

# Aktivitetsplan for AC December 2025

|               |                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Uge 49</b> |                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Mandag 1.     | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 12.00 Vævning/strik<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Højtlesning “Grantræet af H.C Andersen)                                                                         |  |
| Tirsdag 2.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 11.00 evt gåtur/strik<br>11.00 – 12.00 Stolegymnastik i AC<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Krydsord                                                                                                |  |
| Onsdag 3.     | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.20 – 11.00 Træning på maskiner<br>11.30 – 12.00 Stolegymnastik i AC<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Jule quizz                                                                                          |  |
| Torsdag 4.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 12.00 Vævning<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Billedbladets krydsord                                                                                                |  |
| Fredag 5.     | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 11.00 Kognitiv træning m. bold<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Banko                                                                                                |  |
| <b>Uge 50</b> |                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Mandag 8.     | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 12.00 Vævning<br>10.30 – 11.30 Teaterforestilling i Mødestedet<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Julehygge m. æbleskiver                                                                             |  |
| Tirsdag 9.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 11.00 evt gåtur<br>11.00 – 12.00 Stolegymnastik i AC<br><b>12.00 – 15.00 Julefrokost i Caféen</b>                                                                                                            |  |
| Onsdag 10.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.20 – 11.00 Træning på maskiner<br>11.30 – 12.00 Stolegymnastik i AC<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Højtlesning ”snemanden” af H. C Andersen<br>14.00 – 15.00 Fællessang med kirken i Mødestedet 1. sal |  |
|               |                                                                                                                                                                                                                                                 |  |

# Aktivitetsplan for AC December 2025

|               |                                                                                                                                                                                            |  |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Torsdag 11.   | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 12.00 Vævning/gåtur<br>10.00 – 14.00 Lakridssalg v. Ann<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Billedbladets krydsord |  |
| Fredag 12.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 11.00 Kognitiv træning m. bold<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Banko                                           |  |
| <b>Uge 51</b> |                                                                                                                                                                                            |  |
| Mandag 15.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 12.00 Vævning<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Højtlesning om juletraditioner ved Britt.                        |  |
| Tirsdag 16.   | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 11.00 evt gåtur<br>11.00 – 12.00 Stolegymnastik i AC<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Krydsord                                                 |  |
| Onsdag 17.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.20 – 11.00 Træning på maskiner<br>11.30 – 12.00 Stolegymnastik i AC<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Peters Jul og æbleskiver                       |  |
| Torsdag 18.   | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 11.00 Vævning<br>11.00 – 12.00 Dække bord til julefrokost<br>12.00 – 14.30 <b>Julefrokost i AC</b>                                                      |  |
| Fredag 19.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 11.00 Kognitiv træning m. bold<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Banko                                           |  |
| <b>Uge 52</b> |                                                                                                                                                                                            |  |
| Mandag 22.    | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00– 12.00 Vævning<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Jule quizz                                                        |  |
|               |                                                                                                                                                                                            |  |

# Aktivitetsplan for AC December 2025

|              |                                                                                                                                                                                                                               |  |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Tirsdag 23.  | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 11.00 evt. gåtur<br>11.00 – 12.00 Stolegymnastik i AC<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Krydsord fra billedbladet (ugen før)<br>14.00 – 15.00 Julegudstjeneste i Mødestedet 1. sal |  |
| Onsdag 24.   | <b>Juleaftensdag LUKKET</b>                                                                                                                                                                                                   |  |
| Torsdag 25.  | <b>Juledag LUKKET</b>                                                                                                                                                                                                         |  |
| Fredag 26.   | <b>2. juledag LUKKET</b>                                                                                                                                                                                                      |  |
| <b>Uge 1</b> |                                                                                                                                                                                                                               |  |
| Mandag 29.   | 9.15 – 9.45 Morgenkaffe<br>10.00 – 12.00 Vævning<br>11.00 – 12.00 Træning i gym<br>12.00 – 13.00 Frokost<br>13.00 – 14.30 Quizz “året der gik”                                                                                |  |
| Tirsdag 30.  | <b>LUKKET</b>                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Onsdag 31.   | <b>Nytårsaftensdag LUKKET</b>                                                                                                                                                                                                 |  |