

Ukeplan for Villa Vekst

Torvgata 16, 8005 Bodø, tlf. 75 55 72 70

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Søndag
8-19.00 oddetall 8-21 partall	08.00-15.30 15.30 – 21.00 *	08.00-15.30	08.00 – 15.30	08.00-15.30	14.00-20.00
08.30 - 09.30 Frokost inkl. drikke kr 25,- Veronica		08.00 – 09.30 Koordinerings- møte personalet	08.30 - 09.30 Frokost inkl. drikke kr 25,- Veronica		
11.00 – 13.30 Tur Eli	10.00 – 13.00 Kaffe og vafler Anne	10.00 – 11.30 Samtalegruppe Arnfinn	11.00 – 14.00 Hobby Anne	11.00 – 13.00 Bowling kr 50,- pr. spill Åsmund	
	12.00 – 13.00 Gym og ballspill Bodø Spektrum Åsmund	11.30 Enkel servering Eli/Linda	11.30 Lunsj kr 35,- Påmelding innen kl 09.30 Karina	13.30 Middag kr 50,- Påmelding innen kl 11.30 Arnfinn	
14.00 – 15.00 Sky Fitness Styrke, kondisjon og sirkeltrening Arnfinn	Ca. kl. 12. Seniorgruppe Fra 60 år ca. hver 3.uke Eli	12.00-14.30 Tegning og maling Anne	11.30 – 14.00 Biljard Arnfinn	14.00 – 15.00 Hyggestund med smaking av ulike te- og kaffesorter Åsmund	14 – 20 Åpent Diverse spill
			13.00 – 14.00 Øreakupunktur		
17.30 Kveldsmat kr 35,- Påmelding innen kl 15.30 Arnfinn/ Åsmund	13.30 – 15.30 Samtalegruppe MAS/KID Arnfinn	Ca.12.00 – 15.00 Jentegruppa Partallsuker Eli	14.15 – 15.15 Kor og band «Kjellerlys» Arnfinn /Linda/ Thomas		17.00 Middag kr 50,- Påmelding innen kl 15.00
	13.30 – 15.30 Diverse spill og biljard i 2.etg Gratis kaffe/te.		15.45 – 16.30 Fordypningsgruppe musikk Linda/Arnfinn/ Thomas		
	15.30 – 21.00 * Hybelstua for deg mellom 15 og 23 år som bor på hybel Magdalena/ Karina		15.30 – 21.00 Aktivitetskveld Åsmund Se aktivitetsprogram		

I tillegg kommer Aktivitetsprogrammet med en rekke turer og kulturtilbud. Følg også med på oppslagstavla, hvor du finner informasjon om planlagte arrangement, og samarbeidsmøter for alle. Noen grupper har plass til flere, mens andre har venteliste. Meld ifra om dine ønsker, så ser vi hva vi får til. Seniorgruppa for de over 60 år: ta kontakt med Eli ved interesse.

Velkommen til godt samarbeid!

(Oppdatert 6.9.18)

Ukeplan, aktivitetsprogram og diverse informasjon om Villa Vekst finner du også på nettsiden: www.villavekst.no