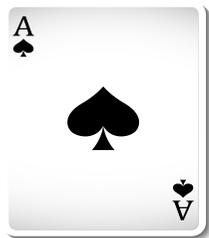


Montag

Bürozeiten: Geschlossen

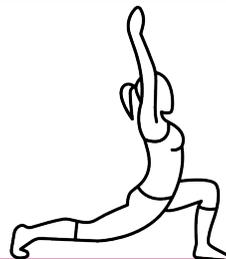
10:30 Uhr	Wandergruppe
13:30 – 15:00 Uhr	Gedächtnistraining
15:15 – 16:15 Uhr ab 11.08.25	Wirbelsäulengymnastik



Mittwoch

Bürozeiten: 10 – 15 Uhr

10:30 – 12:30 Uhr	Doppelkopf
11:00 – 12:30 Uhr	Englisch mit Vorkenntnissen
12:30 Uhr	Senioren kochen für Senioren
13:00 – 15:15 Uhr 13.08. & 20.08.25	Smartphone Anfänger Kurs
16:00 – 18:00 Uhr 13.08. & 27.08.25	Offenes Malen 14-tägig



Freitag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 11:30 Uhr 1.08.25	Sprechstunde „Rund um die Moderne Technik“
17:00 – 20:00 Uhr 22.08.2025	Kegeln



Dienstag

Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

9:30 – 10:30 Uhr	Yoga auf dem Stuhl
11:00 – 12:00 Uhr	Seniorengymnastik
11:00 Uhr 26.08.25	Ausflug mit dem Kleinbus nach Rüden
13:00 – 14:00 Uhr	Progressive Muskelentspannung
14:00 – 16:15 Uhr 5.8. & 19.8.25	Einzelhilfe bei Smartphone, Laptop, Bildbearbeitung, ...
14:10 Uhr	Rummy Cup / Phase 10
15:00 Uhr	Doppelkopf

Donnerstag

Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

10:00 – 11:00 Uhr	Yoga Stuhl
10:00 – 14:00 Uhr 14.08.25	Pflegeberatung des Rheinisch Bergischen Kreis
10:30 – 12:45	Literaturgesprächskreis (14.Tägig)
11:00 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining

Samstag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 13:00 Uhr 16.08.25	Reparatur-Café
11:00 – 13:00 16.08.25	Frühstückstreff

Sonntag

10:00 Uhr 3.08.25	Wanderung mit Petra
11:00 Uhr 3.08.25	Boule
14:00 Uhr 31.08.25	Doppelkopf Turnier



MITTENDRIN
TREFF für Alt und Jung

Achtung ab Januar 2025:

**Unsere Büro ist wegen gekürzter Öffnungszeiten
ab Januar 2025 Montag und Freitags geschlossen.**



**Unsere aktuelle Bilderausstellung ist von
Schülern des Acrylworkshops der Malzeit aus
Köln.**

**Leitung hat Frau Anita Liebold.
Die Werke können Sie gerne während der
Öffnungszeiten besichtigen.**

Begegnungsstätte Mittendrin

Ansprechpartnerinnen:
Astrid Hagl und Alice Keppel
Hauptstr. 249
51465 Bergisch Gladbach

☎ 02202 / 18 90 60

Öffnungszeiten Büro:

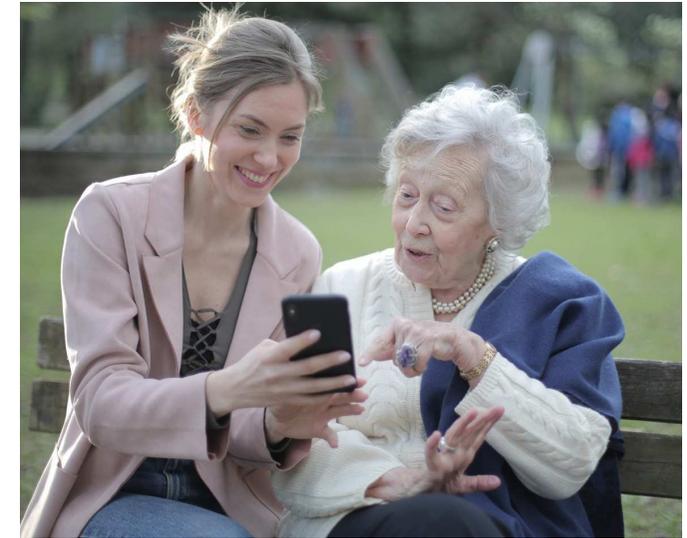
Dienstag: 9.00 – 14.00 Uhr

Mittwoch: 10.00 – 15.00 Uhr

Donnerstag: 9.00 – 14.00 Uhr

@ mittendrin@caritas-rheinberg.de
www.caritas-rheinberg.de

🚌 Linie: 426, 427, 434, 439, E427
Haltestelle: „Forum“



Programm August 2025

Eine Anmeldung ist zu allen Angeboten notwendig.



Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt



Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt