

Tygodniowy harmonogram zajęć ŚDS Typu „A i B ” w Tchorzewie od 02.01.2025 roku do 31.12.2025 roku GRUPA III-B

PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
II BUS		II BUS		II BUS		II BUS		II BUS	
9.30 - 10.00 przyjazd i śniadanie		9.30 - 10.00 przyjazd i śniadanie		9.30 - 10.00 przyjazd i śniadanie		9.30 - 10.00 przyjazd i śniadanie		9.30 - 10.00 przyjazd i śniadanie	
10.00-11.00	Trening umiejętności komunikacyjnych w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów rozumiewania się w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej	10.00-11.00 Trening higieny		Trening ruchowy		Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych		trening techniczny (mężczyźni) 10.00-11.00 Trening praktyczny (kobiety)	
cztery razy w miesiącu zajęcia rekreacyjne i turystyczne (zgodnie z kalendarzem imprez), 2 razy w miesiącu grupowe i indywidualne konsultacje z psychologiem-4 godziny									
Pracownia kulinarna 11.00-13.00 -trening kulinarny (od poniedziałku do czwartku) -trening praktyczny (od poniedziałku do czwartku) - trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi (1 raz w tygodniu- poniedziałek)		Pracownia arteterapii 11.00-13.00 -trening twórczy poprzez sztukę (od poniedziałku do czwartku) co trzeci tydzień		Pracownia ogrodnictwa 11.00-13.00 -trening ogrodniczy (poniedziałek,środa) co trzeci tydzień		11.00-12.00 Trening Umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	12.00-13.00 Trening ogrodniczy,zielarski, twórczy poprzez sztukę	Pracownia zielarstwa a 11.00-13.00 -trening zielarski (od poniedziałku do czwartku)co trzeci tydzień	
13.00 - 13.30 OBIAD I CZAS WOLNY: WSZYSCY									
13.30-14.00 Trening relaksacyjny									
14.00-15.15 Terapia ruchowa		14.00 - 15.15 Trening dbałości o wygląd zewnętrzny (podział na mężczyźni i kobiety)		14.00-15.15 Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnym.		14.00-15.15 Trening rozwijania zainteresowań internetem		14.00-15.15 Terapia ruchowa	
15.15 - 15.30 Przygotowanie i wyjazd		15.15 - 15.30 Przygotowanie i wyjazd		15.15 -15.30 Przygotowanie i wyjazd		15.15 - 15.30 Przygotowanie i wyjazd		15.15 - 15.30 Przygotowanie i wyjazd	

opracowała:
Krystyna Chojcka
Kierownik ŚDS Tchorzew

zatwierdził: