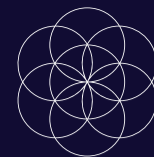


# #STRESSFRI HVERDAG FOR BØRN OG UNGE - 2019



Nordjylland

Januar	Februar	Marts	April	Maj	Juni
Ti 1 Nytårsdag	Fr 1	Fr 1	Ma 1 14	On 1	Lø 1
On 2	Lø 2	Lø 2	Ti 2	To 2	Sø 2
To 3	Sø 3	Sø 3	On 3	Fr 3	Ma 3 ● 23
Fr 4	Ma 4 ● 6	Ma 4 10	To 4	Lø 4	Ti 4
Lø 5	Ti 5	Ti 5	Fr 5 ●	Sø 5 ●	On 5
Sø 6 ●	On 6	On 6 ●	Lø 6	Ma 6 19	To 6
Ma 7 2	To 7	To 7	Sø 7	Ti 7	Fr 7
Ti 8	Fr 8	Fr 8	Ma 8 15	On 8	Lø 8
On 9	Lø 9	Lø 9	Ti 9	To 9	Sø 9 Pinsedag
To 10	Sø 10	Sø 10	On 10	Fr 10	Ma 10 ● 2. pinsedag 24
Fr 11	Ma 11 7	Ma 11 11	To 11	Lø 11	Ti 11
Lø 12	Ti 12 ●	Ti 12	Fr 12 ●	Sø 12 ●	On 12
Sø 13	On 13	On 13	Lø 13	Ma 13 20	To 13
Ma 14 ● 3	To 14	To 14 ●	Sø 14 Palmesøndag	Ti 14	Fr 14
Ti 15	Fr 15	Fr 15	Ma 15 16	On 15	Lø 15
On 16	Lø 16	Lø 16	Ti 16	To 16	Sø 16
To 17	Sø 17	Sø 17	On 17	Fr 17 Bededag	Ma 17 ○ 25
Fr 18	Ma 18 8	Ma 18 12	To 18 Skærtorsdag	Lø 18 ○	Ti 18
Lø 19	Ti 19 ○	Ti 19	Fr 19 ○ Langfredag	Sø 19	On 19
Sø 20	On 20	On 20	Lø 20	Ma 20 21	To 20
Ma 21 ○ 4	To 21	To 21 ○	Sø 21 Påskedag	Ti 21	Fr 21
Ti 22	Fr 22	Fr 22	Ma 22 2. påskedag 17	On 22	Lø 22
On 23	Lø 23	Lø 23	Ti 23	To 23	Sø 23
To 24	Sø 24	Sø 24	On 24	Fr 24	Ma 24 26
Fr 25	Ma 25 9	Ma 25 13	To 25	Lø 25	Ti 25 ●
Lø 26	Ti 26 ●	Ti 26	Fr 26	Sø 26 ●	On 26
Sø 27 ●	On 27	On 27	Lø 27 ●	Ma 27 22	To 27
Ma 28 5	To 28	To 28 ●	Sø 28	Ti 28	Fr 28
Ti 29		Fr 29	Ma 29 18	On 29	Lø 29
On 30		Lø 30	Ti 30	To 30 Kr. himmelfartsdag	Sø 30
To 31		Sø 31		Fr 31	
22 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	20 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	21 arbejdsdage ekskl. 5 lørdage	19 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	21 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	19 arbejdsdage ekskl. 5 lørdage

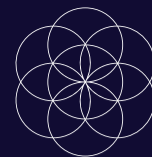
Juli	August	September	Oktober	November	December
Ma 1 27	To 1 ●	Sø 1	Ti 1	Fr 1	Sø 1 1
Ti 2 ●	Fr 2	Ma 2 36	On 2 MBSR-kursus - KI 16-18.30.	Lø 2	Ma 2 49
On 3	Lø 3	Ti 3	To 3	Sø 3	Ti 3
To 4	Sø 4	On 4 MBSR-kursus - KI 16-19.00.	Fr 4	Ma 4 ● 45	On 4 ●
Fr 5	Ma 5 32	To 5	Lø 5 ●	Ti 5	To 5
Lø 6	Ti 6	Fr 6 ●	Sø 6	On 6	Fr 6
Sø 7	On 7 ●	Lø 7	Ma 7 41	To 7	Lø 7
Ma 8 28	To 8	Sø 8	Ti 8	Fr 8	Sø 8
Ti 9 ●	Fr 9	Ma 9 37	On 9 MBSR-kursus - KI 16-18.30.	Lø 9	Ma 9 50
On 10	Lø 10	Ti 10	To 10	Sø 10	Ti 10
To 11	Sø 11	On 11 MBSR-kursus - KI 16-18.30.	Fr 11	Ma 11 46	On 11
Fr 12	Ma 12 33	To 12	Lø 12	Ti 12 ○ MBSR-kursus - KI 16-19.30	To 12 ○
Lø 13	Ti 13	Fr 13	Sø 13 ○	On 13	Fr 13
Sø 14	On 14	Lø 14 ○	Ma 14 42	To 14	Lø 14
Ma 15 29	To 15 ○	Sø 15	Ti 15	Fr 15	Sø 15
Ti 16 ○	Fr 16	Ma 16 38	On 16	Lø 16	Ma 16 51
On 17	Lø 17	Ti 17	To 17	Sø 17	Ti 17
To 18	Sø 18	On 18 MBSR-kursus - KI 16-18.30.	Fr 18	Ma 18 47	On 18
Fr 19	Ma 19 34	To 19	Lø 19	Ti 19 ●	To 19 ●
Lø 20	Ti 20	Fr 20	Sø 20	On 20	Fr 20
Sø 21	On 21	Lø 21	Ma 21 ● 43	To 21	Lø 21
Ma 22 30	To 22	Sø 22 ●	Ti 22	Fr 22	Sø 22
Ti 23	Fr 23 ●	Ma 23 39	On 23 Fordyelsesdag kl. 9.30-16	Lø 23	Ma 23 52
On 24	Lø 24	Ti 24	To 24	Sø 24	Ti 24
To 25 ●	Sø 25	On 25 MBSR-kursus - KI 16-18.30.	Fr 25	Ma 25 48	On 25 Juledag
Fr 26	Ma 26 35	To 26	Lø 26	Ti 26 ●	To 26 ● 2. juledag
Lø 27	Ti 27	Fr 27	Sø 27	On 27	Fr 27
Sø 28	On 28	Lø 28 ●	Ma 28 ● 44	To 28	Lø 28
Ma 29 31	To 29	Sø 29	Ti 29 MBSR-kursus - KI 16-18.30.	Fr 29	Sø 29
Ti 30	Fr 30 ●	Ma 30 40	On 30	Lø 30	Ma 30 1
On 31	Lø 31		To 31		Ti 31
23 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	22 arbejdsdage ekskl. 5 lørdage	21 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	23 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	21 arbejdsdage ekskl. 5 lørdage	20 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage

DANSK CENTER FOR MINDFULNESS



AARHUS  
UNIVERSITET

# #STRESSFRI HVERDAG FOR BØRN OG UNGE - 2020



Nordjylland

Januar	Februar	Marts	April	Maj	Juni
On 1 Nytårsdag	Lø 1	Sø 1	On 1 ●	Fr 1	Ma 1 2. pinsedag 23
To 2	Sø 2 ●	Ma 2 ● 10	To 2	Lø 2	Ti 2
Fr 3 ●	Ma 3 6	Ti 3	Fr 3	Sø 3	On 3 Seminar dage 9-16.
Lø 4	Ti 4	On 4	Lø 4	Ma 4 Seminar dage 9-16. 19	To 4 Seminar dage 9-16.
Sø 5	On 5	To 5	Sø 5 Palmesøndag	Ti 5 Seminar dage 9-16.	Fr 5 ○
Ma 6 2	To 6	Fr 6	Ma 6 15	On 6	Lø 6
Ti 7	Fr 7	Lø 7	Ti 7	To 7 ○	Sø 7
On 8	Lø 8	Sø 8	On 8 ○	Fr 8 Bededag	Ma 8 24
To 9	Sø 9 ○	Ma 9 ○ 11	To 9 Skærtorsdag	Lø 9	Ti 9
Fr 10 ○	Ma 10 7	Ti 10	Fr 10 Langfredag	Sø 10	On 10
Lø 11	Ti 11	On 11	Lø 11	Ma 11 20	To 11
Sø 12	On 12	To 12 .b internatkursus - kl 10.00	Sø 12 Påskedag	Ti 12	Fr 12
Ma 13 3	To 13	Fr 13	Ma 13 2. påskedag 16	On 13	Lø 13 ●
Ti 14	Fr 14	Lø 14	Ti 14	To 14 ●	Sø 14
On 15	Lø 15 ●	Sø 15 Sluttes kl 16.00	On 15 ●	Fr 15	Ma 15 25
To 16	Sø 16	Ma 16 ● 12	To 16	Lø 16	Ti 16
Fr 17 ●	Ma 17 8	Ti 17	Fr 17	Sø 17	On 17
Lø 18	Ti 18	On 18	Lø 18	Ma 18 21	To 18
Sø 19	On 19	To 19	Sø 19	Ti 19	Fr 19
Ma 20 4	To 20	Fr 20	Ma 20 17	On 20	Lø 20
Ti 21	Fr 21	Lø 21	Ti 21 Seminar dage 9-16.	To 21 Kr. himmelfartsdag	Sø 21 ●
On 22	Lø 22	Sø 22	On 22 Seminar dage 9-16.	Fr 22 ●	Ma 22 26
To 23	Sø 23 ●	Ma 23 13	To 23 ●	Lø 23	Ti 23
Fr 24 ●	Ma 24 9	Ti 24 ●	Fr 24	Sø 24	On 24
Lø 25	Ti 25	On 25	Lø 25	Ma 25 22	To 25
Sø 26	On 26	To 26	Sø 26	Ti 26	Fr 26
Ma 27 5	To 27	Fr 27	Ma 27 18	On 27	Lø 27
Ti 28	Fr 28	Lø 28	Ti 28	To 28	Sø 28 ●
On 29	Lø 29	Sø 29	On 29	Fr 29	Ma 29 27
To 30		Ma 30 14	To 30 ●	Lø 30 ●	Ti 30
Fr 31		Ti 31		Sø 31 Pinsedag	
22 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	20 arbejdsdage ekskl. 5 lørdage	22 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	19 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	19 arbejdsdage ekskl. 5 lørdage	21 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage

Juli	August	September	Oktober	November	December
On 1	Lø 1	Ti 1	To 1 ○	Sø 1	Ti 1
To 2	Sø 2	On 2 ○	Fr 2	Ma 2 45	On 2
Fr 3	Ma 3 ○ 32	To 3	Lø 3	Ti 3	To 3
Lø 4	Ti 4	Fr 4	Sø 4	On 4	Fr 4
Sø 5 ○	On 5	Lø 5	Ma 5 41	To 5	Lø 5
Ma 6 28	To 6	Sø 6	Ti 6	Fr 6	Sø 6
Ti 7	Fr 7	Ma 7 37	On 7	Lø 7	Ma 7 50
On 8	Lø 8	Ti 8	To 8	Sø 8 ●	Ti 8 ●
To 9	Sø 9	On 9	Fr 9	Ma 9 46	On 9
Fr 10	Ma 10 33	To 10 ●	Lø 10 ●	Ti 10	To 10
Lø 11	Ti 11 ●	Fr 11	Sø 11	On 11	Fr 11
Sø 12	On 12	Lø 12	Ma 12 42	To 12	Lø 12
Ma 13 ● 29	To 13	Sø 13	Ti 13	Fr 13	Sø 13
Ti 14	Fr 14	Ma 14 38	On 14	Lø 14	Ma 14 ● 51
On 15	Lø 15	Ti 15	To 15	Sø 15 ●	Ti 15
To 16	Sø 16	On 16	Fr 16 ●	Ma 16 47	On 16
Fr 17	Ma 17 34	To 17 ●	Lø 17	Ti 17	To 17
Lø 18	Ti 18	Fr 18	Sø 18	On 18	Fr 18
Sø 19	On 19 ●	Lø 19	Ma 19 43	To 19	Lø 19
Ma 20 ● 30	To 20	Sø 20	Ti 20	Fr 20	Sø 20
Ti 21	Fr 21	Ma 21 39	On 21	Lø 21	Ma 21 52
On 22	Lø 22	Ti 22	To 22	Sø 22 ●	Ti 22 ●
To 23	Sø 23	On 23	Fr 23 ●	Ma 23 48	On 23
Fr 24	Ma 24 35	To 24 ●	Lø 24	Ti 24	To 24
Lø 25	Ti 25 ●	Fr 25	Sø 25	On 25	Fr 25 Juledag
Sø 26	On 26	Lø 26	Ma 26 44	To 26	Lø 26 2. juledag
Ma 27 ● 31	To 27	Sø 27	Ti 27	Fr 27	Sø 27
Ti 28	Fr 28	Ma 28 40	On 28	Lø 28	Ma 28 53
On 29	Lø 29	Ti 29	To 29	Sø 29	Ti 29
To 30	Sø 30	On 30	Fr 30	Ma 30 ○ 49	On 30 ○
Fr 31	Ma 31 36		Lø 31 ○		To 31
23 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	21 arbejdsdage ekskl. 5 lørdage	22 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	22 arbejdsdage ekskl. 5 lørdage	21 arbejdsdage ekskl. 4 lørdage	22 arbejdsdage ekskl. 3 lørdage

DANSK CENTER FOR MINDFULNESS



AARHUS  
UNIVERSITET