

vko19	KLO 10.00	KLO 11-12	KLO 14-16	KLO 14-16.30
Maanantai	Tuolijumppa	Päivän uutiskatsaus	Kesäisiä askarteluja	Ulkoilua
Tiistai	Hartiajumppa	Päivän uutiskatsaus	Kotimainen elokuva TV1 Klo. 13.24, Putkinotko	Ulkoilua
Keskiviikko	Sormijumppa	Päivän uutiskatsaus	Jalkahoitaja talossa	Ulkoilua
Torstai	Nilkkajumppa	Päivän uutiskatsaus	Helatorstai	Ulkoilua
Perjantai	Jalkajumppa	Päivän uutiskatsaus	Hemmottelua: käsihoitoja	Ulkoilua
Lauantai	Sorminäppäryys	Päivän uutiskatsaus	Ulkoilua	Levyraati
Sunnuntai	Tv ohjelma Jumalanpalvelus	Päivän uutiskatsaus ja käsijumppa	Ulkoilua	Äitienpäivän viettoa yhdessä