

Mesačný plán aktivít - mesiac október 2025 DC Olympia

Dátum	Aktivity doobeda	Čas	Poznámka
1.10.2025	stretnutie vojakov	9:00 - 12:30	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 -12:00	
2.10.2025	Individ. Cvičenie	8:45 - 10:00	
	kartové hry	9:30 -12:30	
3.10.2025	Individ. Cvičenie	8:45 -9:00	
4.10.2025			
5.10.2025			
6.10.2025	Individ. Cvičenie	8:00 -9:00	
	kartové hry	9:30 -12:30	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 -12:00	
7.10.2025	stretnutie JD, DC	9:00 - 12:30	
	tréning pamäti, tematické kvízy	10:00 - 12:00	
8.10.2025	Folklórna skupina Matičiarka	9:00 - 12:00	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 - 12:00	
9.10.2025	Individuálne cvičenie	8:45 -10:00	
	kartové hry	9:30 -12:30	
10.10.2025	Individuálne cvičenie	8:00 -9:00	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 -12:00	
9.10.2025	Individuálne cvičenie	8:45 -10:00	
10.10.2025	Individuálne cvičenie	8:00:9:00	
11.10.2025			
12.10.2025			
13.10.2025	Individ. Cvičenie	8:00 -9:00	
	kartové hry	9:30 -12:30	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 -12:00	
14.10.2025	stretnutie JD, DC	9:00 - 12:30	
	tréning pamäti, tematické kvízy	10:00 - 12:00	
15.10.2025	Folklórna skupina Matičiarka	9:00 - 12:00	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 - 12:00	
16.10.2025	Individ. Cvičenie	8:00 -9:00	
	kartové hry	9:30 -12:30	
17.10.2025	Individuálne cvičenie	8:00:9:00	
18.10.2025			
19.10.2025			
20.10.2025	Individ. Cvičenie	8:00 -9:00	
	kartové hry	9:30 -12:30	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 -12:00	
21.10.2025	stretnutie JD, DC	9:00 - 12:30	
	tréning pamäti, tematické kvízy	10:00 - 12:00	
22.10.2025	Folklórna skupina Matičiarka	9:00 - 12:00	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 - 12:00	
23.10.2025.202	Individ. Cvičenie	8:00 -9:00	
	kartové hry	9:30 -12:30	
24.10.2025	Individuálne cvičenie	8:00:9:00	
26.10.2025			
27.10.2025			
27.10.2025	Individ. Cvičenie	8:00 -9:00	

	kartové hry	9:30 -12:30	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 -12:00	
28.10.2025	stretnutie JD, DC	9:00 - 12:30	
	tréning pamäti, tematické kvízy	10:00 - 12:00	
29.10.2025	Folklórna skupina Matičiarka	9:00 - 12:00	
	stretnutie hráčov pinpongu	9:00 - 12:00	
30.10.2025	Individ. Cvičenie	8:00 -9:00	
	kartové hry	9:30 -12:30	
31.10.2025	Individuálne cvičenie	8:00-9:00	
	Plánované aktivity v mesiaci október 2025		
1x do týždňa Drô	Drôtikovanie	9:00- 12:00	
14.10.2025	Prednáška - Duševné zdravie v zrelom veku		
28.10.2025	Chvilka poézie		
koniec okt.	Tvorivé dielne- tvorba jesennej výzdoby DC		
Poznámka:	Využívanie relaxačného prístroja - seragem, denne	8:00 - 12:45	