Beschäftigungsplan für die Woche vom **09.03.26- 13.03.26**

Senioren-Park carpe diem Koslar

	Vormittags	Nachmittags
Montag	10:00- 11:00 Uhr Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Fit in die Woche	15:00- 16:00 Uhr Frühlingslieder singen
Dienstag	10:00- 11:00 Uhr Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Bewegungskreis	15:00- 16:00 Uhr Gedächtnistraining
Mittwoch	10:00- 11:00 Uhr Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Mobilitätstraining	15:00- 16:00 Uhr Geschichten vorlesen
Donnerstag	10:00- 11:00 Uhr Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Dehn- und Kraftübungen	15:00- 16:00 Uhr wir kegeln
Freitag	10:00- 11:00 Uhr Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Sitzgymnastik	15:00- 16:00 Uhr Quiz und Rätsel