

VIIKKO-OHJELMA Sammalkalliassa

VIIKKO 20

klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala							
Klo 9->	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Jumalanpalvelus klo 10, TV1
	Sauna ja jumppahetki lentopalloa	Sauna ja jumppahetki mölkky	Sauna ja tuolijumppa	Jumppahetki aivojumppa	Jumppahetki tuolijumppa		
11.30-12 Lounas							
Klo 13-15	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu/ makkaranpaistot	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu
14-14.30 Päiväkahvi							
Klo 14.30	Lukuhetki/ runoja	Pullan leivontaa yhdessä	Ulkoilu & kahvit, grilli ulkopelejä/ Ulkoilee asukkaiden kanssa	Bingotorstai	Vesivärimaalausta taitojen mukaan	Keilaus	Rentoutuminen/musiikkia yhteisissä tiloissa
16.30-17							
Yhteiseen ohjelmaan osallistuminen jokaisen voimien ja toiveiden mukaan.							
Omahoitaja/ohjaajahetket sekä aktivoiva yksilötyö täydentävät viikon sisältöä							

VIKKO-OHJELMA Sammalkalliossa

VIKKO 21

klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala							
Klo 9->	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Jumalanpalvelus klo 10, TV1
	Aivojumppa	Sauna ja Jumppahetki lentopalloa	Sauna ja hartiajumppa	Jumppahetki keilaus	Tuolijumppa		
11.30-12 Lounas							
Klo 13-15	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu
14-14.30 Päiväkahvi							
Klo 14.30	Omahoitajahetki	Pullan leivontaa yhdessä/ kulttuurisen monimuotoisuuden päivä YK (tutustua muihin kulttuureihin)	Kahvi, pelihetki pihalla/ Ulkoilee asukkaiden kanssa	Bingotorstai	Pappi tulee taloon: ehtoollishartaus klo 15:00	muisteluhetki/ muistipelejä	15min hieronaja rentoututus
16.30-17 Päivällinen							
Yhteiseen ohjelmaan osallistuminen jokaisen voimien ja toiveiden mukaan.							
Omahoitaja/ohjaajahetket sekä aktivoiva yksilötyö täydentävät viikon sisältöä							



VIKKO-OHJELMA Sammalkalliossa

VIKKO 22

klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala							

Klo 9->	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Päivän lehden lukua ääneen	Jumalanpalvelus klo 10, TV1
	Hernepusijumppa	Tuolijumppa	Sauna ja jumppahetki	Jalkajumppa	Keppijumppa	Asukaskokous (kuun menneet ja tulevat tapahtumat, toiveet yms. keskustelua.)	
11.30-12	Lounas						
Klo 13-15	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu	Ulkoilu
14-14.30	Päiväkahvi						
Klo 14.30	Omahoitajahetki	Pullan leivontaa yhdessä	Terassikaffet/ Keskustelupiiri	Bingotorstai	Vesivärimaalausta taitojen mukaan	Hemmotteluhetki, kynsien lakkausta, hartiahierontaa	Toivemusikkia
16.30-17	Päivällinen						
Yhteiseen ohjelmaan osallistuminen jokaisen voimien ja toiveiden mukaan.							
Omahoitaja/ohjaajahetket sekä aktivoiva yksilötyö täydentävät viikon sisältöä							