

PROGRAM

Rekreasjon i vinterlys 13. – 17. februar 2023

Mandag

Ankomst fra kl. 17.00

- kl. 1830- Velkomstssamling m/te og kaffe på gjestekjøkkenet
- kl. 2000-2010 Kveldsbønn i kapellet
- kl. 2000-2100 Kveldsmat i spisesalen
- kl. 2100-2200 Badeanlegg/gymsal åpent

Tirsdag til torsdag

- kl. 0800-0810 Morgenbønn i kapellet
- kl. 0800-0900 Frokost i spisesalen
- kl. 0900-0920 «Møt dagen»-fokus på bevegelse, pust og oppmerksomt nærvær
- kl. 0930-1200 Egentid, refleksjon og mulighet for individuelle samtaler
- kl. 1200-1230 Lunsj i spisesalen
- kl. 1300-1500 Egentid, refleksjon og mulighet for individuelle samtaler. Badeanlegg åpent.
- kl. 1500-1600 Undervisning tirsdag og torsdag på gjestekjøkkenet. Onsdag refleksjonsvandring ute.
- kl. 1600-1630 Middag i spisesalen
- kl. 1830- Felles samling inne eller ute (ikke onsdag kveld)
- kl. 2000-2010 Kveldsbønn i kapellet
- kl. 2000-2100 Kveldsmat i spisesalen
- kl. 2100-2200 Badeanlegg/gymsal åpent

Fredag

- Kl. 0800-0900 Frokost i spisesalen
- Kl. 0900-0920 Gudstjeneste i kapellet
- Kl. 0930-0950 «Møt dagen»-fokus på bevegelse, pust og oppmerksomt nærvær.
- Kl. 1000-1130 Avslutningssamling og kaffe. Først ute så på gjestekjøkkenet
- Kl. 1130 Sjekke ut av rom
- Kl. 1200 Lunsj på Elvetunet
- Kl. ca 1230 Avreise – vel hjem

Måltidene er i spisesalen på Elvetunet.

Alle aktiviteter er ment som et tilbud til deg. Du velger selv om du vil benytte deg av dem.

Med forbehold om endringer.