



Familieopphold

Frambu senter, 1. – 5. nov. 2021

RAMMEPROGRAM for FORELDRE

Mandag 1. november

09.00 – 11.30	Ankomst, innkvartering og innkomtsamtaler
11.30 – 12.30	Lunsj
12.30 – 13.45	Barn og foreldre blir kjent i barnehage og skole
14.00 – 15.00	Felles oppstart for foreldre
16.30	Mulighet for ulike aktiviteter eller en strekk
18.00	Middag
19.00	En rolig kveld i stua

Tirsdag 2. november

08.00 – 09.00	Frokost
09.00	Levere barn i barnehage/skole
09.30 – 10.00	En god start på dagen – tilbud om avspenning
10.15 – 11.45	Tema/aktivitet tilpasset den enkelte familie – individuelt eller i liten gruppe
11.45 – 12.15	Foreldrenes friminutt
12.15 – 13.00	Lunsj
13.15 – 14.30	Tema/aktivitet tilpasset den enkelte familie – individuelt eller i liten gruppe
14.30 – 15.00	Foreldrenes friminutt
16.30 – 18.00	Mulighet for ulike aktiviteter eller en strekk
18.00	Middag
19.00	Tilbud om ulike kveldsaktiviteter <i>Mammakveld</i>

Onsdag 3. november

08.00 – 09.00	Frokost
09.00	Levere barn i barnehage/skole
09.30 – 10.00	En god start på dagen – tilbud om avspenning
10.15 – 11.45	Tema/aktivitet tilpasset den enkelte familie – individuelt eller i liten gruppe
11.45 – 12.15	Foreldrenes friminutt
12.15 – 13.00	Lunsj
13.15 – 14.30	Tema/aktivitet tilpasset den enkelte familie – individuelt eller i liten gruppe
14.30 – 15.00	Foreldrenes friminutt
16.30 – 18.00	Mulighet for ulike aktiviteter eller en strekk
18.00	Middag
19.00	Tilbud om ulike kveldsaktiviteter <i>Pappakveld</i>

Torsdag 4. november

08.00 – 09.00	Frokost
09.00	Levere barn i barnehage/skole
09.30 – 10.00	En god start på dagen – tilbud om avspenning
10.15 – 11.45	Tema/aktivitet tilpasset den enkelte familie – individuelt eller i liten gruppe
11.45 – 12.15	Foreldrenes friminutt
12.15 – 13.00	Lunsj
13.15 – 14.30	Tema/aktivitet tilpasset den enkelte familie – individuelt eller i liten gruppe
14.30 – 15.00	Foreldrenes friminutt
16.30 – 18.00	Mulighet for ulike aktiviteter eller en strekk
18.00	Middag
19.00	Tilbud om ulike kveldsaktiviteter <i>Søskenkveld</i>

Fredag 5. november

08.30 – 09.00	Frokost
09.00	Levere barn i barnehage/skole (eget program)
09.30 – 11.00	Erfaringsutveksling i grupper – fokus på muligheter og gode løsninger
11.15 – 12.00	Felles avslutning for barn og voksne med minnefilm fra uka
12.00 – 13.00	Lunsj
13.30 – 14.30	Avreise

Medfølgende støttepersoner
og barn i barnehage- og skolealder har eget program.

Faglig koordinator: Monica Andresen
E-post: moa@frambu.no

Praktiske spørsmål om helgesamlingen kan rettes til
e-post: levenaa@frambu.no eller telefon: 64 85 60 00/ 94 00 98 28

Med forbehold om endringer (19.09.2021)