



Týdenní plán aktivit Senevida Písek

Od 12.10.2026 do 16.10.2026

↻ Pravidelné aktivity

Pondělí Svátek slaví Marcel 12.10.	Úterý Svátek slaví Renáta 13.10.	Středa Svátek slaví Agáta 14.10.	Čtvrtek Svátek slaví Tereza 15.10.	Pátek Svátek slaví Havel 16.10.
09:30 - 10:00 • Tělocvična Pohybové aktivity Cvičení s pomůckami 10:00 - 11:30 • Společenská místnost, 1. patro Návštěva dětí z MŠ Mezigenerační setkání	09:30 - 10:00 • Tělocvična Pohybové aktivity Protažení 10:00 - 11:45 • Hobby místnost, 2. patro Společenské aktivity Bingo	DOPOLEDNE 09:00 - 09:45 • Tělocvična Pohybové aktivity Jóga s paní Kozovou 10:00 - 11:30 • Hobby místnost, 2. patro Každodenní činnosti Pečení a vaření	10:00 - 10:30 • 2. patro Římskokatolická mše Mše v kapli 10:30 - 11:30 • Na pokojích Individuální aktivizace Individuální aktivizace	09:30 - 10:00 • Tělocvična Pohybové aktivity Cvičení s pomůckami 10:00 - 11:30 • Hobby místnost, 2. patro Trénink kognitivních funkcí Trénování paměti
13:15 - 14:45 • Hobby místnost, 2. patro Společenské aktivity Pánský klub 13:30 - 14:45 • Společenská místnost, 1. patro Relaxace Relaxační tanec s paní Rážovou	13:15 - 14:45 • Hobby místnost, 2. patro Společenské aktivity Četba	ODPOLEDNE 13:15 - 14:45 • Hobby místnost, 2. patro Společenské aktivity Posezení u kávy	13:30 - 14:45 • Hobby místnost, 2. patro Hudební aktivity Hudební kvíz	13:15 - 14:45 • Společenská místnost, 1. patro Společenské aktivity Kino