrétní věc)

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

**STŘEDA 26.7.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec -** Bramborová kaše s párkem

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

15:00 – 16:00 **Plavání (aktivita s Karlem)**

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

**ČTVRTEK 27.7.**

09:00 - 13:00 **Návštěva keramické dílny v krajinské ul. výroba hrníčku, cena 250 kč.**

11:00 –13:00 **Amatérské divadlo**

13:00 – 15:00 **Job club**

14:30 – 15:30 **Tematická skupina** “Nenásilná komunikace”

16:00 – 17:00 **Fotbalový trénink ve Stromovce** – sraz u cyklostezky za Kauflandem v 15:55 hod.

**PÁTEK 28.7.**

09:00 - 12:00 **Dobrý hrnec -** palačinky s ovocem

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

14:00 - 15:30 **Turnaj v ping-pongu a šipkách (aktivita s Karlem)**

**PONDĚLÍ 31.7.**

09:00 - 12:00 **Kafé mlejnek -** klientské povídání o všem

10:00 – 12:00 **Vrbenské rybníky** (sraz na zastávce u Hvízdala v 10:00) **(aktivita s Karlem)**

14:00 – 15:30 **Skupina zotavení**