



Rozvrh aktivit (od 1. 2. 2026)

| | 8-9 | 9-10 | 10-11 | 11-12 | 12-13 | 13-14 | 14-15 | PONDĚLÍ - PÁTEK |
|----------------|--|--|--|---|---|---|--|--|
| PONDĚLÍ | 8.15 - 8.45 RELAXACE (ZŽS) Relaxační místnost | 9.10 - 9.55 RANNÍ SETKÁNÍ Relaxační místnost | 10.00 - 10.55 CVIČENÍ PAMĚTI Konzultovna 10.00 - 11.00 PRÁCE V DÍLNĚ, <u>keramika</u> Keramická dílna | 11.05 - 12.00 SPORTOVNÍ AKTIVITY Cvičební sál | | 12.45 - 14.00 ZAHRAHA Keramická dílna/Terasa | | ZÁKLADY PRÁCE S MODERNÍMI TECHNOLOGIEMI (PC, mobil, soc. sítě...) * - domluvte si dopředu termín s pracovníkem. |
| ÚTERÝ | 8.15 - 8.45 RELAXACE (ZŽS) Relaxační místnost | 9.15 - 10.15 POVÍDÁNÍ U KÁVY Relaxační místnost 9.00 - 10.15 PRÁCE V DÍLNĚ, <u>tvoreni</u> Keramická dílna | | 10.30 - 12.00 SPORTOVNÍ AKTIVITY Terén 10.30 - 11.30 HRY (CP) Denní místnost | <i>procházky v blízkém okolí</i> | | 12.00 - 14.00 PRÁCE V DÍLNĚ, <u>tvoreni</u> 1x/měsíc ARTEDÍLNA Šicí dílna | ZÁKLADNÍ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ * - domluvte se se sociálním pracovníkem. |
| 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 PRÁCE V DÍLNĚ, <u>individuální šití</u> Šicí dílna 11.00 - 12.00 PRÁCE V DÍLNĚ, <u>keramika</u> Keramická dílna |  12.15 - 13.00 SVĚPOMOCNÁ SKUPINA, <u>angličtina</u> Konzultovna | 13.05 - 13.50 RELAXACE (ZŽS) Relaxační místnost | | O AKTIVITÁCH MIMO PROSTORY Jordánu * a dalších MIMORÁDNÝCH AKCÍCH * budete dopředu informováni na nástěnce služby a Vámi zvoleným způsobem (skupina WhatsApp, sms zpráva) |
| ČTVRTEK | 8.00 - 9.00 INDIVID. KONZULTACE S PSYCHOTER. * Relaxační místnost | 9.00 - 12.00 SKUPINOVÉ AKTIVITY S PSYCHOTERAPEUTEM Konzultovna 9.30 - 10.30 PRÁCE V DÍLNĚ, <u>šití</u> Šicí dílna | 10.30 - 12.00 PRÁCE V DÍLNĚ, <u>keramika</u> Keramická dílna 10.30 - 12.00 PRÁCE V DÍLNĚ, <u>tvoreni</u> Šicí dílna | |  12.00 - 14.00 SVĚPOMOCNÁ SKUPINA, <u>ping-pong</u> Cvičební sál | 12.30 - 14.30 VAŘENÍ (ZŽS) * Nácviková kuchyň maximální počet účastníků: 6 | | zkratky ZŽS = ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL CP = CVIČENÍ PAMĚTI Na aktivitu označenou * je nutné se předem přihlásit (zapsáním na nástěnce, telefonicky, sms zprávou, emailem, osobně). |
| PÁTEK | aktivity v Jordánu v čase mezi 8.00 - 12.00 / venkovní aktivity v čase mezi 8.00 - 15.00 SOPEČENSKO-SPORTOVNÍ AKTIVITY * (procházky, výlety, bowling, hry, ping-pong, cornhole, filmy apod.) místo dle dané aktivity | | | | | | | |