

# Generell ukeplan 2022

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
08.00-09.00: Frokost	08.00-09.00: Frokost	08.00-09.00: Frokost	08.00-09.00: Frokost	08.00-09.00: Frokost		
09.00: Morgenmøte 09:06-09.30: Brukerråd	09.00: Morgenmøte	09.00: Morgenmøte	09.00: Morgenmøte	09.00: Morgenmøte	09.00-10.00: Frokost	09.00-10.00: Frokost
10.00-11.30: Livsstilsgruppe	09.30-10.30: Samtalegruppe 1	09.30-10.30: Samtalegruppe 3	09.15: Torsdagstrening  10.30-11.30: Barn-som-pårørende-gru ppe (partallsuker)	10.30-11.15: Yoga/Avspenning		
11.30 - 12:30: Lunsj	11.30 - 12:30: Lunsj	11.30 - 12:30: Lunsj	11.30 - 12:30: Lunsj	11.30 - 12:30: Lunsj	12.00-13.00: Lunsj	12.00-13.00: Lunsj
12.30-14.30: Klatring	12.30-13.30: Samtalegruppe 2  14:00-14:45: Treningsgruppe	11:00-13:30: Terapiridning Max 12 personer	12:30-14:00: Temasamling/undervis ing	12:30 -13:00: Ukeslutt med bingo  13:00-13:30: Sanggruppe		
15.00-16.00: Middag	15.00-16.00: Middag	15.00-16.00: Middag	15.00-16.00: Middag	15.00-16.00: Middag	16.00: Middag	6.00: Middag
	18.00-18.45: Yoga/avspenning (Når Hege er der)					