



Aktivierung Zentrum Langmatten

Wochenplan

01. Juni bis 05. Juni 2026



	Vormittag	Nachmittag
Montag 01.Juni	Bewegungsrunde für alle EG, Mehrzweckraum 10.00 - 11.15 Uhr (Sandy/Sandra)	Ausflug WB 1 nach Absprache EG, Haupteingang (Jasmin, Sandra) WB 2 Spaziergänge/ Natur erleben 13.30 – 16.30 Uhr (Sandy)
Dienstag 02.Juni	Kochgruppe Topf und Deckel EG, Atelier 10.00 – 13.00 Uhr (Sandra, Susanne) WB 3 Entspannungsübung im Sitzen 10.00 – 10.45 Uhr (Sandy)	Yoga im Alter EG, Atelier 15.00 – 16.00 Uhr (Sandra) WB 2 Bunte Stunde 15.00 – 16.00 Uhr (Sandy)
Mittwoch 03.Juni	 Singrunde EG, Mehrzweckraum 10.00 – 11.15 Uhr (Jasmin)	Frauentreff EG, Atelier 15.00 – 16.15 Uhr (Susanne)
Donnerstag 04.Juni	Gartenparadies EG, Atelier 10.00 – 11.00 Uhr (Dajana/ Jasmin) WB 4/5 Musik und Bewegung 10.15 – 11.15 Uhr (Susanne)	Spieletreff im Bistro EG, Bistro 14.30 - 16.00 Uhr (Jasmin/ Dajana) Besuch von Therapiehund Simba EG, Atelier 15.00 – 15.45 Uhr (Susanne)
Freitag 05.Juni		Jassen EG, Bistro 14.30 – 16.00 Uhr (Sandra) WB 1 Grillabend 16.00 – 19.00 Uhr (Jasmin/ Dajana)