

Aktivitäten-Plan



SENIORENRESIDENZ

FRIEDRICHSAU

AKTIVITÄTENANGEBOT

Gedächtnistraining

Geführtes Malen · Kreatives Gestalten

Spielend leicht in die Woche · Spielenachmittag

Kulinarischer Kochspaß



Backvergnügen

Nordic Walking

Literaturkreis

Wolle, Stoffe & Faden

Yoga



Darts

Flötenensemble

Stammtisch

Chorsingen · Offenes Singen

Geschichte, Land & Leute

Musikalische Abendreise

Fingergymnastik · Bewegungsmix

Denkspaziergang

SPORTANGEBOT

Sturzprophylaxe

Krafttraining

Gerätetraining

Wirbelsäulengymnastik

Faszientraining

Gleichgewichtstraining

Training der Koordination

Flexibar-Training

Mamboboard

Bewegungstherapie



AUSSERPLANMÄSSIGE ANGEBOTE

Jahreszeitliche Feste

Kulturelle Vorträge

Klassische und moderne Konzerte

Gottesdienste

Tanzcafé

Kennenlern-Brunch
für neue Bewohner



Hausführungen

Ausflüge und Besichtigungen

Angebote externer Dienstleister
wie Hörgeräteakustiker, Optiker,
Banken, Immobilienunternehmen

Ehrenamtliche Angebote
wie Handy- und Tablet-Sprechstunde

