

Puhja Päevakeskuse kava oktoober 2021

Esmaspäev 04.10.2021	Neljapäev 07.10.2021
Kell 10.00-14.00 Päevakeskus Kell 10.00-12.00 individuaalvestlused Kell 12.00-14.00 Arendavad tegevused	Kell 10.00 – 15.00 Päevakeskus Kell 12.00-13.00 tervisetund Kell 13.00-14.00 individuaalvestlused Kell 14.00-15.00 arendavad tegevused
Esmaspäev 11.10.2021	Neljapäev 14.10.2021
Kell 10.00-14.00 Päevakeskus Kell 10.00-12.00 individuaalvestlused Kell 12.00-14.00 Arendavad tegevused	Kell 10.00 – 15.00 Päevakeskus Kell 12.00-13.00 tervisetund Kell 13.00-14.00 individuaaltegevused Kell 14.00-15.00 arendavad tegevused
Esmaspäev 18.10.2021	Neljapäev 21.10.2021
Kell 10.00– 14.00 Päevakeskus Kell 10.00-12.00 individuaalvestlused Kell 12.00-14.00 Arendavad tegevused	Kell 10.00 – 15.00 Päevakeskus Kell 12.00-13.00 individuaalvestlused Kell 13.00-15.00 arendavad tegevused
Esmaspäev 25.10.2021	Neljapäev 28.10.2021
Kell 10.00– 14.00 Päevakeskus Kell 10.00-12.00 individuaalvestlused Kell 12.00-14.00 Arendavad tegevused	Kell 10.00- 15.00 Päevakeskus Kell 12.00-13.00 tervisetund Kell 13.00-14.00 individuaaltegevused Kell 14.00-15.00 arendavad tegevused

Arendavad tegevused – Lauamängud, värvimine, ristsõnade lahendamine, meisterdamine, vestlused raha planeerimisest, grupi vestlused, vestlused päevakajalistel teemadel, enesehügieeni teemadel, vastavalt ilmale õues viibimine, küpsetamine, toidu valmistamine

Tervisetund - väljas liikumine, vererõhu mõõtmine, kaalumine, tervisliku toitumise teemal vestlused, võimlemine