

## AKTIVITETSKALENDER

Fre	1	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fælles gymnastik i Regnbuen</b> Gåtur Fredags cafe på 2.sal
Lør	2		
Søn	3	<b>Kl. 14.30</b>	<b>Gudstjeneste Metodistkirken</b>
Man	4	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness</b> Avislæsning i Loungen/ Strikkeklub på 4 sal Gåtur Individuelle aktiviteter
Tir	5	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Avislæsning i Lounge/Individuelle aktiviteter</b> Gåtur Beboer og kostrådsmøde på 1 sal Individuelle aktiviteter
Ons	6	Kl. 10.30 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness</b> Fælles sang i Regnbuen Gåtur Individuelle aktiviteter
Tor	7	Kl. 10.30  Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	<b>Træning i fitness – cykelhold</b> Avislæsning i Loungen/Individuelle aktiviteter Gåtur Individuelle aktiviteter <b>Aftencafe</b>
Fre	8	Kl. 11.00 Kl. 14.00	<b>Fælles gymnastik i Regnbuen</b> <b>Gåtur</b>
Lør	9		
Søn	10	<b>Kl. 14.00</b>	<b>Højtlesning i Loungen</b>



## AKTIVITETSKALENDER

Man	11	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.00	<b>Træning i fitness</b> Wellness i Regnbuen Gåtur Kortklub
Tir	12	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Strikkeklub på 4 sal/Individuelle aktiviteter</b> Gåtur Individuelle aktiviteter
Ons	13	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness</b> Avislæsning i Loungen/Individuelle aktiviteter Gåtur Beboer og kostrådsmøde på 2 sal Individuelle aktiviteter
Tor	14	kl. 10.30 kl. 11.00 kl. 14.00 Kl. 14.30 <b>Kl. 18.00</b>	<b>Træning i fitness – cykelhold</b> Banko i Regnbuen Gåtur Individuelle aktiviteter <b>Aftencafe</b>
Fre	15	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b> Gåtur Fredags cafe på 1. sal
Lør	16		
Søn	17	<b>Kl. 14.30</b>	<b>Gudstjeneste Folkekirken</b>





## AKTIVITETSKALENDER

Man	18	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness</b> Wellness i Lounge Gåtur Individuelle aktiviteter
Tir	19	Kl. 10.30 Kl. 14.00	<b>Heldagstur til Rødovrecentret (betaling for transport og frokost)</b> Gåtur
Ons	20	Kl. 10.00 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness</b> Formiddags koncert i spisestuen V. Seniororkestret Gåtur Beboer og kostrådsmøde på 3. sal
Tor	21	Kl. 10.30 Kl. 9.30 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30 <b>Kl. 18.00</b>	<b>Træning i fitness – cykelhold</b> Frisørtid Individuelle aktiviteter Gåtur Individuelle aktiviteter <b>Aftencafe</b>
Fre	22	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fælles gymnastik i Regnbuen</b> Gåtur Fredags cafe på 2. sal
Lør	23		
Søn	24		



## AKTIVITETSKALENDER

Man	25	Kl. 10.30	<b>Træning i fitness</b> Klippeklister i Loungen
		Kl. 14.00	Gåtur
		Kl. 14.00	Kortklub
Tir	26	Kl. 10.30	<b>Klippe klister i Loungen</b>
		Kl. 14.00	Gåtur
		Kl. 14.30	Individuelle aktiviteter
Ons	27	Kl. 10.00	<b>Træning i fitness</b>
		Kl. 10.30	Tøjsalg foregår i Regnbuen
		Kl. 14.00	Gåtur
		Kl. 14.30	Beboer og kostråds møde på 4 sal
			Individuelle aktiviteter
Tor	28	Kl. 10.30	<b>Træning i fitness – cykelhold</b>
			Avislæsning i Loungen/Individuelle aktiviteter
		Kl. 14.00	Gåtur
		Kl. 14.30	Individuelle aktiviteter
		<b>Kl. 18.00</b>	<b>Aftencafe</b>
Fre	29	Kl. 11.00	<b>Fælles Gymnastik i Regnbuen</b>
		Kl. 14.00	Gåtur
Lør	30		

### Kommende arrangementer i december:

**2. december kl. 13.30 vi synger julen ind med Lene Siel**

**Benedikte bager æbleskiver (Pårørende er velkommen til dette arrangement)**

**9. december kl. 18.45 Luciaoptog i spisestuen**

**10. december kl. 19.00 Ambitus kor holder koncert i Regnbuen**

**12. december kl. 12.00 Beboer julefrokost i spisestuen med sang og musik**

