



	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Fm	Träningspass Digitalt 11-12	Kurs i ACT – att hantera stress och främja hälsa Frölundagatan 49 9.30-12.00	Återhämtning Frölundagatan 49 10-11.30	Tematräffar Arbete och studier i fokus Frölundagatan 49 10-11.30	Utomhusträning Aktiviteten, Frejagatan 1 (samling utanför huvudentrén) 10-11
Em		Promenad Frölundagatan 49 13-14	Utomhusträning Aktiviteten, Frejagatan 1 (samling utanför huvudentrén) 13-14	Lugn promenad Frölundagatan 49 13-13.30	Återhämtning Digitalt 13-14  ACTivera Mölndal 

Arbetsförberedande aktivitet
 Neon Resurscenter eller Torrekullagården.
 Dag och tid utifrån individuell planering