Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Kl 8.00 Medicin	Kl 8.00 Medicin	Kl 8.00 Medicin	Kl 8.00 Medicin	Kl 8.00 Medicin	Kl 8.00 Medicin	Kl 8.00 Medicin
Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost
Badrum	Badrum	Badrum	Badrum	Badrum	Badrum	Badrum
Kl 10.40 Cykla till jobbet	Kl 10.00 Boendestöd Tvätta och städa	Kl 10.40 Cykla till jobbet	Kl 10.00 Boendestöd Gör inköpslista samt handla	Kl 10.40 Cykla till jobbet		
Kl 15.30-16.00 Avkoppling	Kl 12.00 Värm mat och ät	Kl 15.30-16.00 Avkoppling	Kl 12.00 Värm mat och ät	Kl 15.30-16.00 Avkoppling		
Kl 16.00 Laga mat - Äta	Kl 13.00 Avkoppling	Kl 16.00 Laga mat - Äta	Kl 13.00 Avkoppling	Kl 16.00 Laga mat - Äta	Kl 16.00 Boendestöd Laga mat och göra matlådor - Äta	
Diska, torka av bord	Kl 16.30 Värm mat och ät	Diska, torka av bord	Kl 16.00 Laga mat - Äta	Diska, torka av bord		
Släng sopor	Kl 18.00 Träffa en kompis	Släng sopor	Diska, torka av bord	Släng sopor		Kl 17.00 Cykla till träningen - träna
Avkoppling		Avkoppling	Kl 18.00 Cykla till träningen - träna	Avkoppling		Duscha
Badrum / Duscha	Badrum / Duscha	Badrum / Duscha	Badrum / Duscha	Badrum / Duscha	Badrum / Duscha	Badrum
Kl 23.00 Sova	Kl 23.00 Sova	Kl 23.00 Sova	Kl 23.00 Sova	Kl 23.00 Sova	Kl 23.00 Sova	Kl 23.00 Sova