

TÝDEN WELLBEINGU



Pondělí 9.2.2026

Kruh sebereflexe

16:30 -17:00 komunitní místnost

- posezení v kruhu po skupinkách, každý člen ze skupinky sám sebe za něco pochválí, může i někoho dalšího

Večerní čajovna

18:00 – 19:00 komunitní místnost

- společný čaj, povídání a hraní deskových her
- každý si donese svůj čaj nebo kávu, klidně i deku s polštářem



Úterý 10.2.2026

Pohybová výzva

6:30- 20:00

- skupinky max. po 5 členech, která skupinka nachodí za celý den nejvíce kroků, vyhrává
- aplikaci pro počítání kroků najdete v telefonu
- vyhlášení proběhne ve středu, můžete vyhrát sladkou odměnu

Jak dobře mě znáš?

18:00 – 19:00 komunitní místnost

- skupinky lidí, co se dobře znají, počet není omezen
- „Dvě pravdy a jedna lež“



Středa 11.2.2026

Filmový večer

18:00 – 20:00 komunitní místnost

- sraz v 17:30, abychom společně vybrali film
- s sebou si vezměte něco dobrého, deku a polštář



Nejvtipnější pyžamo

20:30 – 21:00 komunitní místnost

- všichni se sejdeme a vybereme nejvtipnější pyžamo, hlasovat budeme na papírky
- výherce dostane balíček bonbonů