



Harmonogram dňa

Zariadenie pre seniorov

PONDELOK:

- | | |
|-------------------|--|
| 09.30 h – 10.00 h | Rozcvička na posilnenie telesnej aktivity |
| 10.00 h – 10.30 h | Posedenie pri káve a čaji s prvkami reminiscencie |
| 10.30 h – 11.30 h | Aktivizácia pamäte - aktivity na precvičovanie pamäte a rozvoj vedomostí |
| 14.00 h – 15.00 h | Skupinové posedenie - čítanie dennej tlače a kníh, aktivity podľa želania |

UTOROK:

- | | |
|-------------------|--|
| 10.00 h – 10.30 h | Posedenie pri káve a čaji s prvkami reminiscencie |
| 10.30 h – 11.30 h | Tvorivá činnosť - aktivity na rozvoj jemnej motoriky, vymaľovanie, tvorivé dielne, lepenie, strihanie |
| 14.00 h – 15.00 h | Individuálna práca |

STREDA:

- | | |
|-------------------|--|
| 10.00 h – 10.30 h | Posedenie pri káve a čaji s prvkami reminiscencie |
| 10.30 h – 11.30 h | Oddychovo - relaxačné aktivity – počúvanie pesničiek, hudby, hovoreného slova, duchovné okienko |
| 14.00 h – 15.00 h | Skupinové posedenie - čítanie dennej tlače a kníh, aktivity podľa želania |



ŠTVRTOK:

10.00 h – 10.30 h	Posedenie pri káve a čaji s prvkami reminiscencie
10.30 h – 11.30 h	Aktivity zamerané na postreh a pozornosť – hranie spoločenských hier
14.00 h – 15.00 h	Práca v skupine – kvízy, besedy, diskusie

PIATOK:

09.30 h – 10.00 h	Rozcvička na posilnenie telesnej aktivity
10.00 h – 10.30 h	Posedenie pri káve a čaji s prvkami reminiscencie
10.30 h – 11.30 h	Literárne okienko – aktivity s využitím prvkov biblioterapie, časopisy
14.00 h – 15.00 h	Individuálna práca

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

Vypracovala: Mgr. Zlata Taligová, Dis., sociálna pracovníčka

Schválila: PhDr. Danka Murgašová, vedúca Strediska sociálnych služieb

