



## Harmonogram dňa

### Denný stacionár

<b>07.00 h - 08.45 h</b>	<b>Príchod do zariadenia</b>
<b>16.00 h - 17.00 h</b>	<b>Odchod do domáceho prostredia</b>

#### PONDELOK

<b>08.45 h - 09.00 h</b>	<b>Ranná rozcvička</b> – skupinové kondičné cvičenie
<b>09.30 h - 11.30 h</b>	<b>Pracovná terapia</b> – tréning jemnej motoriky, úchopu, koordinácie
<b>13.00 h - 16.00 h</b>	<b>Pamäťové cvičenie</b> – hlavolamy, krížovky, vedomostné kvízy, matematické príklady, spoločenské hry

#### UTOROK

<b>08.45 h - 09.00 h</b>	<b>Ranná rozcvička</b> – skupinové kondičné cvičenie
<b>09.30 h - 11.30 h</b>	<b>Biblioterapia</b> – čítanie dennej tlače, rôznych žánrov, životopisov, zaujímavostí (analýza + rozhovor o počutom )
<b>13.00 h - 16.00 h</b>	<b>Pamäťové cvičenie</b> – hlavolamy, krížovky, vedomostné kvízy, matematické príklady, spoločenské hry

#### STREDA

<b>08.45 h - 09.00 h</b>	<b>Ranná rozcvička</b> – skupinové kondičné cvičenie
<b>09.30 h - 11.30 h</b>	<b>Arteterapia</b> – práca s prírodným materiálom ( výroba rôznych dekorácií)
<b>13.00 h - 16.00 h</b>	<b>Pamäťové cvičenie</b> – hlavolamy, krížovky, vedomostné kvízy, matematické príklady, spoločenské hry



## ŠTVRTOK

<b>08.45 h - 09.00 h</b>	<b>Ranná rozcvička</b> – skupinové kondičné cvičenie
<b>09.30 h - 11.30 h</b>	<b>Muzikoterapia</b> – spievanie ľudových piesní, počúvanie, vnímanie hudby, relax
<b>13.00 h - 16.00 h</b>	<b>Pamäťové cvičenie</b> – hlavolamy, krížovky, vedomostné kvízy, matematické príklady, spoločenské hry

## PIATOK

<b>08.45 h - 09.00 h</b>	<b>Ranná rozcvička</b> – skupinové kondičné cvičenie
<b>09.30 h - 11.30 h</b>	<b>Terapia</b> – aktivity rôzneho druhu, podľa vlastného výberu prijímateľov sociálnej služby
<b>13.00 h - 16.00 h</b>	<b>Pamäťové cvičenie</b> – hlavolamy, krížovky, vedomostné kvízy, matematické príklady, spoločenské hry

**Každý deň od 9.00 h do 9.30 h posedenie pri káve a čaji.**

**V prípade priaznivého počasia možnosť tráviť čas vonku na terase.**

*Všetci sú srdečne vítaní na záujmovej činnosti. Vždy je rešpektovaná individualita každého, jeho prania, záujmy a potreby.*

**Vypracovala:** Mgr. Zuzana Adamčík Kubaliaková, sociálna pracovníčka

**Schválila:** PhDr. Danka Murgašová, vedúca Strediska sociálnych služieb

