



Aktivitetsplan Dagsenteret

Oktober 2021

Uke 40	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 5 okt.	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Tur til Botanisk Hage Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Tøyen Spisestue dagsenter
Torsdag 7 okt.	09.30 10.00 11.00 11.30 12.30 13.30	Quiz-avis lesing Frokost Fellestrim med fysio Marianne Avspenning Individuell trening med fysioterapeut Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestuen dagsenter Ergoterapirom Spisestue dagsenter Treningsrom Spisestue dagsenter
Uke 41	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 12 okt.	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Tur Maridalen/Bjørnholt Markastue Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Maridalen Spisestue dagsenter
Torsdag 14 okt.	09.30 10.00 11.00 11.30 12.30 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Fellestrim med fysioterapeut Avspenning Individuell trening med fysioterapeut Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Ergoterapirom Spisestue dagsenter Treningsrom Spisestuen dagsenter

Uke 42	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 19 okt.	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz-avis lesing Frokost Tur til Teknisk Museum Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Kjelsås Spisestue dagsenter
Torsdag 21 okt.	09.30 10.00 11.00 11.30 12.30 13.30	Quiz – avis lesing Frokost Fellestrim med fysioterapeut Avspenning Individuell trening med fysioterapeut Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Ergoterapirom Spisestue dagsenter Treningsrom Spisestue dagsenter
Uke 43	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 26 okt.	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz-avis lesing Frokost Mathallen Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Vulkan Spisestue dagsenter
Torsdag 28 okt.	09.30 10.00 11.00 11.30 12.30 13.30	Quiz – avis lesing Frokost Fellestrim med fysioterapeut Avspenning Individuell trening med fysioterapeut Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Ergoterapirom Spisestue dagsenter Treningsrom Spisestue dagsenter