

Aktivitetsplan Dagsenteret

Juni 2023



Uke 22	Kl.	Aktivitet	Sted
Torsdag 01.06.23	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
Uke: 23	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 06.06.23	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Tur til Årvoll gård. Vi ser på dyrene og tar turen innom gårdscafeen. Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Årvollveien 25, Oslo Spisestuen dagsenter
Torsdag 08.06.23	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

Uke 24	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 13.06.23	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Vi spiller spill/kort i uthuset i bakhagen og koser oss med ulike aktiviteter i hagen på Grefsenlia. Gåtur i nærmiljøet for de som ønsker det. Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Hagen på Grefsenlia Spisestue dagsenter
Torsdag 15.06.23	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
Uke 25	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 20.06.23	09.30 10.00 11.00 15:00	Quiz – avis lesing Frokost Sommeravslutning i parken på Voldsløkka. Her blir det piknik og ulike aktiviteter. Vi tar med høyttaler og koser oss med musikk og grilling. Middag og is blir i parken i dag. Hjemreise	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Voldsløkka, Oslo
Torsdag 22.06.23	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
Uke 26	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 27.06.23	09.30 10.00 11.00 13:30	Quiz- avis lesing Frokost Soling og sommeraktiviteter i hagen/verandaen. Høre på musikk å lage smoothie. Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Spisestuen dagsenter
Torsdag 29.06.23	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