Beschäftigungsplan für die Woche vom **29.06. - 03.07.2026**

Senioren-Park carpe diem Herten

Senioren-Park carpe diem®

	Vormittags	Nachmittags
Montag	09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde 09.30 - 10.30 Uhr Fit in die Woche 10.45 - 11.30 Uhr "es ist Sommer"	14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen 15.00 - 16.00 Uhr Tischkegeln
Dienstag	09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde 09.30 - 10.30 Uhr Bewegungsrunde 10.45 - 11.30 Uhr "von Ausflug bis Radtour"	14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen 15.00 - 16.00 Uhr Anagram
Mittwoch	09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde 09.30 - 10.30 Uhr Sitztanz 10:45 - 11:30 Uhr "Schwimmbad und Badesee"	14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen 15.00 - 16.00 Uhr Singrunde
Donnerstag	09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde 09.30 - 10.30 Uhr Gymnastik mit Tüchern 10.45 - 11.30 Uhr "jede Erfrischung tut gut"	14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen 15.00 - 16.00 Uhr Sprichwörter raten
Freitag	09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde 09.30 - 10.30 Uhr Sitzgymnastik 10:45 - 12.00 Uhr "Picknick und Lagerfeuer"	14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen 15.00 - 16.00 Uhr Senioren Quiz