

Ugeplan for aktiviteter og gruppetilbud på Skivevej 7

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Formiddag	Åbencafé kl. 7-9 Gratis morgenmad 9.00 Køkken 9.00 Multigr. (Christina og Mark) 9.30 Pilates (AK) 10.00 Coaching	Åbencafé kl. 7-9 Gratis morgenmad 9.00 Køkken 9.00 Multigr. (Mark og Jimmy) 10.00 Litteraturgr.	Åbencafé kl. 7-9 Gratis morgenmad 9.00 Køkken Kl. 9.00 Udeliv (Jimmy) 11.00 Badminton i juniorhallen (frivillig akt./pt. pause)	Åbencafé kl. 7-9 Gratis morgenmad 9.00 Køkken 9.00 Multigr. (Mark og Jimmy) 10.00 Formidlings tr.gr. Kl. 9.30 Kreativ aktivitet (frivillig akt.)	Åbencafé kl. 7-9 Gratis morgenmad 9.00 Køkken Multigr. (Jimmy) 9.30 – 14.30 ca. Udflugt "Fredagstur"
Frokost – varm mad eller salatbar	11.30-12.00 12.00 er der fælles oprydning	11.30-12.00 12.00 er der fælles oprydning	11.30-12.00 12.00 er der fælles oprydning	11.30-12.00 12.00 er der fælles oprydning	11.30-12.00 12.00 er der fælles oprydning
Eftermiddag	13.00 Værested m. IT-hjælp (AK) 16.00 Udvid.bostøtte tr.gr. 17.30 Socialt liv tr.gr.	13.00 Værested (Jimmy) Husmøde 1. tirsdag i hver mdr. 13.00 Løbe-/gå gr. (Mark) 13.00 Velkomstgr. tr.gr. 13.00 Selvførelse tr.gr. DC åbent til kl. 15	13.00 Værested m. madplan (Inger og Jimmy) 13.00 Udeliv 13.00 Recovery tr.gr. 14.30 Musik (mark)	13.00 Værested m. kreativ (Inger og Tina) 13.00 Fitness (Mark) 13.00 Socialt liv tr.gr. DC åbent til kl. 15	13.00 Værested Kage kl. 14 DC åbent til kl. 15
Aften	Aftensmad kl. 18.00 DC åbent til kl. 20	Tirsdagscafé kl. 15 tr.gr. NADA kl.15 tr.gr. Sundhedsgr. Kl. 16 tr.gr. Sind ungdom kl. 19	Aftensmad kl. 18.00 DC åbent til kl. 20		

Blå = gratis aktiviteter uden visitation + åbent værested for alle i hele dagcentrets åbningstid. Middagsmad: 15 kr. for salat og 30 kr. for varm mad. Aftensmad: 25 kr.

Grøn = Træningsgrupper, der afregnes i ATA-tid eller ved §104 visitation. Nye træningsgrupper, der starter op i 2016 er: Hverdagsliv, Coaching og Kommunikation/formidling

Sort = Dagcenter §104 tilbud – Mulighed for at deltage i alle aktiviteter uanset farve.