

Rozvrh aktivit (od 1. 6. 2025)													
	8-9		9-10		10-11		12-13		13-14		14-15		PONDĚLÍ - PÁTEK
PONDĚLÍ	8.15 - 8.45 RELAXACE (ZŽS) Relaxační místnost		9.10 - 9.50 RANNÍ SETKÁNÍ Relaxační místnost		10.00 - 10.50 CVIČENÍ PAMĚTI Konzultovna	11.05 - 12.00 SPORTOVNÍ AKTIVITY Cvičební sál			12.45 - 14.00 ZAHRADA Keramická dílna/Terasa			ZÁKLADY PRÁCE S MODERNÍMI TECHNOLOGIEMI (PC, mobil, soc. sítě...) * - domluve si dopředu termín s pracovníkem.	
ÚTERÝ	8.15 - 8.45 RELAXACE (ZŽS) Relaxační místnost		9.15 - 10.15 POVÍDÁNÍ U KÁVY Relaxační místnost		10.30 - 12.00 SPORTOVNÍ AKTIVITY Terén			12.30 - 14.00 ARTEDÍLNA Šicí dílna				ZÁKLADNÍ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ * - domluve se se sociálním pracovníkem.	
			9.00 - 10.15 PRÁCE V DÍLNĚ Keramická dílna		9.00 - 12.00 KINO * 1-2x/měsíc Knihovna			13.00 - 14.00 PLAVÁNÍ * 1x/měsíc Krytý bazén Stars					
STŘEDA			9.00 - 9.55 CVIČENÍ (ZŽS) Cvičební sál	10.00 - 10.55 HUDEBNÍ KLUB Relaxační místnost	11.00 - 12.00 DUCHOVNÍ PÉČE * Relaxační místnost	11.00 - 12.00 indiv. PRÁCE V DÍLNĚ Šicí dílna			13.00 - 14.00 RELAXACE (ZŽS) Relaxační místnost			O AKTIVITÁCH MIMO PROSTORY Jordánu * a dalších MIMOŘÁDNÝCH AKCÍCH * budete dopředu informováni; v době jejich konání obvykle neprobíhají pravidelné aktivity v prostorách Jordánu.	
			8.30 - 10.45 PRÁCE V DÍLNĚ Šicí dílna		11.00 - 12.00 PRÁCE V DÍLNĚ Keramická dílna								
ČTVRTEK	8.00 - 9.00 INDIVID. KONZULTACE S PSYCHOTER. * Relaxační místnost	9.00 - 12.00 SKUPINOVÉ AKTIVITY S PSYCHOTERAPEUTEM Konzultovna				10.30 - 12.00 PRÁCE V DÍLNĚ Keramická dílna		12.30 - 14.30 VAŘENÍ (ZŽS) * Nácviková kuchyň maximální počet účastníků: 6				zkratka ZŽS = ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL	
			9.30 - 12.00 PRÁCE V DÍLNĚ Šicí dílna				12.00 - 14.00 SVĚPOMOCNÁ SKUPINA ping-pong Cvičební sál				Na aktivitu označenou * je nutné se předem přihlásit (zapsáním na nástěnku, telefonicky, sms zprávou, emailem, osobně).		
PÁTEK	aktivity v Jordánu v čase mezi 9.00 - 12.00 / venkovní aktivity v čase mezi 8.00 - 15.00 SPOLEČENSKO-SPORTOVNÍ AKTIVITY * (procházky, výlety, bowling, hraní her, ping-pong, sledování filmů apod.) místo dle dané aktivity							12.30 - 14.30 BOWLING s procházkou * 1x/měsíc Queen Club Třinec (sraz u KD Trisia)					