

Mesačný plán aktivít - Február 2026

Dátum	Deň	Doobedňajšie aktivity	Poobedňajšie aktivity	Celodenné aktivity
1.2.2026	Nedeľa			
2.2.2026	Pondelok	09:00 - 12:00 Workshop / prednáška	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
		9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	13:00 - 14:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	
			14:00 - 15:30 Posedenie cvičiacich	
3.2.2026	Utorok	9:00 - 12:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	13:00 - 15:00 Stretnutie klubu p. Lietavová	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
		10:00 - 12:00 Spevácka skupina Nevädza	13:00 - 16:00 Tématické kvízy	
4.2.2026	Streda	9:45 - 11:00 Sezónne aktivity	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
		9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	13:00 - 14:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	
			13:00 - 14:00 Prvá streda v mesiaci s Nitrianskou Heligónkou	
			13:00 - 16:00 Stretnutie klubu p. Dilhoffová	
			14:00 - 16:00 Nitrianska Heligónka hranie v klube	
		14:00 - 15:30 Posedenie cvičiacich		
5.2.2026	Štvrtok	9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
6.2.2026	Piatok	10:00 - 12:00 Stretnutie klubu p. Martincová		Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
7.2.2026	Sobota			
8.2.2026	Nedeľa			

9.2.2026	Pondelok	09:00 - 12:00 Workshop / prednáška	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard	
		9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	13:00 - 14:00 Cvičenie s dobrovoľníkom		
			14:00 - 15:30 Posedenie cvičiacich		
10.2.2026	Utorok	9:00 - 12:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	13:00 - 15:00 Stretnutie klubu p. Lietavová	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard	
		10:00 - 12:00 Spevácka skupina Nevädza	13:00 - 16:00 Tématické kvízy		
11.2.2026	Streda	9:45 - 11:00 Sezónne aktivity	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard	
		9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	13:00 - 14:00 Cvičenie s dobrovoľníkom		
			13:00 - 16:00 Stretnutie klubu p. Dilhoffová		
			13:00 - 16:00 Nitrianska Heligónka nácvik + hranie v klube		
			14:00 - 15:30 Posedenie cvičiacich		
12.2.2026	Štvrtok	9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard	
13.2.2026	Piatok	10:00 - 12:00 Stretnutie klubu p. Martinová	Fašiangová zábava	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard	
14.2.2026	Sobota				
15.2.2026	Nedeľa				
16.2.2026	Pondelok	09:00 - 12:00 Workshop / prednáška	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard	
		9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	13:00 - 14:00 Cvičenie s dobrovoľníkom		
			14:00 - 15:30 Posedenie cvičiacich		

17.2.2026	Utorok	9:00 - 12:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	13:00 - 15:00 Stretnutie klubu p. Lietavová	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
		10:00 - 12:00 Spevácka skupina Nevädza	13:00 - 16:00 Tématické kvízy	
		09:00 - 13:00 Deň pre Vaše zdravie s VŠZP		
18.2.2026	Streda	9:45 - 11:00 Sezónne aktivity	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
		9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	13:00 - 14:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	
			13:00 - 16:00 Stretnutie klubu p. Dilhoffová	
			13:00 - 16:00 Nitrianska Heligónka nácvik + hranie v klube	
			14:00 - 15:30 Posedenie cvičiacich	
19.2.2026	Štvrtok	9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
20.2.2026	Piatok	10:00 - 12:00 Stretnutie klubu p. Martincová		Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
21.2.2026	Sobota			
22.2.2026	Nedeľa			
23.2.2026	Pondelok	09:00 - 12:00 Workshop / prednáška	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
		9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	13:00 - 14:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	
			14:00 - 15:30 Posedenie cvičiacich	
24.2.2026	Utorok	9:00 - 12:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	13:00 - 15:00 Stretnutie klubu p. Lietavová	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
		10:00 - 12:00 Spevácka skupina Nevädza	13:00 - 16:00 Tématické kvízy	

25.2.2026	Streda	9:45 - 11:00 Sezónne aktivity	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
		9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	13:00 - 14:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	
		SeniorGarden	13:00 - 16:00 Stretnutie klubu p. Dilhoffová	
			13:00 - 16:00 Nitrianska Heligónka nácvik + hranie v klube	
14:00 - 15:30 Posedenie cvičiacich				
26.2.2026	Štvrtok	9:00 - 10:00 Cvičenie s dobrovoľníkom	12:00 - 16:00 Šach, spoločenské a kartové hry, háčkovanie, maľovanie	Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
27.2.2026	Piatok	10:00 - 12:00 Stretnutie klubu p. Martincová		Individuálne cvičenie, ping-pong, billiard
28.2.2026	Sobota			