






















Plán aktivit SeniorCentrum Chotěboř

	Pondělí 31. říjen	Úterý 1. listopad	Středa 2. listopad	Čtvrtek 3. listopad	Pátek 4. listopad	Sobota 5. listopad	Neděle 6. listopad
	Svátek slaví Štěpánka	Svátek slaví Felix	Svátek slaví Tobiáš	Svátek slaví Hubert	Svátek slaví Karel/Karla	Svátek slaví Miriam	Svátek slaví Liběna
9:30 - 10:00	 Výtvarné aktivity s Mgr. Petrou Polívkovou 2. patro domácnost Krále Jana	 Ranní protažení 1. patro domácnost Trčků z Lípy	 Aktuality z denního tisku 1. patro domácnost Klášterní	 Ranní protažení 1. patro domácnost Krále Jana	 Hudební aktivity s Mgr. Barborou Polívkovou 1. patro domácnost Klášterní, Trčků z Lípy	 Malování s pečovateli 1., 2. patro Trčků z Lípy Klášterní Krále Jana	 Karetní hry s pečovateli 1., 2. patro Trčků z Lípy Klášterní Krále Jana
10:30 - 11:30		 Cvičení s míčem 1. patro domácnost Klášterní	 Trénink paměti 1. patro domácnost Trčků z Lípy, Klášterní	 Kreativní dílna 2. patro domácnost Krále Jana			
14:30 - 15:00	 Společné cvičení 1. patro domácnost Klášterní	 Společné cvičení 2. patro domácnost Krále Jana	 Společné cvičení 1. patro domácnost Trčků z Lípy	 Aromaterapie Taneční sál Klášterní, Trčků z Lípy	 Společné cvičení 2. patro domácnost Krále Jana	 Individuální povídání u kávy 1., 2. Patro Trčků z Lípy Klášterní Krále Jana	 Poslech hudby s pečovateli 1., 2. patro Trčků z Lípy Klášterní Krále Jana
15:00 - 16:30	 Canisterapie 2. patro domácnost Klášterní, Trčků z Lípy	 Rébusy 2. patro domácnost Krále Jana	 Bingo 2. patro domácnost Krále Jana		 Filmové odpoledne 2. patro domácnost Krále Jana		