



Beschäftigungsplan für die Woche vom **12.10. - 16.10.2026**

Senioren-Park carpe diem Herten



Vormittags

Montag

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Fit in die Woche
10.45 - 11.30 Uhr "Stars und Sternchen"

Dienstag

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Sitzgymnastik mit Bällen
10.45 - 11.30 Uhr "Film und Fernsehen"

Mittwoch

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Spaziergang
10.45 - 11.30 Uhr "Stars der Musik"

Donnerstag

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Sitztanz mit Tüchern
10.45 - 11.30 Uhr "sportliche Stars"

Freitag

09.00 - 09.30 Uhr Gemeinsame Zeitungsrunde
09.30 - 10.30 Uhr Bewegungsrunde
10.45 - 12.00 Uhr "mein eigener Star"



Nachmittags

Montag

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

Dienstag

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

Mittwoch

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

Donnerstag

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

Freitag

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