

„Žít zdravě bez ohledu na věk“,

**AKCE PRO VEŘEJNOST
URČENÉ SENIORŮM A OSOBÁM SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM**

kteří se uskutečňují v prostorách užívaných CSP Vodňany.

PROGRAM NA MĚSÍC ČERVENEC 2011:

Dopolední program se koná od 9,30 do 11,30 hodin,
odpolední program od 13,30 do 15,30 hodin, v DPS od 14,00 do 16,00 hodin.

Úterý 12. 7. ČAS PRO RELAXACI	DOMOV PRO SENIORY terapie pohybem, využití pomůcek a relaxačních míčů	DŮM S PEČOVATELSKOU SLUŽBOU sportovní hry, procvičování svalových partii těla
Čtvrtek 14. 7. ČAS PÉČE O TĚLO	DOMOV PRO SENIORY kosmetická péče o vlasy s kadeřnicí sl. Šílenou	DOMOV PRO SENIORY seznámení s novými kosmetickými trendy spojenými s péčí o vlasy
Pondělí 18. 7. ČAS PRO HUDBU	DOMOV PRO SENIORY hudební hádanky, poznávání hudebních stylů a melodií v doprovodu piana	DOMOV PRO SENIORY terapie zpěvem lidových písní s pí. Weckovou, hrou na harmoniku a orffovými nástroji
Úterý 19. 7. ČAS PRO TRÉNINK MOZKU	DOMOV PRO SENIORY využití her se slovy, hádanek, kvízů, křížovek	DŮM S PEČOVATELSKOU SLUŽBOU využití PC k rozvíjení soustředění a postřehu
Středa 20. 7. ČAS PRO TVOŘENÍ	DOMOV PRO SENIORY využití ubrouskové techniky decoupage - aranžování obrazů	DŮM S PEČOVATELSKOU SLUŽBOU využití ubrouskové techniky decoupage - aranžování obrazů
Pondělí 25. 7. ČAS VŮNÍ	DOMOV PRO SENIORY sazení květin, péče o květeny, příběhy květin	DOMOV PRO SENIORY příběhy květin, květinové horoskopy
Úterý 26. 7. ČAS PÉČE O TĚLO	DOMOV PRO SENIORY kosmetická péče o pleť s kosmetičkou pí. Hajnou	DOMOV PRO SENIORY seznámení s novými kosmetickými trendy spojenými s péčí o pleť
Středa 27. 7. ČAS PRO RELAXACI	DOMOV PRO SENIORY protahovací cvičení s gumou Thera-band	DOMOV PRO SENIORY dechová cvičení s prvky jógy

Všechny akce jsou pro účastníky zdarma.

Další informace získáte na tel. čísle: 383 382 633, 383 382 625 u pí. Bc. Daniele Davidové
nebo osobně v Centru sociální pomoci Vodňany, Žižkovo nám. 21, Vodňany, kancelář sociálních
pracovníků.

Projekt je realizován s finanční podporou Jihočeského kraje.