

## Aktivizační činnosti a volnočasové aktivity

	Dopoledne	Odpoledne
Po	7:00 – 7:45 Ranní skupinové cvičení	13:00 – 15:00 Kavárna
	9:00 – 11:00 Tvořivá dílna (např. ruční práce, malování)	12:30 – 13:30 Reminiscenční sezení (1x za 14 dní)
Út	7:00 – 7:45 Ranní skupinové cvičení	13:00 – 15:00 Kavárna
	9:00 – 11:00 Tvořivá dílna (např. ruční práce, malování)	13:00 – 14:30 Společenské hry
St	7:00 – 7:45 Ranní skupinové cvičení	13:00 – 14:30 Rozumové aktivity
	8:30 – 10:00 Možnost nákupu v supermarketu JIP	
	9:00 – 11:00 Klub pečení a vaření	
Čt	7:00 – 7:45 Ranní skupinové cvičení	13:00 – 15:00 Kavárna
	9:00 – 11:00 Tvořivá dílna (např. ruční práce, malování)	13:00 – 15:00 Tvořivá dílna (např. ruční práce, malování)
		15:00 – 15:45 Bohoslužba
Pá	7:00 – 7:45 Ranní skupinové cvičení	13:00 – 15:00 Kavárna
	9:00 – 11:00 Tvořivá dílna (např. ruční práce, malování)	
	9:00 – 11:00 Skupinové procvičování jemné motoriky	

### Další aktivity a možnosti trávení volného času:

- Individuální aktivity (povídání, čtení, hry, trénink paměti, reminiscence, tvoření)
- Vycházky s doprovodem
- Sportovní hry
- Asistence při práci s počítačem
- Nepravidelná víkendová tvoření
- Promítání filmů
- Přednášky
- Canisterapie (návštěva s pejskem)
- Různé kulturní a společenské akce
- Výlety
- Shromáždění obyvatel a stravovací komise (první pondělí v měsíci od 13:30 hod.)
- Možnost nákupu v nákupním centru Globus (1x měsíčně)
- Možnost využití společenských místností
- Možnost půjčení novin, časopisů, knih a společenských her

### V průběhu týdne probíhá také rekondiční terapie:

#### *Procedury s doporučením lékaře:*

- Vibrační deska (dolní končetiny)
- Rotoped
- Šlapadlo (posílení horních i dolních končetin)
- Balanční podložka (nácvik rovnováhy, posílení svalů)
- Masážní křeslo
- Ruční masáže + vibrační masáž strojkem
- Ruční masáže + aplikace akupresurní dečky
- Hřejivé zábaly (aplikace na části těla určená lékařem)
- Cvičení s deskou – nácvik denních činností
- Individuální léčebná tělesná výchova (LTV)
- Skupinová léčebná tělesná výchova (LTV)
- Nácvik sedu, stoje, chůze

#### *Procedury bez doporučení lékaře:*

- Fototerapie (biolampa – Bioptron Pro 1)