

Aktivitetsprogram - Seniorhuset – Mars

Mandag 2.mars	Tirsdag 3.mars	Onsdag 4.mars	Torsdag 5.mars	Fredag 6.mars
			Kl 10.00 Egg og bacon frokost Pris kr 75	
Kl 12.00 «Skravl og trall» med sosionomstudentene	Kl 12.00 Lunsj i 1.etasje Pris kr 75	Kl 12.00 «Kaffe og prat» med sosionomstudentene	Kl 12.00 Lesegruppe	Kl 12.00 Lunsj i 1.etasje Pris kr 100
	Kl 13.00 - 14.00 Balansetrening Gratis			
			Kl 14.00 - 14.45 Styrketrening Gratis	
	Kl 17.00-19.00 Ungdom fra «Generasjon M» Pris kr 75			

Mandag 9.mars	Tirsdag 10.mars	Onsdag 11.mars	Torsdag 12.mars	Fredag 13.mars
	Kl 11.00 Besøk av Rønningen folkehøyskole		Kl 10.00 Egg og bacon frokost Pris kr 75	
Kl 12.00 «Skravl og trall» med sosionomstudentene	Kl 12.00 Lunsj i 1.etasje Pris kr 75	Kl 12.00 «Rett og vrang» Sosial sammenkomst i 2.etasje	Kl 12.00 Lesegruppe	Kl 12.00 Lunsj i 1.etasje Pris kr 100
	Kl 13.00 - 14.00 Balansetrening Gratis			
			Kl 14.00 - 14.45 Styrketrening Gratis	
	Kl 17.00-19.00 Ungdom fra «Generasjon M» Pris kr 75			

Mandag 16.mars	Tirsdag 17.mars	Onsdag 18.mars	Torsdag 19.mars	Fredag 20.mars
			Kl 10.00 Egg og bacon frokost Pris kr 75	
Kl 12.00 «Skravl og trall» med sosionomstudentene	Kl 12.00 Lunsj i 1.etasje Pris kr 75	Kl 12.00 «Kaffe og prat» med sosionomstudentene	Kl 12.00 Lesegruppe	Kl 12.00 Lunsj i 1.etasje Pris kr 100
	Kl 13.00 – 14.00 Balansetrening Gratis			
			Kl 14.00 – 14.45 Styrketrening Gratis	
	Kl 17.00-19.00 Ungdom fra «Generasjon M» Pris kr 75			

Mandag 23.mars	Tirsdag 24.mars	Onsdag 25.mars	Torsdag 26.mars	Fredag 27.mars
	Besøke Rønningen folkehøyskole Avreise kl 10.15 Påmelding		Kl 10.00 Egg og bacon frokost Pris kr 75	
Kl 12.00 «Skravl og trall» med sosionomstudentene		Kl 12.00 «Rett og vrang» Sosial sammenkomst i 2.etasje	Kl 12.00 Lesegruppe	Kl 12.00 Lunsj i 1.etasje Pris kr 100
			Kl 14.00 – 14.45 Styrketrening Gratis	
	Kl 17.00-19.00 Ungdom fra «Generasjon M» Pris kr 75			

Endringer kan forekomme. Ønsker du å lese mer om Seniorhuset, sjekk ut nettsiden:

<https://www.oslo.kommune.no/pastor-fangens-vei-22> **og facebookside**n vår [https://www.facebook.com/Seniorhus-](https://www.facebook.com/Seniorhus-Pastor-Fangens-vei-22-1342277935883269/?ref=bookmarks)

[Pastor-Fangens-vei-22-1342277935883269/?ref=bookmarks](https://www.facebook.com/Seniorhus-Pastor-Fangens-vei-22-1342277935883269/?ref=bookmarks) **Eller ring oss på 901 96 310**