

Velkommen til

Lemvig Dagcenter



Faste aktiviteter

Lemvig Dagcenter

Nygade 35

Telefon 96 631550 - Områdeleder og daglig leder af dagcenteret Birgitte Nielsen.

Telefon 96 631566 - Aktivitetsmedarbejdere
Lone Bækgaard
Lotte Nasser.
Malene Toft

Kørselskontoret tlf.: - **96631108 inden kl. 12.00 dagen før.**
Ved sygdom inden kl. 9.00 på dagen.

Åbningstider

Mandag	kl. 9.30 - 16.00
Tirsdag	kl. 9.30 - 15.30
Onsdag	kl. 9.30 - 13.00
Torsdag	kl. 9.30 - 16.00
Fredag	kl. 9.30 - 13.00
Lørdag	kl. 11.00 - 13.00
Søndag	kl. 11.00 - 13.00

Ved visitation til kørsel, spisning og lign. kan der rettes henv. til Lemvig dagcenter:

Lone Bækgaard: 96 63 1550

Information

- Lemvig Dagcenters tilbud henvender sig hovedsagelig til Lemvig områdets pensionister og efterlønsmodtagere.
- Ønsker du at starte med at komme i Dagcentret, kan en af ergoterapeuterne besøge dig.
- De faste aktiviteter fremgår af oversigten.
- Specielle arrangementer – se særskilt folder.

Husk at orientere dig om fristen for tilmelding. Ved nogle arrangementer skal man købe billet ved skranken i Dagcentret. Dette vil stå anført som "Billetsalg" ved arrangementet.

Ret til ændringer i programmet forbeholdes.

Taxa:

Du kan blive vistret til kørsel til dagcenter prisen er 54,00 kr. pr. dag.

Dette foregår via ergoterapeuten.

Vi gør opmærksom på, at det er en stor fordel, at have navn i overtøj og på hjælpemidler såsom rollator, stok mv. der medbringes i Dagcentret.

Ugens faste aktiviteter i Dagcentret

Mandag

- kl. 10.30 - 11.30 Gymnastik v/Lone
- kl. 13.00 - 14.00 Garnsalg.
- kl. 14.00 - 16.30 Træværksted.
- kl. 14.00 - 16.00 Specielle arrangementer, se Særskilt folder.

Tirsdag

- kl. 10.15 - 10.45 Gudstjeneste, altergang den Sidste tirsdag i måneden.
- kl. 14.00 - 15.30 Kaffe, hygge, spillegrupper.

- kl. 13.15 - 15.30 Strikkecafé i lige uger.
Røde kors nørkler ulige uger.

Onsdag

- kl. 10.30 - 11.30 Lungegymnastik v/Camilla
- kl. 10.15 - 11.15 Læsegruppe.

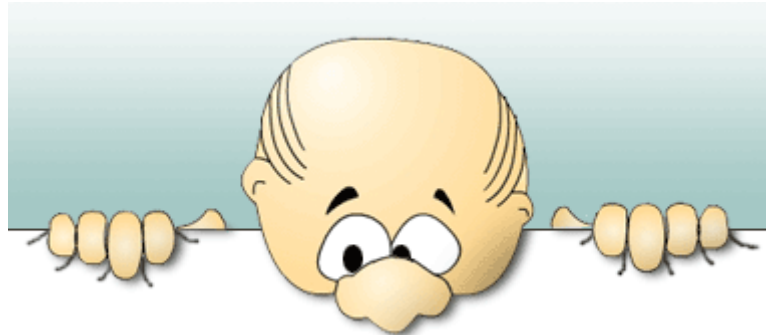
Torsdag

- kl. 10.00 - 11.00 Gymnastik v/Lotte
- kl. 11.00 - 11.30 Gulvøvelser v/Lotte
- kl. 13.00 - 14.00 Garnsalg.
- kl. 14.00 - 16.00 Forskellige aktiviteter (spil og lign).
- kl. 14.00 - 16.00 Køretur med Solbussen
i lige uger: pris 20 kr.

Fredag

- kl. 10.30 - 11.30 Gymnastik v/Kirsten.

Onsdag og fredag lukker Dagcentret kl. 13.00



**Dagcenteret åbner kl. 9.30 på hverdage,
hvor vi starter med formiddagskaffe.**

Middagsmad alle ugens dage kl. 11.45-13

Kaffe m/brød pris kr. 12,-. Kaffe u/brød 7,-



Beskrivelse af ugens faste aktiviteter i **Dagcentret**

Gymnastik:

Både siddende og stående motionsøvelser, hvor vi får pulsen op og alle led bevæget igennem.

Torsdag fra 11.00-11.30 mulighed for gulvøvelser.

Lungegymnastik:

Er et gymnastikhold for personer, der har en dårlig lungefunktion evt. har fået diagnosen kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL). På holdet har vi siddende øvelser, stående og gående øvelser samt åndedrætsøvelser.

Læsegruppe:

Der læses op, og snakkes om bogens indhold undervejs.

Træværkstedet:

Træting produceres.

Spillegrupper:

Forskellige spil, såsom kortspil, yatzy, rummikub.

Rickshaw-cykel:

Mulighed for at bestille en tur med vores rickshawcykel. (henvendelse Lotte eller Lone).

Strikkecafé:

Vi inspirerer hinanden til at komme i gang og hjælper hinanden med at finde ud af opskrifterne til børnetøj, sjaler, vanter, sokker, halstørklæder mv. - du kan købe garn her.



Middagsmad:

Kan spises i dagcentret efter aftale m/visitator.



Vi glæder os til at tage imod dig, i Lemvig dagcenter
Hilsen Lotte, Malene og Lone.

**HUSK også at få et program over vores
mandagsarrangementer.**