



# Aktivitetsplan Dagsenteret

## Mai 2023

Uke 18	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 2 mai	09.30 10.00 11.00    13.30	Quiz – avis lesing Frokost Grefsenkollen. «Terrassen» er nå åpen for sesongen. Her får man kjøpt vafler, boller ect. Her kan vi nyte fin utsikt utover Oslo. (Terrassen åpner kl:12, så vi kan reise avgårde litt senere i dag.) Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Grefsenkollen, Oslo   Spisestuen dagsenter
Uke 18	Kl.	Aktivitet	Sted
Torsdag 4 mai	09.30 10.00 11.00 12.30 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Individuell trening med fysioterapeut Avspenning Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Trimrom Ergoterapirommet Spisestuen dagsenter

<b>Uke 19</b>	<b>Kl.</b>	<b>Aktivitet</b>	<b>Sted</b>
Tirsdag 9 mai	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz-avis lesing Frokost Tveita senter. Mulighet for å handle/gjøre ærend samt koselig cafèbesøk Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Tveita senter  Spisestue dagsenter
Torsdag 11 mai	09.30 10.00 11.00 12.30 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Individuell trening med fysioterapeut Avspenning Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Trimrom Ergoterapirommet Spisestuen dagsenter
<b>Uke 20</b>	<b>Kl.</b>	<b>Aktivitet</b>	<b>Sted</b>
Tirsdag 16 mai	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz-avis lesing Frokost Vi koser oss dagen før 17.mai med is og ulike aktiviteter i bakhagen. Gåtur i nærområdet hvis noen ønsker det. Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Hagen på Grefsenlia  Spisestue dagsenter
Torsdag 18 (Dagsenter er stengt)		Dagsenter er stengt pga Kristi himmelfartsdag	
<b>Uke 21</b>	<b>Kl.</b>	<b>Aktivitet</b>	<b>Sted</b>
Tirsdag 23 mai	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz-avis lesing Frokost Tur til Aker Brygge hvor vi spiser is i sola, vi titter litt rundt og ser på havet fra brygga. Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Aker Brygge, Oslo  Spisestue dagsenter
Torsdag 25 mai	09.30 10.00 11.00 12.30 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Individuell trening med fysioterapeut Avspenning Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Trimrom Ergoterapirommet Spisestuen dagsenter
<b>Uke 22</b>	<b>Kl.</b>	<b>Aktivitet</b>	<b>Sted</b>
Tirsdag 30 mai	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz-avis lesing Frokost Kino, vi avtaler i forkant hvilken film vi skal se. Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Ringene Kino, Oslo Spisestue dagsenter