Vålerengahjemmet aktiviteter uke 47

16. november - 22. november

Mandag
16. november

- **Kl. 11:30** Gitarstund med Karoline på post 3, gruppe D 🎸
- **Kl. 13:00** Erindringsgruppe med Camilla for post 3 på Erindringsstua 🧩
- **Kl. 13:30** Balansegruppe med Ørjan på treningsrommet 🤸

Tirsdag
17. november

- **Kl. 11:00** Trim med Ørjan på Galgeberg (3. etg.) 🏃
- **Kl. 11:30** Trim med Ørjan i 2. etasje (Jordal) 💪
- **Kl. 11:30** Nyhetsgruppe med Lise og Hanne i Aktivitetsrommet 🗣️
- **Kl. 13:30** "Syng med oss!" i kafeen. Åretrekning, kaffe og kaker 🎤
- **Kl. 17:00** Kulturklubb med frivillig Anne og Svanhild på Jordal (2. etg.) 🎭

Onsdag
18. november

- **Kl. 11:00** Skosalg i lobbyen v/ Stop Shop sko 🛍️
- **Kl. 11:00** Individuelle musikkstunder på beboerrom med Karoline 🎵
- **Kl. 13:30** Andakt i kapellet med Jarl og Karoline ⛪
- **Kl. 14:30** Herreklubb med Ørjan, Helge og Anders i Aktivitetsstua 🏃

Torsdag
19. november

- **Kl. 09:30** Kaféfrokost ☕
- **Kl. 11:00** Balansegruppe med Turid i 3. etasje 🧘
- **Kl. 11:00** Gitarstund med Karoline i 1. etasje (Etterstad) 🎸
- **Kl. 13:30** Pianostund med Karoline i 3. etasje 🎹
- **Kl. 14:00** Pianostund med Karoline i 2. etasje (Jordal) 🎹

Fredag
20. november

- **Kl. 11:00** Turgruppe med Ørjan 🥾
- **Kl. 13:30** Ukeslutt i kafeen: Musikk & bevegelse! - med Ørjan og Karoline 🎵

Lørdag
21. november

- **Kl. 10:00** Aktiviteter på alle avdelinger med ungdommer fra Generasjon M 🎉

Ha en fin uke!