

## HARMONOGRAM AKTIVÍT NA MAREC 2026

### SENIORI

Deň	Dátum	8:00 - 10:00	10:00 - 12:00	12:00 - 13:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00
Po	02.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Pripravíme si zdravé raňajky	OBED	Tvoríme spoločne	Oddychová činnosť
Ut	03.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Hviezdoslavov Kubín - čítanie básní, prózy	OBED	Osobnosti svetovej literatúry	Oddychová činnosť
St	04.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Práca v skupinkách	OBED	Príprava prezentácií	Oddychová činnosť
Št	05.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Meditácie pri relaxačnej hudbe	OBED	Spoločenské hry	Oddychová činnosť
Pi	06.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Svetový deň modlitieb žien	OBED	Vy zdobme si nástenku - jarná téma	Oddychová činnosť
Po	09.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Tréning pamäte - hádanie z obrúska	OBED	Maľujeme jarné motívy	Oddychová činnosť
Ut	10.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	<b>Program k MDŽ - Spojená škola Nemecká</b>	OBED	Beseda so žiakmi ochrana seniorov pred kyberútokmi	Oddychová činnosť
St	11.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Trénujeme pamäť - lov slov	OBED	Kreslíme mandalu	Oddychová činnosť

Št	12.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Tanečno pohybové aktivity	OBED	Spoločenské hry	Oddychová činnosť
Pi	13.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Učíme sa v prírode	OBED	Príprava prezentácií	Oddychová činnosť
Po	16.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Moje najmilšie rituály	OBED	Doplňame kroniku	Oddychová činnosť
Ut	17.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Svetový deň sociálnej práce	OBED	Kvíz na tému diela zo slovenskej klasiky	Oddychová činnosť

St	18.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Športové aktivity	OBED	Zahráme si karty	Oddychová činnosť
Št	19.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	<b>Marec mesiac knihy - spoločné čítanie so žiakmi Spojená škola Nmecká</b>	OBED	Jarné pranostiky	Oddychová činnosť
Pi	20.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Program podľa výberu - mladí dospelí	OBED	Šikovniček - veľkonočná výzdoba	Oddychová činnosť
Po	23.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Jarná prechádzka	OBED	Hádaj na čo myslím	Oddychová činnosť
Ut	24.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	<b>JUBILANTI</b>	OBED	Spievame si	Oddychová činnosť
St	25.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Deň zápasu za ľudské práva	OBED	Tvoríme z krepového papiera	Oddychová činnosť
Št	26.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Práca s literárnym texom	OBED	Spoločenské hry	Oddychová činnosť
Pi	27.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Svetový deň divadla	OBED	Spoločné upratovanie	Oddychová činnosť
Po	30.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	<b>Život v dobe kamennej - návšteva stredoslovenského múzea - Thurzov dom</b>	OBED	Opakujeme si históriu	Oddychová činnosť
Ut	31.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Príprava na Veľkú noc	OBED	Hmatové pexeso	Oddychová činnosť

## HARMONOGRAM AKTIVÍT NA MAREC 2026

### MD

Deň	Dátum	8:00 - 10:00	10:00 - 12:00	12:00- 13:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00
Po	02.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Pripravíme si zdravé raňajky	OBED	Tvoríme spoločne	Oddychová činnosť
Ut	03.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Hviezdoslavov Kubín - čítanie básní, prózy	OBED	Osobnosti svetovej literatúry	Oddychová činnosť
St	04.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Práca v skupinkách	OBED	Príprava prezentácií	Oddychová činnosť
Št	05.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Meditácie pri relaxačnej hudbe	OBED	Spoločenské hry	Oddychová činnosť
Pi	06.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Svetový deň modlitieb žien	OBED	Vy zdobme si nástenku - jarná téma	Oddychová činnosť
Po	09.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Tréning pamäte - hádanie z obrúska	OBED	Maľujeme jarné motívy	Oddychová činnosť
Ut	10.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	<b>Program k MDŽ - Spojená škola Nemecká</b>	OBED	Beseda so žiakmi ochrana seniorov pred kyberútokmi	Oddychová činnosť
St	11.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Trénujeme pamäť- lov slov	OBED	Kreslíme mandalu	Oddychová činnosť

Št	12.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Tanečno pohybové aktivity	OBED	Spoločenské hry	Oddychová činnosť
Pi	13.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Učíme sa v prírode	OBED	Príprava prezentácií	Oddychová činnosť
Po	16.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Moje najmilšie rituály	OBED	Doplňame kroniku	Oddychová činnosť
Ut	17.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Svetový deň sociálnej práce	OBED	Kvíz na tému diela zo slovenskej klasiky	Oddychová činnosť

St	18.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Športové aktivity	OBED	Zahráme si karty	Oddychová činnosť
Št	19.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	<b>Marec mesiac knihy - spoločné čítanie so žiakmi Spojená škola Nemecká</b>	OBED	Jarné pranostiky	Oddychová činnosť
Pi	20.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Program podľa výberu - mladí dospelí	OBED	Šikovniček - veľkonočná výzdoba	Oddychová činnosť
Po	23.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Jarná prechádzka	OBED	Hádaj na čo myslím	Oddychová činnosť
Ut	24.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	<b>JUBILANTI</b>	OBED	Spievame si	Oddychová činnosť
St	25.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Deň zápasu za ľudské práva	OBED	Tvoríme z krepového papiera	Oddychová činnosť
Št	26.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Práca s literárnym texom	OBED	Spoločenské hry	Oddychová činnosť
Pi	27.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Svetový deň divadla	OBED	Spoločné upratovanie	Oddychová činnosť
Po	30.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	<b>Život v dobe kamennej - návšteva stredoslovenského múzea - Thurzov dom</b>	OBED	Opakujeme si históriu	Oddychová činnosť
Ut	31.03.	Ranná komunita, pohybové aktivity	Príprava na Veľkú noc	OBED	Hmatové pexeso	Oddychová činnosť