



Aktivitetsplan Dagsenteret

Mars 2024

Uke 10	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 5 mars	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Mathallen Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Vulkan Spisestue dagsenter
Torsdag 7 mars	09.30 10.00 11.00 12.30 13:30	Quiz- avis lesing Frokost Individuell trening med fysio Avspenning Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Treningsrom Ergoterapirom Spisestuen dagsenter
Uke 11	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 12 mars	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Tur til Stovner senter Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Stovner Spisestue dagsenter
Torsdag 14 mars	09:30 10:00 11:00 12:30 13:30	Quiz- avis lesing Frokost Individuell trening med fysio Avspenning Middag	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Treningsrom Ergoterapirommet Spisestue dagsenter

Uke 12	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 19 mars	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz-avis lesing Frokost Bowling Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter Veitvet Spisestue dagsenter
Torsdag 21 mars	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 Treningsrom Ergoterapirom Spisestue dagsenter
Uke 13	Kl.	Aktivitet	Sted
Tirsdag 26 mars	09.30 10.00 11.00 13.30	Quiz- avis lesing Frokost Kjøretur/kafebesøk Middag og dessert	Stuen dagsenter Spisestue dagsenter I Nærmiljøet Spisestue dagsenter
Torsdag 28 mars	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 Treningsrom Ergoterapirom Spisestue dagsenter