Beschäftigungsplan für die Woche vom **06.10-10.10.2025**

Senioren-Park carpe diem Tagespflege Dinslaken

Senioren-Park carpe diem®

	Vormittags	Nachmittags
Montag	09:00-10:30 Uhr Frühstück/Zeitungsrunde 10:30-11:15 Uhr Bewegungsrunde "Fit und Fun" 11:15-11:45 Uhr Gruppenangebot ALB 12:00-13:30 Uhr Mittagessen	13:00-14:00 Uhr Mittagsruhe 14:00-15:30 Uhr Kaffee trinken 14:30-16:00 Uhr Bilderquiz "Herbstlandschaften"
Dienstag	09:00-10:30 Uhr Frühstück/Zeitungsrunde 10:30-11:15 Uhr Gymnastik mit Schwung 11:15-11:45 Uhr Gruppenangebot ALB 12:00-13:30 Uhr Mittagessen	13:00-14:00 Uhr Mittagsruhe 14:00-15:30 Uhr Kaffee trinken 14:30-16:00 Uhr Liederrunde "Goldener Oktober"
Mittwoch	09:00-10:30 Uhr Frühstück/Zeitungsrunde 10:30-11:15 Uhr Fit im sitzen 11:15-11:45 Uhr Gruppenangebot ALB 12:00-13:30 Uhr Mittagessen	13:00-14:00 Uhr Mittagsruhe 14:00-15:30 Uhr Kaffee trinken 14:30-16:00 Uhr Erinnerungsrunde "Erntedank"
Donnerstag	09:00-10:30 Uhr Frühstück/Zeitungsrunde 10:30-11:15 Uhr Herbstspaziergang im Raum 11:15-11:45 Uhr Gruppenangebot ALB 12:00-13:30 Uhr Mittagessen	13:00-14:00 Uhr Mittagsruhe 14:00-15:30 Uhr Kaffee trinken 14:30-16:00 Uhr Rätselzeit
Freitag	09:00-10:30 Uhr Frühstück/Zeitungsrunde 10:30-11:15 Uhr Marktbesuch 11:15-11:45 Uhr Gruppenangebot ALB (Backen) 12:00-13:30 Uhr Mittagessen	13:00-14:00 Uhr Mittagsruhe 14:00-15:30 Uhr Kaffee trinken 14:30-16:00 Uhr BINGO