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

Senioren-Park carpe diem Tagespflege Much

Senioren-Park carpe diem®

Vormittags

Montag	**ab 10.45 Uhr Sitzgymnastik mit Theraband** **ab 11:15 Uhr Sehenswürdigkeiten aus aller Welt**
Dienstag	**ab 10:45 Uhr Gymnastik mit Wasserflaschen** **Ab 11:15 Sprichwörter und Redewendungen**
Mittwoch	**ab 10:45 Uhr Sitztanz mit Schlagermusik** **Ab 11:15 Hochzeit und Hochzeitsbräuche**
Donnerstag	**ab 10:45 Uhr Sitzyoga und sanfte Dehnübungen** **Ab 11:15** **Quiz: Der menschliche Körper**
Freitag	**ab 10:45 Uhr Bewegung mit Musikstopp** **Ab 11:15 Uhr Das erste eigene Auto**

Nachmittags

Montag	**ab 15:00 Uhr** **Erinnerungsrunde: Herbst in der Kindheit**
Dienstag	**ab 15:00 Uhr** **Quiz: Heimische Vogelarten erkennen**
Mittwoch	**ab 15:00 Uhr** **Traumreise: Ein Spaziergang am Meer**
Donnerstag	**ab 15:00 Uhr** **Gemeinsames Singen im Azurid bis 17 Uhr**
Freitag	**ab 15:00 Uhr** **Quiz: Märchen der Brüder Grimm**