

Begegnungsstätte Feldbergstraße 88



Programm

Montag

9-10 Uhr	Vital-Frühstück mit Obst & Joghurt
10.30 Uhr	Bewegungsspiele mit Tuch & Co.
12-12.30 Uhr	Progressive Muskelentspannung
13-14 Uhr	Kaffee & Kuchen
14.30 Uhr	Tanzen im Sitzen mit „Miss 60“ – 60er Jahre

Dienstag

9-10 Uhr	Vital-Frühstück mit Obst & Joghurt
10.30 Uhr	Kreativgruppe – Gestalten & Malen mit Acryl, Gips & Sand
12-12.30 Uhr	Entspannungsreise „Kapitän Nemo“
13-14 Uhr	Kaffee & Kuchen
15-16 Uhr	Hockergymnastik-Ganzkörpertraining

Mittwoch

9-10 Uhr	Vital-Frühstück
10.30 Uhr	Kochen & Backen
12-12.30 Uhr	Progressive Muskelentspannung
13-14 Uhr	Kaffee & Kuchen
14.30 Uhr	Lyrische Stunde – Vortragen von Texten und Gedichten

Donnerstag

9-10 Uhr	Vital-Frühstück
10.30 Uhr	Rückengymnastik
12-12.30 Uhr	Entspannungsreise „Kapitän Nemo“
13-14 Uhr	Kaffee & Kuchen
14.30 Uhr	Singen mit Karaoke / Wunschkonzert

Freitag

9-10 Uhr	Vital-Frühstück
10.30 Uhr	Gedächtnistraining
12-12.30 Uhr	Progressive Muskelentspannung
13-14 Uhr	Kaffee & Kuchen
14.30 Uhr	Spielenachmittag BINGO, RummyCup, Memory & Co

avendi mobil – Ihr freundlicher Pflege- und Betreuungsdienst
Öffnungszeiten Begegnungsstätte Feldbergstraße: Mo. bis Fr. 9-16 Uhr
Feldbergstr. 88 • 68199 Mannheim
Telefon 0621 83246500 • E-Mail: avendi.mobil@dus.de