Týdenní plán aktivit Senevida Písek
Od 30.11.2026 do 4.12.2026

Pravidelné aktivity

Pondělí 30.11.	Úterý 1.12.	Středa 2.12.	Čtvrtek 3.12.	Pátek 4.12.
Svátek slaví **Ondřej**	Svátek slaví **Ivan**	Svátek slaví **Blanka**	Svátek slaví **Svatoslav**	Svátek slaví **Barbora**
DOPOLEDNE				
09:30 - 10:00 Tělocvična **Pohybové aktivity** **Cvičení s pomůckami**	09:30 - 10:00 Tělocvična **Pohybové aktivity** **Protažení**	09:00 - 09:45 Tělocvična **Pohybové aktivity** **Jóga**	10:30 - 11:30 Na pokojích **Společenské aktivity** **Aktivizace za pomoci zvířat**	09:30 - 10:00 Tělocvična **Pohybové aktivity** **Cvičení s pomůckami**
10:00 - 11:30 Hobby místnost, 2. patro **Trénink kognitivních funkcí** **Trénování paměti**	10:00 - 11:30 Společenská místnost, 1. patro **Společenské aktivity** **Kino**	10:00 - 11:30 Hobby místnost, 2. patro **Společenské aktivity** **Bingo**	10:00 - 10:30 2. patro **Římskokatolická mše** **Mše v kapli**	10:00 - 11:30 Na pokojích **Návštěva Mikuláše, čerta a anděla** **Mikulášská nadílka**
ODPOLEDNE				
13:15 - 14:45 Na pokojích **Individuální aktivizace** **Individuální aktivizace**	13:15 - 14:45 Společenská místnost, 1. patro **Společenské aktivity** **Dámský klub**	13:15 - 14:45 Hobby místnost, 2. patro **Hudební aktivity** **Relaxace hudbou**	14:00 - 15:00 Společenská místnost, 1. patro **Návštěva dětí ze ZŠ Svobodná** **Mezigenerační setkání**	13:30 - 14:45 Společenská místnost, 1. patro **Návštěva pana Adamce** **Hudební vystoupení**

Změna v programu vyhrazena

senevida