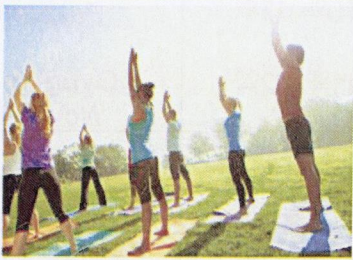
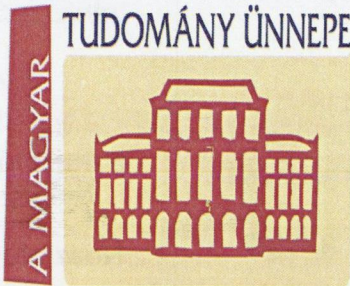
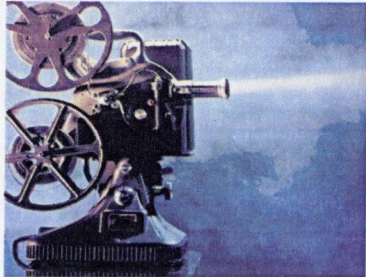


Csillagok Napközi Otthona Szakmai Egység

2026. november havi klubprogram

Időpont		Házon belüli programok	Házon kívüli programok
11.02. Hétfő	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	Erőnléti edzés <i>Fekete Tiborral</i>	 Séta (időjárás függvényében)
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Gyógymasszázs <i>Novák Mátéval</i>	
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Szólánc gondozók	
11.03. Kedd	10 ¹⁵ -10 ⁴⁵	A magyar tudomány napja <i>Aranyosné Gy. Andival</i>	 Séta (időjárás függvényében)
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Jelnyelv óra <i>Szalainé H. Kátival</i>	
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Játékos fejtörő <i>Trankusz Szabinával</i>	
11.04. Szerda	8 ³⁰ -9 ⁰⁰	Nosztalgia reggeli	 Szabadúszás Kispesti Uzoda 10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Novemberi jeles napok <i>Csontos Irénnel</i>	
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Találós kérdések <i>Aranyosné Gy. Andival</i>	
11.05. Csütörtök	10 ¹⁵ -11 ¹⁵	Zeneóra <i>Bartha Anikóval</i>	 Séta (időjárás függvényében)
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Rejtvényfejtés <i>Csontos Irénnel</i>	
11.06. Péntek	8 ⁰⁰ -10 ³⁰	Gyógymasszázs <i>Novák Mátéval</i>	 Séta (időjárás függvényében)
	10 ³⁰ -12 ⁰⁰	Filmklub	
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Beszélgető kör a délelőtti filmről gondozókkal	

all. ki kisse

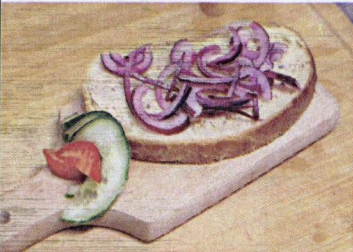
Csillagok Napközi Otthona Szakmai Egység

2026. november havi klubprogram

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
11.09. Hétfő	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	Erőnléti edzés <i>Fekete Tiborral</i>		Séta (időjárás függvényében)
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Gyógymasszázs <i>Novák Mátéval</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Relaxáció		
11.10. Kedd	10 ³⁰ -11 ⁰⁰	Keringésjavító torna <i>Trankusz Szabinával</i>		Séta (időjárás függvényében)
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Dob <i>Szőke Krisztivel</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Szituációs játékok <i>Csontos Irénnel</i>		
11.11. Szerda	8 ³⁰ -9 ⁰⁰	Nosztalgia reggeli		Szabadúszás Kispesti Uszoda 10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰
	10 ³⁰ -11 ⁰⁰	Keringésjavító torna <i>Trankusz Szabinával</i>		
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Márton nap <i>Aranyosné Gy. Andival</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Zenehallgatás		
11.12. Csütörtök	A szociális munka napja Munkaszüneti nap			
11.13. Péntek	8 ⁰⁰ -10 ³⁰	Gyógymasszázs <i>Novák Mátéval</i>		Séta (időjárás függvényében)
	10 ³⁰ -12 ⁰⁰	Filmklub		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	A kedvesség világnapja <i>Szalai H. Katival</i>		

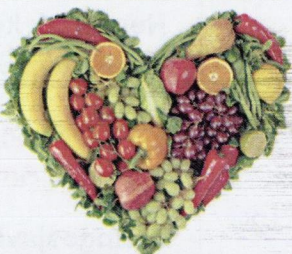
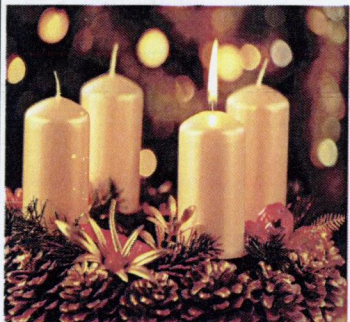
Csillagok Napközi Otthona Szakmai Egység

2026. november havi klubprogram

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
11.16. Hétfő	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	Erőnléti edzés <i>Fekete Tiborral</i>		Séta (időjárás függvényében)
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Gyógymasszázs <i>Novák Mátéval</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Játékdélután <i>gondozókkal</i>		
11.17. Kedd	11 ⁰⁰ -11 ³⁰	Budapest napja <i>Szalaiiné H. Katival</i>		Séta (időjárás függvényében)
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Mire gondoltam? <i>Csontos Irénnel</i>		
11.18. Szerda	8 ³⁰ -9 ⁰⁰	Nosztalgia reggeli		Szabadúszás Kispesti Uszoda 10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰
	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Kézműves foglalkozás <i>gondozókkal</i>		
	14 ⁰⁰ -15 ³⁰	Nemzetek konyhája <i>Aranyosné Gy. Andival</i>		
11.19. Csütörtök	10 ¹⁵ -11 ¹⁵	Zeneóra Bartha Anikóval		Séta (időjárás függvényében)
	11 ³⁰ -12 ⁰⁰	Keringésjavító torna <i>Trankusz Szabinával</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Nemzetközi férfinap <i>Szalaiiné H. Katival</i>		
11.20. Péntek	8 ⁰⁰ -10 ³⁰	Gyógymasszázs <i>Novák Mátéval</i>		Séta (időjárás függvényében)
	10 ³⁰ -12 ⁰⁰	Filmklub		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Rajzolás, színezés		

Csillagok Napközi Otthona Szakmai Egység

2026. november havi klubprogram

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
11.23. Hétfő	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	Erőnléti edzés <i>Fekete Tiborral</i>		Séta (időjárás függvényében)
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Gyógymasszázs <i>Novák Mátéval</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Színek jelentése <i>Trankusz Szabinával</i>		
11.24. Kedd	10 ⁰⁰ -10 ³⁰	Ellátotti fórum <i>gondozókkal</i>		Séta (időjárás függvényében)
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Dob <i>Szőke Krisztivel</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Mesedélután <i>Csontos Irénnel</i>		
11.25. Szerda	8 ³⁰ -9 ⁰⁰	Nosztalgia reggeli		Szabadúszás Kispesti Uszoda 10⁰⁰-11⁰⁰
	10 ³⁰ -11 ⁰⁰	Keringésjavító torna <i>Aranyosné Gy. Andival</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Közmondások <i>Trankusz Szabinával</i>		
11.26. Csütörtök	10 ¹⁵ -11 ¹⁵	Zeneóra Bartha Anikóval		Séta (időjárás függvényében)
	11 ³⁰ -12 ⁰⁰	Vitaminok fontossága <i>Szalai H. Katival</i>		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Játékdélután		
11.27. Péntek	8 ⁰⁰ -10 ³⁰	Gyógymasszázs <i>Novák Mátéval</i>		Séta (időjárás függvényében)
	10 ³⁰ -12 ⁰⁰	Filmklub		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Advent I. gyertyagyújtás „Hit”		
	14 ⁰⁰ -14 ³⁰	A magyar véradók napja <i>Szalai H. Katival</i>		

Csillagok Napközi Otthona Szakmai Egység

2026. november havi klubprogram



11.30. Hétfő	10 ¹⁵ -11 ¹⁵	Erőnléti edzés Fekete Tiborral		Séta (időjárás függvényében)
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Gyógymasszázs Novák Mátéval		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Zenehallgatás		

Budapest, 2026.10.05.

A programok megvalósításáért felelős:

Pető Eszter

.....
csoportvezető

Jóváhagyta:

.....
Balázs Piroska
Igazgató




Ellenőrizte: Kis Katalin

Segítő Kéz Kispesti Gondozó Szolgálat 1193 Budapest, Táncsics M. u. 7.		
Lapszám:	2026 OKT 09.	Határidő: 2026. 10.12.
Ügyintéző:	Iktatószám:	Átvétel időpontja:
János Kádár	2068/2/	2026-10-09

lin.

2026

Körmű ellenőrzés.

2

