esperi

1.7.2024

Esperi Koti Harjuniitty B-talo

Ympärivuorokautisen viikko-ohjelma

Klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
7:45-8.15	Aamulääkkeet Aamupala	Aamulääkkeet Aamupala	Aamulääkkeet Aamupala	Aamulääkkeet Aamupala	Aamulääkkeet Aamupala	Aamulääkkeet Aamupala	Aamulääkkeet Aamupala
10:00		Hemmotteluhetki ryhmä	Musiikkiryhmä	Ulkoiluryhmä	Luovaryhmä		
11.45-12.15	Lounaslääkkeet Lounas	Lounaslääkkeet Lounas	Lounaslääkkeet Lounas	Lounaslääkkeet Lounas	Lounaslääkkeet Lounas	Lounaslääkkeet Lounas	Lounaslääkkeet Lounas
14-14.15	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
14.15-15	Ulkotyöryhmä 14:30	Yhteisökokous	Kokkiryhmä 14.15	Kokemusasiantuntija Keskusteluryhmä 14-15.30	Ulkotyöryhmä 14:30	Ulkopeliryhmä 14:15	Joka kuukauden 1. sunnuntai Elokuvatuokio
15.45-16.15	Päivällislääkkeet Päivällinen	Päivällislääkkeet Päivällinen	Päivällislääkkeet Päivällinen	Päivällislääkkeet Päivällinen	Päivällislääkkeet Päivällinen	Päivällislääkkeet Päivällinen	Päivällislääkkeet Päivällinen
17.15-18	Bingo (vertaisohjaaja)	Liikuntaryhmä	Sesonkiryhmä	Tietovisa (vertaisohjaaja)	Musaryhmä (vertaisohjaaja)	Lauantai- karaoke	
19.15-19.45	Iltalääkkeet Iltapala	Iltalääkkeet Iltapala	Iltalääkkeet Iltapala	Iltalääkkeet Iltapala	Iltalääkkeet Iltapala	Iltalääkkeet Iltapala	Iltalääkkeet Iltapala