

Avara Oulun viikko-ohjelma

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
7.45-8.30	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala/	Aamupala
8.30-9.00	Aamulääkkeet	Aamulääkkeet	Aamulääkkeet	Aamulääkkeet	Aamulääkkeet	Aamulääkkeet	Aamulääkkeet
9.00-10.00	Yhteisökokous	Aamuryhmät	Aamuryhmät	Aamuryhmät	Aamuryhmät	Aamuryhmät	Aamuryhmät
11.00-12.00	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
14.00-14.15	Päivälääkkeet	Päivälääkkeet	Päivälääkkeet	Päivälääkkeet	Päivälääkkeet	Päivälääkkeet	Päivälääkkeet
14.15-14.45	Päiväkahvit/Välipala	Päiväkahvit/Välipala	Päiväkahvit/Välipala	Päiväkahvit/Välipala	Päiväkahvit/Välipala	Päiväkahvit/Välipala	Päiväkahvit/Välipala
14.45-15.45	Päiväryhmät	Päiväryhmät	Päiväryhmät	Päiväryhmät	Päiväryhmät	Päiväryhmät	Päiväryhmät
16.00-17.00	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
18.00-19.00	Iltaryhmät	Iltaryhmät	Iltaryhmät	Iltaryhmät	Iltaryhmät	Iltaryhmät	Iltaryhmät
19.30-20.00	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
20.00-20.30	Iltalääkkeet	Iltalääkkeet	Iltalääkkeet	Iltalääkkeet	Iltalääkkeet	Iltalääkkeet	Iltalääkkeet
19.00-22.00	Sauna	Sauna	Sauna	Sauna	Sauna	Sauna	Sauna

Lisäksi viikko-ohjelmaan sisältyy:

- Yksilökeskustelut 2 x viikko / asiakas (terveydenhoidolliset ja päihdeterapeuttiset) sekä sosionomin tapaamiset tarvittaessa
- Lääkärin vastaanotto vähintään kerran jakson aikana, lisäksi konsultaatiomahdollisuus päivittäin
- Mahdollisuus osallistua AA- ja NA-ryhmiin viikoittain
- Ostospäivät, uimahalli-/kuntosalikäynti sekä retkipäivä suunnitellaan viikkokohtaisesti, mille viikonpäivälle mikäkin järjestetään
- Vierailuajat viikonloppuisin sovitus, la 10-15 ja su 10-15 välisenä aikana