Diakonie für den Landkreis Gotha

Diakonie
für den Landkreis Gotha

25.07. – 31.07.

Freitag, den 25.07.
10:00 Uhr Fußmassagen
11:00 Uhr Herz - Kreislauf - Gymnastik
15:00 Uhr wer rastet der rostet

Montag, den 28.07.
10:00 Uhr Yoga Gold
11:00 Uhr Spaziergang im Garten
15:00 Uhr Sitten und Bräuche

Dienstag, den 29.07.
10:00 Uhr Gymnastik mit bunten Tücher
11:00 Uhr Kegeln
15:00 Uhr Gesellschaftsspiele

Mittwoch, den 30.07.
10:00 Uhr Aktivierung auf dem Barfußpfad
11:00 Uhr aktiv mit den Kneipp
15:00 Uhr Tabu

Donnerstag, den 31.07.
10:00 Uhr Walking Runde
11:00 Uhr Kurzgeschichten
15:00 Uhr Wasserspiele mit den Kindergarten

Monatslosung

Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott!

Phil 4,6 (E)

Josias Löffler Diakoniewerk Gotha gGmbH
Diakonisches Zentrum Spittergrund
Spitterstraße 36
99897 Tambach-Dietharz

Telefon: (036252) 47900-0
Telefax: (036252) 47900-150
E-Mail: dzs@diakonie– gotha.de

Weiter Informationen unter:
www.diakonie-gotha.de

FREIZEIT-ANGEBOTE FÜR SENIOREN JULI 2025

Diakonisches Zentrum Spittergrund TP

Veranstaltungsplan Juli 2025

im Diakonischen Zentrum Spittergrund

01.07 - 08.07.

Dienstag, den 01.07.
10:00 Uhr Willkommen im Juli
11:00 Uhr bereiten eine Bowle
15:00 Uhr wir steppen

Mittwoch, den 02.07.
10:00 Uhr Bewegung und Entspannung
11:00 Uhr Phantasiereise
15:00 Uhr Redewendungen

Donnerstag, den 03.07.
10:00 Uhr bereiten eine Bowle
11:00 Uhr Igelballmassage
15:00 Uhr tasten und fühlen

Freitag, den 04.07.
10:00 Uhr Rückenfit
11:00 Uhr wir kegeln
15:00 Uhr Heimatlieder

Montag, den 07.07.
10:00 Uhr Vitalitätsspiele
11:00 Uhr Teekesselchen
15:00 Uhr Neues von den Kräuterhexe

Dienstag, den 08.07.
10:00 Uhr Bildergeschichten
11:00 Uhr Beckenbodentraining
15:00 Uhr Stadt-Land-Fluss

09.07. - 16.07

Mittwoch, den 09.07.
10:00 Uhr Bewegungsparcour im Freien
11:00 Uhr Gesellschaftsspiele
15:00 Uhr wer rastet der rostet

Donnerstag, den 10.07.
10:00 Uhr wir bereiten eine Bowle
11:00 Uhr Mensch ärgere dich nicht
15:00 Uhr rund um Tiere

Freitag, den 11.07.
10:00 Uhr Rollator Fit
11:00 Uhr Sitztanz
15:00 Uhr Würfelrunde

Montag, den 14.07.
10:00 Uhr Spaziergang entlang der Spitter
11:00 Uhr Volksliederquiz
15:00 Uhr wohltuende Handmassage

Dienstag, den 15.07.
10:00 Uhr wer rastet der rostet
11:00 Uhr Kraft –und Balancetraining
15:00 Uhr Barfußgehen

Mittwoch, den 16.07.
10:00 Uhr Drums alive mit den lila Ladies
11:00 Uhr Sturzprophylaxe
15:00 Uhr Gesellschaftsspiele

17.07. - 24.07.

Donnerstag, den 17.07
10:00 Uhr Ballongymnastik
11:00 Uhr Heimatlieder
15:00 Uhr Tabu

Freitag, den 18.07
10:00 Uhr Übungen mit den Swing Stick
11:00 Uhr kegeln
15:00 Uhr Spielenachmittag

Montag, den 21.07.
10:00 Uhr aktiv mit Kneipp
11:00 Uhr wir bereiten eine Bowle
15:00 Uhr Geschichten lesen

Dienstag, den 22.07.
10:00 Uhr Gedankenreise
11:00 Uhr Herz - Kreislauf - Gymnastik
15:00 Uhr Mitmachgeschichten

Mittwoch, den 23.07.
10:00 Uhr Rollator Fit
11:00 Uhr wir drehen das Glücksrad
15:00 Uhr Bürstenmassagen

Donnerstag, den 24.07.
10:00 Uhr bewegte Füße
11:00 Uhr „Ich packe meine Koffer“
15:00 Uhr Urlaubserinnerungen