

## Beispielplan unserer wöchentlichen Angebote

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ab 08:00	Eintreffen & Begrüßung der Gäste				
08:30 – 09:45	Aktivierende Frühstücksgruppe & Zeitungsrunde				
10:00 – 10:15	Wir starten mit verschiedenen Bewegungsübungen in den Tag "Wer rastet, der rostet"				
10:15 – 11:45	Denksport	Bingo	Umschreibungen – Wie heißt das gesuchte Wort	Singen	Sitzgymnastik
12:00 – 14:15	Mittagessen mit anschließender Mittagsruhe (individuelle Betreuung)				
14:30 – 15:15	Kaffee & Kuchen				
15:15 – 16:30	Sittanz	Luftballon-Tennis	Würfelspiele	Kreativangebot	Gedächtnistraining
Ab 16:30	Verabschiedung & Heimfahrt der Gäste				