

Date	Horaire	Activités du 16.12.-22.12.2024	Où?
Lundi le 16.12.2024	10:30-11:30	Entraînement de la mémoire sur le thème "Noël" avec Jil	Cuisine fines herbes (RDCH)
	15:00-16:30	15:00 h Jeux des Seniors pour tous 15:45 h Entraînement pour les Jeux Seniors pour l'équipe de Match avec Sam	Sport a Spill (2.étage)
Mardi le 17.12.2024	10:00-11:30	Nous jouons Rummikub avec Christiane	Hall (1.étage)
	17:00-17:30	Prière (Coordination de Soins)	Chapelle (RDCH)
Mercredi le 18.12.2024	10:30-11:30	Rester en forme avec Ruth	Sport a Spill (2.étage)
	15:30-16:30	Atelier musical avec Ruth	Hall (1.étage)
Jeudi le 19.12.2024	10:00-10:30	Qi Gong avec Ruth	Klouschterstuff (1.étage)
	11:00-11:30		
	15:30-16:30	Répétition de la chorale avec Ruth	Klouschterstuff (1.étage)
Vendredi le 20.12.2024	10:00-14:00	Jeux des seniors-Match Howald contre Bieles (Coordination de Sam)	Sport a Spill (2.étage)
	11:00-11:30	Messe (Coordination de Soins)	Chapelle (RDCH)
	15:00-16:30	Film "le petit seigneur" (Coordination de Sam)	Cinéma (1.étage)
Samedi le 21.12.2024	10:30-11:30	Exercice matinal avec Sam	Sport a Spill (2.étage)
4.Avent Dimanche le 22.12.2024	14:30-17:30	Sortie Fête de Noël pour seniors de Hesperange pour les résidents inscrits RDV 13:30 h à la Réception (Coordination de Andrea)	Centre Joseph Altmann (Hesperange)