








Program for oktober 2017

Kontaktinformasjon: Hukommelses- og demenskonsulent Anne Lise Oulie:
23 47 61 97/ 99 20 48 07 /anne.lise.oulie@bva.oslo.kommune.no
Frivilligkoordinator Elisabeth Johnsen:
23 47 60 74/ 48 04 10 03 /elisabeth.johnsen@bva.oslo.kommune.no
Adresse: Pilotveien 6
Nettside: www.pilotenarena.no

Mandager i oktober måned holder vi stengt.



Dag og tid	Aktivitet		Beskrivelse
Mandag 2.oktober	STENGT		
Tirsdag 3.oktober 10.00-14.00	Lunsj Bingo med premier		Vi lager og spiser felles lunsj. Mulighet til å spille bingo med premier eller andre spill. Dagspris: 50,-(Kontantbetaling, du kan også kjøpe klippekort).
Onsdag 4.oktober 10.00-14.00	Flyt og styrketrening Jazzkonsert på Den Norske teateret		Vi treffes på Piloten Arena til vanlig tid. Vi tar kollektiv transport til Nasjonalteateret stasjon og drar på gratis jazzkonsert som arrangeres av Pensjonistforbundet på Det Norske teateret. Søren Bøgelunds Mirakelband holder konserten. Det blir anledning til å kjøpe mat og drikke på teateret. Ta med penger/kort til mat og kollektivtransport.
Torsdag 5.oktober 11.00-14.00	Turgruppe		Går kl 11.00 fra Piloten Arena. Turen tilpasses etter hvem som deltar. Kaffestopp underveis. Bekledning etter vær og føre. Ta selv med penger/kort til kaffe/tilbehør og kollektivtransport. Egenandel på 50,- hvis taxi benyttes.

Dag og tid	Aktivitet		Beskrivelse
Mandag 9.oktober	Stengt		
Tirsdag 10.oktober 10.00-14.00	Lunsj Bowling og andre spilleaktiviteter		Vi lager og spiser felles lunsj. Mulighet til å spille bowling eller andre spill. Dagspris: 50,-(Kontantbetaling, du kan også kjøpe klippekort).
Onsdag 11.oktober 10.00-14.00	Flyt og styrketrening Lunsj og vafler Piano ved Ragnhild Jørstad	 	Flyt og styrketrening kl 10.30. Du trenger ikke treningstøy, men ta med gode sko om du ønsker. Vi spiser og lager felles lunsj. Ragnhild Jørstad besøker oss hver måned. Ragnhild spiller piano og deler en musikalsk reise med oss. Dagspris: 50,-(Kontantbetaling, du kan også kjøpe klippekort)
Torsdag 12.oktober 11.00- 13/14.00	Turgruppe		Går kl 11.00 fra Piloten Arena. Turen tilpasses etter hvem som deltar. Kaffestopp underveis. Bekledning etter vær. Ta selv med penger/kort til kaffe/tilbehør og kollektivtransport. Egenandel 50,- hvis taxi.

Dag og tid	Aktivitet		Beskrivelse
Mandag 16.oktober	Stengt		
Tirsdag 17.oktober 10.00-14.00	Lunsj Kortfilm Anledning til tur i nærområdet		Vi lager og spiser felles lunsj på Piloten Arena. Vi ser en kortfilm eller filmsnutter på storskjerm. Anledning til en tur i nærområdet. Dagspris: 50,-(Kontantbetaling, du kan også kjøpe klippekort)
Onsdag 18.oktober 10.00-14.00	Flyt og styrketrening Lunsj og vafler		Flyt og styrketrening kl 11.00. Du trenger ikke treningstøy, men ta med gode sko om du ønsker. Vi lager og spiser felles lunsj. Dagspris: 50,-(Kontantbetaling, du kan også kjøpe klippekort).
Torsdag 19.oktober 11.00- 13/14.00	Turgruppe		Går kl 11.00 fra Piloten Arena. Turen tilpasses etter hvem som deltar. Kaffestopp underveis. Bekledning etter vær og føre. Ta selv med penger/kort til kaffe/tilbehør og kollektivtransport. Egenandel på 50,- hvis taxi benyttes.

Dag og tid	Aktivitet		Beskrivelse
Mandag 23.oktober	Stengt		
Tirsdag 24.oktober 10.00-14.00	Lunsj Løkplanting/tur i nærmiljøet		Vi lager og spiser felles lunsj på Piloten Arena. Du kan delta på løkplanting i hagen eller en tur i nærmiljøet. Dagspris: 50,-(Kontantbetaling, du kan også kjøpe klippekort).
Onsdag 25.oktober 10.00-14.00	Foredrag på Røa seniorsenter ved Iben Sandemose.		Vi drar på foredrag med Iben Sandermosen på Røa seniorsenter. Avgang kl 10.15 til fots fra Piloten Arena. Iben Sandemose er illustratør og barnebokforfatter, samt barnebarn av Axel Sandemose. Hun forteller blant annet om sin oppvekst. Foredraget anbefales! Pris 50,- for inngang og kaffe og kake ved Røa seniorsenter.
Torsdag 26.oktober 11.00- 13/14.00	Turgruppe		Går kl 11.00 fra Piloten Arena. Turen tilpasses etter hvem som deltar. Kaffestopp underveis. Bekledning etter vær og føre. Ta selv med penger/kort til kaffe/tilbehør og kollektivtransport. Egenandel på 50,- hvis taxi benyttes.

Dag og tid	Aktivitet		Beskrivelse
Mandag 30.oktober	Stengt		
Tirsdag 31.oktober	Lunsj Omvisning på Freiafabrikken på Rodeløkka		<p>Vi lager og spiser lunsj på Piloten Arena før vi drar på omvisning ved Freiafabrikken fra kl 12.30- 14.30 på Rodeløkka. Vi tar maxitaxi til og fra Piloten Arena, og avslutter litt senere denne dagen. Dagsprisen denne dagen blir 200,- per person. Dette inkluderer lunsj på Piloten Arena, inngang til Freialand, omviser og maxitaxi tur/retur. Pårørende er velkommen til å bli med.</p> <p><u>Påmeldingsfrist innen mandag den 30. oktober innen kl 15.00.</u></p>