

# Katajakoti

## Vapari vko 46/2023

### Nimipäivä

### Maanantai 13.11

Kristian

- 8.00 Aamuvirkkujen aamulenkki  
10.00 Rupattelukerho Marja-Liisa  
11.00 Bingo  
13.00 Kuntosali yläraajat  
Ulkoilua

Yläkerran aula  
Yläkerran aula

### Tiistai 14.11

Iiris

- 8.00 Yksilö aktiviteetti  
10.00 Lukupiiri Kaarina Randel  
10.30 Vedetään vauhdikkaasti  
11.00 Vyörypalloa  
13.00 Laulu suunnistusta  
Ulkoilua

Puolukka  
Puolukka  
Puolukka  
Ulkona

### Keskiviikko 15.11

Janina, Janika

- 8.00 Tasapainoharjoittelua  
10.00 Kuntosali keskivartalo ja tasapaino  
11.00 Bingo  
13.00 Aika arvuuttelua  
Ulkoilua

Osastoilla  
Kielo  
Sinivuokko

### Torstai 16.11

Aarne, Aaro

- 8.00 Yksilöaktiviteetti  
10.00 Tv tuolijumppa  
10.30 Tv visailu  
13.00 Lasilyhty askartelua  
Ulkoilua

Mustikka  
Mustikka  
Kielo

### Perjantai 17.11

Eino, Einari

- 8.00 Lehtikatsaus  
10.00 Kuntosali alaraajat  
11.00 Korttirinki  
13.00 Bingo  
Ulkoilua

Sinivuokko