



Beschäftigungsplan für die Woche vom **05.10. - 09.10.2026**

Senioren-Park carpe diem Herten



Vormittags

Montag

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Sitzgymnastik
10.45 - 11.30 Uhr "Wortspielerei"

Dienstag

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Bewegungsgeschichten
10.45 - 11.30 Uhr Finde Synonyme

Mittwoch

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Gleichgewichtsübungen
10.45 - 11.30 Uhr "Wortsalat"

Donnerstag

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Rücken & CO
10.45 - 11.30 Uhr Galgenmännchen

Freitag

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Herbst Spaziergang
10.45 - 12.00 Uhr Reime vervollständigen



Nachmittags

Montag

14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen
15.00 - 16.00 Uhr Scrabble für Senioren

Dienstag

14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen
15.00 - 16.00 Uhr Anagram

Mittwoch

14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen
15.00 - 16.00 Uhr Gemeinsam Singen

Donnerstag

14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen
15.00 - 16.00 Uhr Sprichwörter vervollständigen

Freitag

14.30 - 15.00 Uhr Kaffee und Kuchen
15.00 - 16.00 Uhr Erzählrunde "meine Woche"