



**Thuiszorg Matilda**  
Dagbesteding

# De Toss

## Weekplanning

Telefoon: 076 - 888 28 42

Website: [thuiszorg-matilda.com/dagbesteding](http://thuiszorg-matilda.com/dagbesteding)

Adres: Valkenierslaan 285a, 4817 WB, Breda

### Maandag

10:00 - 10:30

Dagstart (hoe zit u erbij & doornemen dagprogramma)

10:30 - 12:00

Stoelgym

12:00 - 12:30

Koken / Lunch voorbereiden

12:30 - 13:00

Lunch (soep & broodjes)

13:00 - 14:00

Rustmoment (vrije invulling & ophalen en brengen)

14:00 - 16:00

Braintraining/Ergotherapeutische oefeningen met knikkers

16:00

Ophalen en thuisbrengen

### Dinsdag

10:00 - 10:30

Dagstart (hoe zit u erbij & doornemen dagprogramma)

10:30 - 12:00

Jeu de boules en/of werpspel

12:00 - 12:30

Koken / Lunch voorbereiden

12:30 - 13:00

Lunch (soep en broodjes, of pannenkoeken)

13:00 - 14:00

Rustmoment (vrije invulling & ophalen en thuisbrengen)

14:00 - 16:00

Gespreksgroep en balspellen met zachte bal

16:00

Ophalen en thuisbrengen

## Woensdag

10:00 - 10:30	Dagstart (hoe zit u erbij & doornemen dagprogramma)
10:30 - 12:00	Senioren voetbal of wandelen
12:00 - 12:30	Koken / Lunch voorbereiden
12:30 - 13:00	Lunch (soep & broodjes)
13:00 - 14:00	Rustmoment (vrije invulling & ophalen en brengen)
14:00 - 16:00	Themamiddag (digitaal wegwijs, uitnodigen van netwerk)
16:00	Ophalen en thuisbrengen

## Donderdag

10:00 - 10:30	Dagstart (hoe zit u erbij & doornemen dagprogramma)
10:30 - 12:00	Stoelgym / activerende spelletjes
12:00 - 12:30	Koken / Lunch voorbereiden
12:30 - 13:00	Lunch (soep en broodjes of vis)
13:00 - 14:00	Rustmoment (vrije invulling & ophalen en thuisbrengen)
14:00 - 16:00	Hobby'en
16:00	Ophalen en thuisbrengen

## Vrijdag

10:00 - 10:30	Dagstart (hoe zit u erbij & doornemen dagprogramma)
10:30 - 12:00	Ouderengym
12:00 - 12:30	Koken / Lunch voorbereiden
12:30 - 13:00	Lunch (soep en broodjes of frituur)
13:00 - 14:00	Rustmoment (vrije invulling & ophalen en thuisbrengen)
14:00 - 16:00	De week gezellig afsluiten met spelletjes en een borreltje
16:00	Ophalen en thuisbrengen