– MONATSPLAN SENIORENZENTRUM WÜSTING –

# März 2023

SENIOREN
IM OLDENBURGERLAND

| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG | SONNTAG |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 01<br>10.00 Uhr<br>Frisör/ hauswirt. Tätigkeiten<br>16.00 Uhr<br>Zeitungsrunde | 02<br>10.15 Uhr UNTEN TON an TON mit Fr. Adam<br>16.00 Uhr<br>Bingo | 03<br>10.00 Uhr<br>Kiosk<br>16.00 Uhr<br>Jakkolo | 04<br>10.00 Uhr<br>Bingo<br>16.00 Uhr<br>Hopp oder Flopp das Würfelspiel | 05<br>09.30 Uhr<br>Kirche im TV/ Einzelbetreuung<br>16.00 Uhr<br>Klönsnack |
| 06<br>10.00 Uhr<br>Sitzgymnastik<br>16.00 Uhr<br>Wir darten! | 07<br>10.00 Uhr<br>kreatives Angebot<br>16.00 Uhr<br>Fit im Kopf | 08<br>10.00 Uhr<br>Frisör/ hauswirt. Tätigkeiten<br>16.00 Uhr<br>Singen mit Irene | 09<br>10.00 Uhr<br>lustige Geschichten<br>16.00 Uhr<br>Bingo | 10<br>10.00 Uhr<br>Kiosk<br>16.00 Uhr<br>Stadt, Land, Fluss | 11<br>10.00 Uhr<br>Bingo<br>16.00 Uhr<br>Werbung damals | 12<br>09.30 Uhr<br>Kirche im TV/ Einzelbetreuung<br>16.00 Uhr<br>gemütlicher Nachmittag |
| 13<br>10.00 Uhr<br>Sitzgymnastik<br>16.00 Uhr<br>Ballsport | 14<br>10.00 Uhr<br>Spaziergang<br>15.00 Uhr<br>Wäsche Wichmann kommt! | 15<br>10.00 Uhr<br>Frisör/ hauswirt. Tätigkeiten<br>16.00 Uhr<br>Singen mit Irene | 16<br>10.00 Uhr OBEN TON an TON mit Fr. Adam<br>16.00 Uhr<br>Bingo | 17<br>10.00 Uhr<br>Kiosk<br>16.00 Uhr<br>Bewegung an der frischen Luft | 18<br>10.00 Uhr<br>Bingo<br>16.00 Uhr<br>Spiele am Nachmittag | 19<br>09.30 Uhr<br>Kirche im TV/ Einzelbetreuung<br>16.00 Uhr<br>Spaziergang |
| 20<br>10.00 Uhr<br>Sitzgymnastik<br>16.00 Uhr<br>Fit im Kopf | 21<br>10.00 Uhr<br>Einzelbetreuung<br>16.00 Uhr<br>Frühlingsgeschichten | 22<br>10.00 Uhr<br>Frisör/ hauswirt. Tätigkeiten<br>16.00 Uhr<br>Singen mit Irene | 23<br>10.00 Uhr<br>Bewegung an der frischen Luft<br>16.00 Uhr<br>Geburtstagsrunde | 24<br>10.00 Uhr<br>Kiosk<br>16.00 Uhr<br>Wir denken uns eine Geschichte aus. | 25<br>10.00 Uhr<br>Bingo<br>16.00 Uhr<br>Spaziergang | 26<br>09.30 Uhr<br>Kirche im TV/ Einzelbetreuung<br>16.00 Uhr<br>Wünsch Dir Musik! |
| 27<br>10.00 Uhr<br>Sitzgymnastik<br>16.00 Uhr<br>"..die 50er Jahre.." | 28<br>10.00 Uhr<br>Gedichte zum Frühling<br>16.00 Uhr<br>kreatives Angebot | 29<br>10.00 Uhr<br>Frisör/ hauswirt. Tätigkeiten<br>16.00 Uhr<br>Klatsch und Tratsch | 30<br>10.00 Uhr<br>Bingo<br>16.00 Uhr<br>Heinz Erhardt Stunde | 31<br>10.00 Uhr<br>Kiosk<br>16.00 Uhr<br>Männerrunde mit Frank | | |
| * Änderungen vorbehalten | | | | . | | |