Beschäftigungsplan für die Woche vom **09.11.2026 - 13.11.2026**

Senioren-Park carpe diem

Senioren-Park carpe diem®

Vormittags

Montag	10:00 bis 10:45 Uhr Hanteltraining 10:45 bis 11:30 Uhr Smoothie selbst machen 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde
Dienstag	10:00 bis 10:45 Uhr Bälle werfen 10:45 bis 11:30 Uhr Basteln für Weihnachten 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde
Mittwoch	10:00 bis 10:45 Uhr Muskeltraining 10:45 bis 11:30 Uhr Ausflug zum Toom 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde
Donnerstag	10:00 bis 10:45 Uhr Sport mit Terrabänder 10:45 bis 11:30 Uhr Sinnesangebote mit Düften 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde
Freitag	10:00 bis 10:45 Uhr Sport an der Stange 10:45 bis 11:30 Uhr Quizrunde früher / heute 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde

Nachmittags

Montag	14:30 bis 15:15 Uhr Entspannungsrunde mit ruhiger Musik
Dienstag	14:30 bis 15:15 Uhr Erzählrunde
Mittwoch	14:30 bis 15:15 Uhr Sprichwörter
Donnerstag	14:30 bis 15:15 Uhr Kaffeeklatsch
Freitag	14:30 bis 15:15 Uhr Singen