



FOKUS Mladá Boleslav z.s.

Středisko: Nový park

Kontaktní osoba: Mirka Samková, tel. 775562009, mail: samkova@fokus-mb.cz



	8 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	13 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
Po	Volnočasový program	Vaření
	Plavání 9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	
Út	Volnočasový program	Ping – pong (krytá hala)
	Vaření 9 ⁰⁰	
St	Volnočasový program	Vaření
	Solná jeskyně 9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	
Čt	Volnočasový program	Filmy (kognitivní funkce)
	Kondiční procházky	
Pá	Volnočasový program	Deskové hry
	Základy AJ 9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰	

Volně přístupné programy	Program určený především pro PN Kosmonosy	Program určený pro PN Kosmonosy a chráněné bydlení
Volně přístupné programy		

Pondělí:

Plavání – Městský bazén Mladá Boleslav

- Zájemci potřebují: plavky, ručník
- Cena 70Kč
- Sraz: Nový park v 9:00h
- Doba plavání je 1 hodina
- Kontaktní osoba: Jitka Kakosová (775562048)

Odpolední vaření – nácvikové vaření

- Cena 50Kč
- Sraz: Kavárna v 13:00h

Úterý:

Dopolední vaření – nácvikové vaření

- Cena 50Kč
- Sraz: Nový park od 9:00h – max. do 12:00h
- Kontaktní osoba: Jana Sedmáková (775562017)

Ping – pong – krytá hala u Kauflandu (Ústřední stadion)

- Cena zdarma
- Sraz: Kavárna v 13:00h nebo přímo u haly v 13:10h

Středa:

Solná jeskyně – U Sousedů na Radouči

- Zájemci potřebují: prodyšné oblečení
- Cena 70Kč
- Sraz: Nový park v 9:00h
- Doba strávená v solné jeskyni je 45 minut
- Kontaktní osoba: Věra Řezáčová (775562046)

Odpolední vaření – nácvikové vaření

- Cena 50Kč
- Sraz: Kavárna v 13:00h

Čtvrtek:

Kondiční procházky – Okolí Mladé Boleslavi

- Zájemci potřebují: sportovní oblečení a obuv (přizpůsobit dle počasí)
- Cena zdarma
- Sraz: Nový park v 9:00h
- Kontaktní osoba: Mirka Samková (775562009)

Filmy – kognitivní funkce

- Filmy/dokumenty dle předešlé domluvy
- Cena zdarma
- Sraz: Kavárna v 13:00h nebo přímo na Novém parku v 13:00h

Pátek:

Základy anglického jazyka – výuka základů aj na běžnou komunikaci

- Cena zdarma
- Sraz: Nový park v 9:00h
- Kontaktní osoba: Andrea Tolnayová (775562057)

Deskové hry

- Cena zdarma
- Sraz: Kavárna v 13:00h nebo přímo na Novém parku v 13:00h