# Beschäftigungsplan für die Woche vom **22.09 bis 26.09.2025**

Senioren-Park carpe diem  Tagespflege Wiedenbrück

| | Vormittags | Nachmittags |
|---|---|---|
| Montag | **9.30 Uhr Kraft-und Gleichgewichtstraining**<br><br>**10.30 Uhr Gedächtnistraining zum Thema: Herbstanfang** | **15.00 Uhr  Kreatives Gestalten: Dekorieren, basteln..** |
| Dienstag | **9.30 Uhr  Lockerungsübungen**<br><br>**10.30 Uhr Gemeinsam backen** | **15.00 Uhr Reimgeschichten** |
| Mittwoch | **9.30 Uhr Therapiehund Oskar kommt**<br><br>**10.30 Uhr  "Wahrnehmungsstunde": Fühlen-Sehen-Hören...** | **15.00 Uhr Triominos und Mikado** |
| Donnerstag | **9.30 Uhr Sitzaerobic**<br><br>**10.30 Uhr Gedächtnistraining zum Thema: Mit Leib und Seele** | **15.00 Uhr  Dual-Task-Training** |
| Freitag | **9.30 Uhr Übungen zur Kräftigung der Muskulatur**<br><br>**10.30 Uhr Gedächtnistraining zum Thema: „Im Wein liegt Wahrheit"** | **15.00 Uhr  Stille Post** |