

# AKTIVITET OKTOBER 2024

<b><u>Uge 40</u></b> <b>Tirsdag d. 1.</b>	9.30 – 12.00 Cykling: 2., 3. og 6. sal 14.00 – 15.00 Menu møde 18.45 – 20.00 Podcast: Opdagelsesrejsende
<b>Onsdag d. 2.</b>	<b>14.00 – 15.30 Foredrag: Livet på Refnæs/ Rita og Helle i Mødestedet</b> 16.00 – 17.00 Balancetræning i gym. 19.00 – 20.30 Afspændingscafé i gym.
<b>Torsdag d. 3.</b>	<b>12.00 – 15.00 Efterårsfest for tilmeldte i caféen</b>
<b>Fredag den 4.</b>	<b>Vaccination: Influenza og Covid</b> 13.30 – 15.00 Film: Rejseholdet i Mødestedet 14.00 – 15.30 Aktivitet på 5. sal: Danmark rundt/ Sønderjylland 19.00 – 20.30 Musik, kaffe og hygge 3. sal
<b><u>Uge 41</u></b> <b>Mandag d. 7.</b>	10.00 – 10.45 Gymnastik i gym. 14.00 – 15.30 Afdelingsmøde i egen afdeling på 2., 4. og 6. sal
<b>Tirsdag d. 8.</b>	14.00 – 15.00 Klassisk i Mødestedet 18.45 – 20.00 Podcast: Opdagelsesrejsende
<b>Onsdag d. 9.</b>	Metrotur formiddag og eftermiddag <b>14.00 – 15.00 Fællessang med kirken pårørende er velkommen</b> 16.00 – 17.00 Balancetræning i gym. 19.00 – 20.30 Afspændingscafé i gym.
<b>Torsdag d. 10.</b>	10.00 – 10.45 Gymnastik i gym. 14.00 – 15.30 Håndarbejde 16.00 – 17.30 Mandegruppe
<b>Fredag d. 11.</b>	9.30 – 12.00 Cykling: 2., 3. og 6. sal <b>14.00 – 15.30 Musik: Benjamin Aggerbæk i Mødestedet</b>
<b><u>Uge 42</u></b> <b>Mandag d. 14.</b>	10.00 – 10.45 Gymnastik i gym. <b>14.00 – 15.30 Foredrag: Charles Bonnet/ Helle i Mødestedet</b>
<b>Tirsdag d. 15.</b>	9.30 – 12.00 Cykling: 3. og 6. sal 14.00 – 15.30 Klassisk i mødestedet 18.45 – 20.00 Podcast: Om smerter fra Videnskab.dk
<b>Onsdag d. 16.</b>	Metrotur formiddag og eftermiddag <b>14.00 – 15.30 Instrulog viser elektroniske hjælpemidler</b>
<b>Torsdag d. 17.</b>	10.00 – 10.45 Gymnastik i gym. 14.00 – 15.30 Film: Rejseholdet i Mødestedet 16.00 – 17.30 Mandegruppe
<b>Fredag d. 18.</b>	9.30 – 12.00 Cykling: 2., 3. og 6. sal <b>14.00 – 15.30 Musik: Hardy Macko spiller og synger i Mødestedet</b>
<b><u>Uge 43</u></b> <b>Mandag d. 21.</b>	10.00 – 10.45 Gymnastik i gym. 14.00 – 15.30 Afdelingsmøde i egen afdeling på 2., 4. og 6. sal
<b>Tirsdag d. 22.</b>	9.30 – 12.00 Cykling: 3. og 6. sal 14.00 – 15.00 Klassisk i Mødestedet 18.45 – 20.00 Podcast fra Videnskab.dk om smerte

# AKTIVITET OKTOBER 2024

<b>Onsdag d. 23.</b>	<b>14.00 – 15.30 Gudstjeneste med Frank Christiansen pårørende er velkommen</b> 16.00 – 17.00 Balancetræning i gym. 19.00 – 20.30 Afspændingscafé i gym.
<b>Torsdag d. 24.</b>	10.00 – 10.45 Gymnastik i gym. 14.00 – 15.30 Film: Rejseholdet 16.00 – 17.30 Mandegruppe
<b>Fredag d. 25.</b>	9.30 – 12.00 Cykling: 2. og 3. sal <b>14.00 – 15.30 Foredrag: Laila fortæller om sin Pilgrimsrejse i DK</b>
<b><u>Uge 44</u></b> <b>Mandag d. 28.</b>	<b>10.00 – 12.00 Urene stilles til vintertid i Caféen</b> 10.00 – 10.45 Gymnastik i gym. 14.00 – 15.30 Aktivitet i egen afdeling på 2., 4. og 6. sal
<b>Tirsdag d. 29.</b>	9.30 – 12.00 Cykling: 2., 3. og 6. sal <b>14.30 – 17.00 Musikforedrag: Anne-Marie Max Hansen i Caféen/DBS</b> 18.45 – 20.00 Podcast fra Videnskab.dk om smerter
<b>Onsdag d. 30.</b>	<b>13.30 – 15.00 Valg til beboerrådet i caféen for alle beboere</b> 16.00 – 17.00 Balancetræning i gym. 19.00 – 20.30 Afspændingscafé i gym.
<b>Torsdag d. 31.</b>	10.00 – 10.45 Gymnastik i gym. 14.00 – 15.30 Gennemgang af husavis m.m. 16.00 – 17.30 Mandegruppe

Aktiviteter skrevet med **fed skrift** er en aktivitet med besøg udefra fx præsten eller en foredragsholder, en større aktivitet eller en helligdag. Aktiviteter med *kursiv* og i parentes er for en gruppe af beboere og altså ikke for alle