

VIKKOTIEDOTE

MYYRMÄKI 1-6



Viikko 44

Maanantai 30.10.

1.Kerros

2.Kerros/ Leinikki:

- 9.00 Toimintaterapeutin yksilökäyntejä
- 12.30-13.30 Kuntosali
- 14.45 Vapaaehtoinen laulattaa

3.Kerros / Niitty

- 7.30 Aktiivinen aamu
- 10.00 Kuntosali; ft-Mika

- 13.00 Taidenäyttelyyn tutustuminen 1.krs; Sirpa

4.Kerros / Sinikello

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Heli
- 10.00 Yksilöohjausta; ft Heli
- Sävelsirkku; Sirpa
- 13.00 Fysioterapiaryhmä; ft Heli

5.Kerros / Mustikka

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft-Aleksi
- 10.00 Yksilöohjausta; ft-Aleksi
- 10.00 Värittäen; Bea
- 13.00 Taidenäyttelyyn tutustuminen 1krs
- 14.00 Iltapäivän aktiviteetit

6.Kerros / Lehto

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Mari
- 11.00 Tuolijumppa; ft Mari
- 11.00 Värittäen; Bea

Tiistai 31.10.

1.Kerros:

2.Kerros/ Leinikki:

- 10.30 Pallopelit 1.krs

3.Kerros / Niitty

- 7.30 Aktiivinen aamu
- 9.00 Toimintaterapian yksilökäyntejä
- 10.00 Hartaus
- 10.30 Pallopelit 1.krs; tt- Jenna
- 14.45 Vapaaehtoinen laulattaa

4.Kerros / Sinikello

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Heli
- 10.30 Pallopelit 1. krs
- 11.00 Hartaus
- 13.00 Yksilöohjausta; ft Heli

5.Kerros / Mustikka

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft-Aleksi
- 10.30 Pallopelit 1.krs; ft-Aleksi
- 13.00 Kuntosaliryhmä; ft-Aleksi
- 14.30 Askartelua; Bea

6.Kerros / Lehto

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Mari
- 10.30 Pallopelit 1.krs
- 13.00 Tanssit; Bea, Mari

Keskiviikko 1.11.

1.Kerros:

- 13.00 Ulkoilu

2.Kerros/ Leinikki:

- 9.30-12.00 Kuntosali

3.Kerros / Niitty

- 7.30 Aktiivinen aamu
- 10.00 Fysioterapian yksilöohjaus

4.Kerros / Sinikello

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Heli

- 10.00 Yksilöohjausta; ft Heli
- **11.00 Ystäväpiiri laulaa**
- 13.00-15.00 Kuntosaliohjaus; ft Heli
- 14.45 Vapaaehtoinen laulattaa

5.Kerros / Mustikka

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft-Aleksi
- 13.00 Kuntosaliryhmä; ft-Aleksi
- 11.00 Ohjelmaa; Bea
- 13.00 Tanssit; Bea

6.Kerros / Lehto

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Mari
- 9.00 Toimintaterapeutin yksilöohjausta
- **10.30 Ystäväpiiri laulaa**
- 14.30 Askartelua; Bea

Torstai 2.11.

1.Kerros

- 10.30 Tanssit 1.krs
- 11.00 Ylppö-koira vierailee

2.Kerros/ Leinikki:

- 10.30 Tuolijumppa
- 10.30 Tanssit 1.krs
- 11.00 Ylppö-koira vierailee 1.krs

3.Kerros / Niitty

- 7.30 Aktiivinen aamu
- 10.00 Fysioterapian yksilöohjausta

- 10.30 Tanssit 1.krs
- 13.00 Kuntohuone; ft- Mika

4.Kerros / Sinikello

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Heli
- 10.00-12.00 Kuntosaliohjaus; ft Heli
- 10.30 Tanssit 1.krs
- 13.00 Fysioterapian yksilöohjaus

5.Kerros / Mustikka

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft-Aleksi
- 9.00 Toimintaterapeutin yksilöohjausta
- **10.30 Tanssit 1krs.**
- 13.00 Yksilöohjausta; ft-Aleksi
- **14.45 Vapaaehtoinen laulattaa**

6.Kerros / Lehto

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Mari
- **10.30 Tanssit 1krs.**

Perjantai 3.11.

1.Kerros:

2.Kerros/ Leinikki:

- 13.00 Lihasvoimaryhmä

3.Kerros / Niitty

- 7.30 Aktiivinen aamu
- 10.00 Fysioterapian yksilöohjausta
- 10.00-12.00 Miesten ryhmä (sovitut osallistujat); Sirpa ja Bea

4.Kerros / Sinikello

- 9.00 Toimintaterapeutin yksilöohjausta
- 10.00-12.00 Miesten ryhmä (sovitut osallistujat); Sirpa ja Bea

5.Kerros / Mustikka

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft-Aleksi
- 10.00 Yksilöohjausta; ft-Aleksi
- 10.00-12.00 Miesten ryhmä (sovitut osallistujat); Sirpa ja Bea

6.Kerros / Lehto

- 8.00 Aktiivinen aamu; ft Mari
- 10.00-12.00 Miesten ryhmä (sovitut osallistujat); Sirpa ja Bea
- 11.00 Kuntosaliryhmä; ft Mari
- **14.45 Vapaaehtoinen laulattaa**

Lauantai 4.11. (Pyhäinpäivä)

1.Kerros:

- **14.00 Elokuva 1.krs C109: Baby Jane (2019)**

2.Kerros/ Leinikki:

- **14.00 Elokuva 1.krs C109: Baby Jane (2019)**

3.Kerros / Niitty

- **14.00 Elokuva 1.krs C109: Baby Jane (2019)**

4.Kerros / Sinikello

- **14.00 Elokuva 1.krs C109: Baby Jane (2019)**

5.Kerros / Mustikka

- 14.00 Elokuva 1.krs C109: Baby Jane (2019)

6.Kerros / Lehto

- 14.00 Elokuva 1.krs C109: Baby Jane (2019)

Sunnuntai 5.11.

1.Kerros:

2.Kerros/ Leinikki:

3.Kerros / Niitty

4.Kerros / Sinikello

5.Kerros / Mustikka

6.Kerros / Lehto

***Yksiköiden ryhmäajat ovat viitteellisiä
ja virheet sekä muutokset ovat mahdollisia!***