esperi

Esperi Koti Kapteenskan viikko-ohjelma

Klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
7.00-9.00	Aamupala klo 8.00-08.30	Aamupala klo 08.00-08.30	Aamupala klo 08.00-08.30	Aamupala klo 08.00-08.30	Aamupala klo 08.00-08.30	Aamupala klo 08.30-09.00	Aamupala klo 08.30-09.00
9.00-11.30	Oman viikko-ohjelman mukainen toiminta	Oman viikko-ohjelman mukainen toiminta	Oman viikko-ohjelman mukainen toiminta	Oman viikko-ohjelman mukainen toiminta	Oman viikko-ohjelman mukainen toiminta	Omaa aikaa	Omaa aikaa
11.30-12.00	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
12.30-13.30	Oma vastuutehtävä	Oma vastuutehtävä	Oma vastuutehtävä	Oma vastuutehtävä	Oma vastuutehtävä	Kaupparyhmä	Kehonhallintaryhmä
13.30-14.00	Omaohjaaja-ajat/ juoksevien asioiden hoitaminen	Omaohjaaja-ajat/ juoksevien asioiden hoitaminen	Omaohjaaja-ajat/ juoksevien asioiden hoitaminen	Omaohjaaja-ajat/ juoksevien asioiden hoitaminen	Omaohjaaja-ajat/ juoksevien asioiden hoitaminen	Omaa aikaa	Omaa aikaa
14.00-14.30	Kahvi ja välipala	Kahvi ja välipala	Kahvi ja välipala	Kahvi ja välipala	Kahvi ja välipala	Kahvi ja välipala Klo 15.30 Ruokaryhmä	Kahvi ja leivontaryhmän herkut
17.00-17.30	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Ruokaryhmän valmistama päivällinen	Klo 14.30 Lääkehoitoryhmä
18.00-19.00	Rentoutusryhmä	Kuvaamataitoryhmä	Elämänhallintaryhmä	Naistenryhmä	Bingo	Yhteistä illanviettoa	Klo 17.00-17.30 Päivällinen
21.00-21.30	Iltapala, nukkumaan omaan tahtiin	Iltapala, nukkumaan omaan tahtiin	Iltapala, nukkumaan omaan tahtiin	Iltapala, nukkumaan omaan tahtiin	Iltapala, nukkumaan omaan tahtiin	Iltapala, nukkumaan omaan tahtiin	Iltapala, nukkumaan omaan tahtiin