

# Lamminniemi

Vapari vko 30/2023

## Nimipäivä

Tiina, Kirsi, Kirsti

### Maanantai 24.7

8.45 Kuntosali: yläraaja  
10.00 Bingo  
12.00 Tarinatuokio Marja-Liisan johdolla  
14.00 Ulkoilua

Metson ruokasali  
Kuikka

### Tiistai 25.7

9.15 Lehtien lukua ja virikeryhmä  
10.30 Lukupiiri Kaarinan johdolla  
12.00 Yksilöaktiiviteetti  
13.00 Peliralli  
Ulkoilua

Ulla, Ulpu

Metso  
Metso  
Metso ja Teeri  
Juhlasali

### Keskiviikko 26.7

8.45 Kuntosali: Keskivartalo ja tasapaino  
10.00 Hannu, Ritva ja Riitta esiintyy  
12.30 Bingo  
13.30 Rytmijumppa  
Ulkoilua

Unto, Untamo

Juhlasali  
Juhlasali  
Juhlasali

### Torstai 27.7

## Unikeonpäivä

8.30 Lehtien lukua  
9.15 Visailua ja tuolijumppa  
10.00 Yksilöaktiiviteetti  
12.30 Ulkopelejä ja jäätelöä

Heidi

Teeri  
Metso  
Kuikka ja Metso  
Ulkona, lähtö pääovelta

### Perjantai 28.7

8.45 Kuntosali: alaraaja  
10.00 Koko talon yhteinen karaoke  
12.30 Bingo  
13.30 Tuolijumppa

Atso

Juhlasali  
Juhlasali  
Juhlasali