

freskuke

HELSE • TRIVSEL • SAMHOLD

På Dagtilbudet for personer med funksjonshemming tilbyr vi freskuke for brukere og ansatte.

MANDAG	Vi starter dagen med små humoristiske gullkorn	Vi GÅR ut og kjøper en stor og deilig fruktkurv som varer hele uken
TIRSDAG	"Bevegelse fra hjertet"- Vi bruker kropp og fantasi i bevegelser sammen med brukerne.	Vi spiser minst en Xocai-sjokolade hver! Sosial samling og Yoga-kurs - ansatte
ONSDAG	Vi GÅR på epleslang i hagen til Marit og baker kake for å sjekke om forbuden frukt smaker best!	Kl 12-15: Åpen dag på Dagtilbudet med gode muligheter for å vekke sansene!!
TORSDAG	"Bevegelse fra hjertet" sammen med brukerne. Vi spiser deilig fersk høstsuppe med hjemmebakket brød til lunsj	Mental rengjøring for ansatte (Qi-Gong , SOAL og andre skumle ting!)
FREDAG	Høsttur med pølsegrilling i skogen med brukere og ansatte	Vi LØPER hjem for å kose oss med et glass - og skåler for en helsebringende freskuke!!!

Å nyte livet er viktig og helsebringende. Vårt motto på Dagtilbudet er: "Det gjelder å gripe en hver anledning til å ha det bra!" Vi ønsker en god fresk uke til dere alle!

Hilsen fra oss på Dagtilbudet