Beschäftigungsplan für die Woche vom **23.11.2026 - 27.11.2026**

Senioren-Park carpe diem

Senioren-Park carpe diem®

Vormittags

Montag	10:00 bis 10:45 Uhr Fit in den Tag 10:45 bis 11:30 Uhr Alltagsübungen (falten) 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde
Dienstag	10:00 bis 10:45 Uhr Krafttraining 10:45 bis 11:30 Uhr Dekorieren für Weihnachten 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde
Mittwoch	10:00 bis 10:45 Uhr Entspannungsübungen 10:45 bis 11:30 Uhr Plätzchen backen 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde
Donnerstag	10:00 bis 10:45 Uhr Musikkalischer Sport 10:45 bis 11:30 Uhr Sterne fürs Fenster basteln 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde
Freitag	10:00 bis 10:45 Uhr Spaziergang 10:45 bis 11:30 Uhr Dekorieren für Weihnachten 11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde

Nachmittags

Montag	14:30 bis 15:15 Uhr Erzählrunde
Dienstag	14:30 bis 15:15 Uhr Weihnachtslieder singen
Mittwoch	14:30 bis 15:15 Uhr Knobeln
Donnerstag	14:30 bis 15:15 Uhr Weihnachtsquiz
Freitag	14:30 bis 15:15 Uhr Gehirn Training