**PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT ČESKÉ BUDĚJOVICE**

**- leden 2024 -**

**PONDĚLÍ 1.1.** **Nový rok**

**ÚTERÝ 2.1.**

9:00 – 11:00 **Kafémlejnek** – povídání o prožití vánočních svátků

11:00 – 12:00 **Bruslení na náměstí Přemysla Otakara II.** (aktivita s Kájou)

12:30 – 15:00 **Deskové hry**

**STŘEDA 3.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** – dnes vaří ženy

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

12:00 – 13:00 **Společné plánování aktivit**

15:00 – 16:00 **Plovárna, vířivka, sauna** (aktivita s Kájou)

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

**ČTVRTEK 4.1.**

09:00 – 11:00 **Kvízové dopoledne** – filmové hlášky

11:30 – 13:00 **Amatérské divadlo**

13:00 – 15:00 **Job club** (na adrese Lannova tř. 117/63)

14:30 – 15:30 **Tematická skupina** – Ohlédnutí za rokem 2023 a plány na rok 2024

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

**PÁTEK 5.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** - dnes vaří muži

09:00 – 11:00 **Zprávy ze světa**

11:00 – 12:00 **Koulovačka ve FOKUSu** (aktivita s Kájou)

12:00 – 15:00 **Trénování paměti**

**PONDĚLÍ 8.1.**

09:00 – 11:00 **Kafémlejnek** – povídání o všem

12:00 – 14:00 **Odpoledne s křížovkou**

14:00 – 15:00 **Skupina zotavení** (Jiří)

**ÚTERÝ 9.1.**

9:50 – 14:00 **Muzeum vltavínů v Týně n. Vltavou, 9:50 odjezd, nástupiště 14** (aktivita s Kájou)

9:00-12:00 **Zábavné dopoledne** – deskové hry a kvízy

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

**STŘEDA 10.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** - dnes vaří ženy

13:00 – 15:00 **Společně si uklidíme**

14:30 – 15:30 **Skupina pro mladé dospělé** (na adrese Lannova tř. 117/63)

15:00 – 16:00 **Plovárna, vířivka, sauna** (aktivita s Kájou)

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

**ČTVRTEK 11.1.**

09:00 – 11:00 **Kvízové dopoledne – slepá mapa**

11:30 – 13:00 **Amatérské divadlo**

13:00 – 15:00 **Job club** (na adrese Lannova tř. 117/63)

14:30 –16:00 **Pletací kroužek**

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

**PÁTEK 12.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** - dnes vaří muži

09:00 – 11:00 **Zprávy ze světa**

12:00 – 15:00 **Jaký/jaká jsem?** Zábavné testování

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

**PONDĚLÍ 15.1.**

09:00 – 11:00 **Kafémlejnek** – povídání o všem

11:00 – 14:00 **Filmové (od)poledne**

14:00 – 15:00 **Skupina zotavení** (Lucie)

**ÚTERÝ 16.1.**

10:15 – 14:30 **Schwarzenberská hrobka, Třeboň, odjezd 10:15 nástupiště 23** (aktivita s Kájou)

 9:00 – 12:00 **Cvičení paměti**

12:30 – 15:00 **Výtvarná skupina**

**STŘEDA 17.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** - dnes vaří ženy

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

15:00 – 16:00 **Plovárna, vířivka, sauna** (aktivita s Kájou)

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

**ČTVRTEK 18.1.**

09:00 – 11:00 **Kvízové dopoledne - jídlo**

11:30 – 13:00 **Amatérské divadlo**

13:00 – 15:00 **Job club** (na adrese Lannova tř. 117/63)

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

14:30 – 15:30 **Tématická skupina** – Jak zvládat stres

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

**PÁTEK 19.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** - dnes vaří muži

09:00 – 11:00 **Zprávy ze světa**

11:00 – 12:00 **Turnaj v šipkách** (aktivita s Kájou)

12:00 – 15:00 **Trénování paměti**

**PONDĚLÍ 22.1.**

09:00 – 11:00 **Kafémlejnek** - povídání o všem

11:00 – 14:00 **Akční (do)poledne** – úklid PDA spojený s poslechem hudby

14:00 – 15:00 **Skupina zotavení** (Jiří)

**ÚTERÝ 23.1.**

9:00 – 12:00 **Kafémlejnek** – povídání o všem

10:00 – 11:00 **Venčení psů z útulku, sraz 10:00 ve Fokusu** (aktivita s Kájou)

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

**STŘEDA 24.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** - dnes vaří ženy

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

12:30 – 15:00 **Filmové odpoledne**

14:30 – 15:30 **Skupina pro mladé dospělé** (na adrese Lannova tř. 117/63)

15:00 – 16:00 **Plovárna, vířivka, sauna** (aktivita s Kájou)

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

**ČTVRTEK 25.1.**

09:00 – 11:00 **Kafémlejnek** – povídání o všem

11:30 – 13:00 **Amatérské divadlo**

14:30 – 16:00 **Pletací kroužek**

13:00 – 15:00 **Job club** (na adrese Lannova tř. 117/63)

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

**PÁTEK 26.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** - dnes vaří muži

09:00 – 11:00 **Zprávy ze světa**

12:00 – 15:00 **Jaký/jaká jsem?** Zábavné testování

**PONDĚLÍ 29.1.**

09:00 – 11:00 **Kafémlejnek** – povídání o všem

11:30 – 14:00 **Kvízové (do)poledne** – AZ kvíz

14:00 – 15:00 **Skupina zotavení** (Lucie)

**ÚTERÝ 30.1.**

 9:00 – 12:00 **Kafémlejnek** – povídání o všem

10:00 – 12:00 **SWAP** – vyměň věc, kterou už nepotřebuješ

12:30 – 15:00 **Výtvarná skupina**

**STŘEDA 31.1.**

09:00 – 12:00 **Dobrý hrnec** - dnes vaří ženy

09:00 – 12:00 **Zprávy ze světa**

12:30 – 15:00 **Hudební odpoledne**

15:00 – 16:00 **Plovárna, vířivka, sauna** (aktivita s Kájou)

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

**Aktivity s Karlem probíhají i mimo otevírací dobu Fokusu.**

***\*(Pokud se chystáte poprvé na aktivitu, zavolejte Karlovi na číslo 736 677 106)***

**ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA**