

Aktivitäten-Plan



SENIORENRESIDENZ

FRIEDRICHSAU

MONTAG (Spiel & Spaß)

08:45 Uhr - 09:00 Uhr
Spielend das
Gedächtnis trainieren
Raum: 1303

09:00 Uhr - 11:30 Uhr
Geführtes Malen/
Kunstclub
Raum: Werkraum

09:00 Uhr - 09:30 Uhr
Spielend leicht in
die Woche
Raum: Andachtsraum

09:45 Uhr - 10:30 Uhr
Spielend das
Gedächtnis trainieren
Raum: 1303

10:45 Uhr - 11:30 Uhr
Spielend das
Gedächtnis trainieren
Raum: 1303

10:45 Uhr - 13:00 Uhr
Kulinarischer Kochspaß
Raum: Küche

14:00 Uhr - 16:00 Uhr
Spielemittag
Raum: gr. Speisesaal

14:00 Uhr - 16:00 Uhr
Backvergnügen
Raum: Küche

16:30 Uhr - 17:30 Uhr
Gospels and more
Raum: kl. Speisesaal

DIENSTAG (Fit im Geist)

09:00 Uhr - 09:45 Uhr
Denkspaziergang
Friedrichsau

09:30 Uhr - 12:00 Uhr
Kreatives Gestalten
Raum: Werkraum

10:00 Uhr - 11:30 Uhr
Nordic-Walking
Friedrichsau

14:00 Uhr - 14:45 Uhr
Literaturkreis
Raum: 1303

14:00 Uhr - 17:00 Uhr
Wolle, Stoffe & Faden
Raum: Werkraum

15:00 Uhr - 16:30 Uhr
Merkstrategien für den
Alltag
Raum: 1303

MITTWOCH (Vortragstag)

09:00 Uhr - 09:45 Uhr
Merkstrategien für den
Alltag
Raum: 1303

10:00 Uhr - 10:45 Uhr
Merkstrategien für den
Alltag
Raum: 1303

11:00 Uhr - 11:45 Uhr
Merkstrategien für den
Alltag
Raum: 1303

14:00 Uhr - 14:45 Uhr
Livemusik &
Flötenensemble
Raum: Andachtsraum

15:30 Uhr - 16:45 Uhr
Chorsingen in der
Residenz
Raum: gr. Speisesaal

15:00 Uhr - 15:45 Uhr
Merkstrategien für
den Alltag/Vorträge
externer Referenten
Raum: 1303

DONNERSTAG (Veranstaltungen)

10:00 Uhr - 12:00 Uhr
Wechselnde
Aktivitäten im Haus
Residenz

13:15 Uhr - 14:00 Uhr
Spielend das
Gedächtnis trainieren
Raum: 1303

14:00 Uhr - 16:30 Uhr
Geschichten, Land &
Leute
Raum: Küche

14:30 Uhr - 16:30 Uhr
Yoga
Raum: kl. Speisesaal

17:00 Uhr - 17:30 Uhr
Musikalische
Abendreise
Raum: Andachtsraum

FREITAG (Sportlich aktiv)

09:00 Uhr - 11:30 Uhr
Finger- &
Ballgymnastik
Raum: Werkraum

09:00 Uhr - 11:30 Uhr
Yoga
Raum: kl. Speisesaal

10:45 Uhr - 11:30 Uhr
Denkspaziergang
Friedrichsau

14:00 Uhr - 15:00 Uhr
Dart & Kicker
Raum: Werkraum

14:30 Uhr - 16:00 Uhr
Stammtisch
Raum: kl. Speisesaal

15:30 Uhr - 16:30 Uhr
Bewegungsmix/
Spaß & Koordination
Raum: Gymnastikraum

AUSSERPLANMÄSSIGE ANGEBOTE

- Jahreszeitenabhängige Feste & Veranstaltungen
- Kulturelle Vorträge & Veranstaltungen
- Tanzcafé (jeweils erster Donnerstag im Monat)
- Kennenlernbrunch für Neueinzüge (jeweils letzter Donnerstag im Monat)
- Ausflüge & Besichtigungen
- Angebote externer Dienstleister wie Hörgeräteakustiker, Augenoptiker, Banken, Immobilienberater
- Sicherheitstag in Kooperation mit der Polizei
- Rollatoren-Tag