




OBLASTNÍ CHARITA
ŽDÁR NAD SÁZAVOU


vcela


volnočasový klub
pro seniory a osoby
se zdravotním postižením

NABÍDKA PROGRAMŮ

leden 2019

Datum	Dopolední nabídka		Odpolední nabídka
1.1. úterý	ZAVŘENO		
3.1. čtvrtek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Ručně šité kytičky, šitá slepička, keramika, procvičování paměti	13.00-15.00 hod. Posezení u kávy
4.1. pátek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-11.30 hod. Ručně šité kytičky, šitá slepička, keramika, procvičování paměti	
7.1. pondělí	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-11.30 hod. Ručně šité kytičky, šitá slepička, keramika, procvičování paměti	
8.1. úterý	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Pečení pivních preclíků	13.00-15.00 hod. Canisterapie
10.1. Čtvrtek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Ručně šité kytičky, šitá slepička, keramika, procvičování paměti	13.00-15.00 hod. Pečení- jablečný štrůdl

11.1. pátek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-11.30 hod. Ručně šité kytičky,šitá slepička, keramika, procvičování paměti	
14.1. pondělí	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-11.30 hod. Šitý zajíček, ručně šité kytičky, keramika, procvičování paměti	
15.1. úterý	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Výroba pletených vajíček z papíru	13.00-15.00 hod. Pečení jogurtového koláče s tvarohem
17.1. čtvrtek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Šitý zajíček, ručně šité kytičky, keramika, procvičování paměti	13.00-15.00 hod. Trénování paměti
18.1. pátek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-11.30 hod. Šitý zajíček, ručně šité kytičky, keramika, procvičování paměti	
21.1. pondělí	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-11.30 hod. Šitý zajíček, ručně šité kytičky, keramika, procvičování paměti	
22.1. úterý	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Výroba pletených vajíček z papíru	13.00-15.00 hod. Posezení u kávy a zákusků
24.1. čtvrtek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Zdobení vyfouklých vajíček decoupage, šitý polštářek kuřátko,keramika,procvičov ání paměti	13.00-15.00 hod. Zpívání s p. Koenigem
25.1. pátek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-11.30 hod. Zdobení vyfouklých vajíček decoupage, šitý polštářek kuřátko,keramika, procvičování paměti	

28.1. pondělí	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-11.30 hod. Zdobení vyfouklých vajíček decoupage, šitý polštářek kuřátko, keramika, procvičování paměti	
29.1. úterý	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Zdobení vajíček lakem na nehty	13.00-15.00 hod. Pečení tříbarevného koláče
31.1. čtvrtek	8.30-9.00 hod. Posilovací cvičení s hudbou	9.00-12.00 hod. Zdobení vyfouklých vajíček decoupage, šitý polštářek kuřátko, keramika, procvičování paměti	13.00-15.00 hod. Posezení u kávy

Včela je volnočasový klub pro seniory a osoby se zdravotním postižením, ve kterém jde především o aktivní trávení volného času a kontakt se společenským prostředím. Každé ráno začíná klub cvičením, kdy si všichni rozhýbou svá těla při rozcvičce nebo na rotopedu. Po cvičení začíná kreativní a tvořivá dílna. Zde se tvoří výrobky z různých materiálů prostřednictvím různorodých technik a metod. Během dílny je však i prostor pro hraní deskových her, trénování paměti, povídání u dobré kávy. Odpolední klub nabízí různé besedy, vaření a pečení, filmové a dokumentární kluby, posezení s písničkou, trénování paměti, procházky a návštěvy zajímavých míst v Bystřici nad Pernštejnem a v blízkém okolí. Kromě pravidelných aktivit se klub Včela podílí i na kulturním dění v Bystřici nad Pernštejnem, vyráží na celodenní výlety na zajímavá místa České republiky a pořádá prodejní výstavy výrobků. Klub je otevřen i lidem žijícím mimo DPS z Bystřice a okolí, kteří chtějí aktivně trávit volný čas a setkávat se navzájem při příjemných a zajímavých činnostech. Účast na programu je ZDARMA.



Včela - volnočasový klub pro seniory a osoby se zdravotním postižením.
Hornická 643, 593 01 Bystřice nad Pernštejnem
e-mail: vcela.bystrice@zdar.charita.cz
mob.: 735 726 859
web: www.zdar.charita.cz fb: @vcelaochzr
odpovědná pracovnice: Lenka Skryjová