TÝDENNÍ PROGRAM SOCIÁLNÍ REHABILITACE CDZ TRUTNOV



# PONDĚLÍ

9.00 – 10.00 hod. komunita

(10.00 – 11.00 hod. redakční rada – dle předchozí domluvy)

10.00 – 12.30 hod. Peer klub s Rosťou a Ditou /aktivity pro rozvoj osobnosti

12.30 – 13.00 hod. přestávka

13.00 – 15.00 hod. tvůrčí a řemeslná dílna

# ÚTERÝ

9.00 – 12.30 hod. tvůrčí a řemeslná dílna

12.30 – 13.00 hod. přestávka

12.45 – 14.00 hod. skupinová terapie (PhDr. Petr Šouba)

14.00 – 15.00 hod. společenské hry

# STŘEDA

12.00 – 15.00 hod. Nácvik vedení domácnosti (vaření, péče o zahradu)

14.00 – 15.20 hod. skupinová terapie (Ing. Mgr. Irena Černá) v budově RIAPSU

prostory NZDM

# ČTVRTEK možnost návštěvy sociální rehabilitace ve Dvoře Králové

# PÁTEK

9.00 – 11.00 hod. pohybové aktivity – sportovní oblečení s sebou

11.00 – 11.30 hod. přestávka

11.30 – 13.00 hod. relaxace/biblioterapie/muzikoterapie

# *„Člověk se nikdy nezbaví toho, o čem mlčí“ Karel Čapek*

# *„Až ti bude v životě nejhůř, otoč se ke slunci a všechny stíny padnou za tebe“ John Lennon*