



Beschäftigungsplan für die Woche vom **28.09.2026 - 02.10.2026**

Senioren-Park carpe diem



Vormittags

Montag

10:00 bis 10:45 Uhr Entspannungsübungen
10:45 bis 11:30 Uhr Wir backen einen Kuchen
11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde

Dienstag

10:00 bis 10:45 Uhr Bälle werfen
10:45 bis 11:30 Uhr Shuffleboard
11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde

Mittwoch

10:00 bis 10:45 Uhr Kraft und Balance Training
10:45 bis 11:30 Uhr Kreatives gestalten
11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde

Donnerstag

10:00 bis 10:45 Uhr Finger Gymnastik
10:45 bis 11:30 Uhr Verteledes
11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde

Freitag

10:00 bis 10:45 Uhr Sitzfußball
10:45 bis 11:30 Uhr Beauty Vormittag
11:30 bis 12:00 Uhr Zeitungsrunde



Nachmittags

Montag

14:30 bis 15:15 Uhr Witz erzählen

Dienstag

14:30 bis 15:15 Uhr Stadt - Land - Flus

Mittwoch

14:30 bis 15:15 Uhr Gehirnjogging

Donnerstag

14:30 bis 15:15 Uhr Der Große Preis

Freitag

14:30 bis 15:15 Uhr Erzählrunde