

Omaishoitaja ja hoidettava yhdessä -loma

10.9.2017 sunnuntai

13.00 -14.00 Aloitustilaisuus ja talon esittely

14.00–15.00 Lounas ja kahvi

15.00–16.00 Tutustumista ja yhteiset tavoitteet

16.00 – 18.00 Yhteisöilta: pelejä, musiikkia, kädentaitoa tms.

18.15 Iltapala

11.9.2017 maanantai

8.00 – 9.30 Aamiainen

10.00 – 11.00 Asiantuntijaluento: omaishoitajille ja hoidettaville omaa ohjelmaa esim. voimavarat arjessa

11.30–12.30 Lounas

13.00–14.00 Luentokeskustelu esim. elämisen taidot

14.00–14.30 Välipala

14.30 – 15.30 Liikuntaa esim. uintia

16.30 – 17.30 Päivällinen

18.00 – 19.00 Yhteisöilta: pelejä, musiikkia, kädentaitoa tms.

19.15 - 20.30 Iltainti omatoimisille

19.30 iltapala

12.9.2017 tiistai

8.00 – 9.30 Aamiainen

10.00 – 11.00 Asiantuntijaluento: omaishoitajille ja omaishoidettaville omaa ohjelmaa esim tietoa terveellisistä elämäntavoista

11.30–12.30 Lounas

13.00–14.00 Luentokeskustelu esim. yhteiskunnan tukimuodot

14.00 – 14.30 Välipala

14.30–15.30 Liikunta esim kuntosali

16.30 – 17.30 Päivällinen

18.00 – 19.00 Yhteisöilta: pelejä, musiikkia, kädentaitoa tms.

19.30 iltapala

13.9.2017 keskiviikko

7. 15 – 8.15 Aamu-uinti omatoimisille

8.00 – 9.30 Aamiainen

10.00 – 11.00 Liikuntaa esim. rentoutus

11.30–12.30 Lounas

13.00–14.00 Asiakasraati

14.00–14.30 Välipala

14.30–15.30 Asiantuntijaluento: omaishoitajille ja omaishoidettaville omaa ohjelmaa esim. tietoa terveydestä

16.30 – 17.30 Päivällinen

18.00 – 19.00 Yhteisöilta: pelejä, musiikkia, kädentaitoa tms.

19.30 iltapala



14.9.2017 torstai

8.00 – 9.30 aamiainen

10.00 – 11.00 Asiantuntijaluento yhteinen esim ihmissuhteet

11.30–12.30 Lounas

13.00 – 14.00 Luentokeskustelu esim. vuorovaikutus ja ihmissuhteet

13.45–15.00 Välipala

16.30 – 17.30 Päivällinen

18.00 – 19.00 Yhteisöilta: pelejä, musiikkia, kädentaitoa tms.

19.15 – 20.30 iltainti omatoimisille

19.30 iltapala

15.9.2016 perjantai

8.00 – 9.30 aamiainen

11.30–12.30 Lounas

13.00–14.00 päätöstilaisuus ja hyvästit

14.00 - 15.00 Välipala ja hyvää kotimatkaa

