Beschäftigungsplan für die Woche vom **23.11.2026 bis 27.11.2026**

Senioren-Park carpe diem Tagespflege

Senioren-Park carpe diem®

Vormittags

Montag	**10:00-10:30 Morgengymnastik** **10:30-11:30 Dosenwerfen**
Dienstag	**10:00-10:30 Gymnastik mit Bällen** **10:30-11:30 Luftballon - Tennis im Sitzen**
Mittwoch	**10:00-10:30 Senioren- Yoga Atemübungen** **10:30-11:30 Tisch - Bowling**
Donnerstag	**10:00-10:30 Koordinationsgymnastik** **10:30-11:30 Windlichter basteln**
Freitag	**10:00-10:30 Entspannungsgymnastik** **10:30-11:30 Meditation mit Noor**

Nachmittags

Montag	**14:00-15:30 Winter früher und heute – Geschichten und Erinnerungen**
Dienstag	**14:00.15:30 Gemeinsam mit unseren Gästen den Weihnachtsbaum schmücken**
Mittwoch	**14:00.15:30 Singen mit Frau Niggehoff**
Donnerstag	**14:00-15:30 Weihnachtsgedichte vorlesen**
Freitag	**14:00-15:30 Fit im Kopf – Rätsel und Sprichwörter**