

# PROGRAM

## Březen 2023



*Touha  
Tvé oči jsou jako dva korálky,  
Některé srdci mému třpyt daly.  
Je v nich skryta veselost i snění,  
A čekáš, zda se Tvůj život nějak změní.  
Nastavíš ruce a já dám své dlaně na ně,*

Jana Radolcová



Autor foto: Ekartová Ivana

Program probíhá podle měsíčního harmonogramu na adrese MUDr. Fr. Sovy 61 a Sychrov 53, Vsetín.  
Individuální schůzky probíhají v čase dle dohody s pracovníkem.

tel.: 571 420 763.

### HARMONOGRAM

Středa 1. 3.	10.00 – 14.00	Ergo dílna
Čtvrtek 2. 3.	Od 10.00	Setkání s otcem Zatloukalem ve Francové Lhotě Více info v Caminu
Pátek 3. 3.	10.00 – 12.00	Pohoda
Pondělí 6. 3.	10.00 – 11.30 10.00 – 14.00	Zdravotní cvičení s prvky jógy Ergo dílna
Úterý 7. 3.	11.00 – 12.00 12.30 – 13.30	Břišní tance English Club
Středa 8. 3.	10.00 – 14.00	Ergo dílna
Čtvrtek 9. 3.	10.00 – 12.00	Ping-pong v NDZM

Pátek 10. 3.	10.00 – 12.00	Pohoda
Pondělí 13. 2.	10.00 – 11.30	Zdravotní cvičení s prvky jógy
	10.00 – 14.00	Ergo dílna
Úterý 14. 3.	10.30 – 11.30	<b>Relaxace</b>
	12.30 – 13.30	Tematické setkání, diskuze, zamyšlení na dané téma
Středa 15. 3.	10.00 – 14.00	Ergo dílna
Čtvrtek 16. 3.	10.00 – 14.00	Kondiční procházka
Pátek 17. 3.	10.00 – 12.00	Pohoda
Pondělí 20. 3.	10.00 – 11.30	Zdravotní cvičení s prvky jógy
	10.00 – 14.00	Ergo dílna
Úterý 21. 3.	11.00 – 12.00	Břišní tance
	12.30 – 13.30	English Club
Středa 22. 3.	10.00 – 14.00	Ergo dílna
	12.30 – 13.30	<b>KKK</b> Kabinet knižní kultury
Čtvrtek 23. 3.	10.30 – 11.30	<b>Uměním k sobě</b>
	12.30 – 14.00	Promítání filmu Péče o duši
Pátek 24. 3.	10.00 – 12.00	Pohoda
Pondělí 27. 3.	10.00 – 11.30	Zdravotní cvičení s prvky jógy
	10.00 – 14.00	Ergo dílna
Úterý 28. 3.	10.30 – 11.30	<b>Slovíčkaření s Karlem</b>
	12.30 – 13.30	Tematické setkání, diskuze, zamyšlení na dané téma
Středa 29. 3.	10.00 – 14.00	Ergo dílna
Čtvrtek 30. 3.	10.00 – 10.30	Možnost duchovního rozhovoru, popř. svátosti smíření
	10.30	<b>Setkání s duchovním otcem Zatloukalem</b>
Pátek 31. 3.	10.00 – 12.00	Pohoda