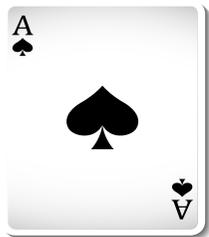


Montag

Bürozeiten: Geschlossen

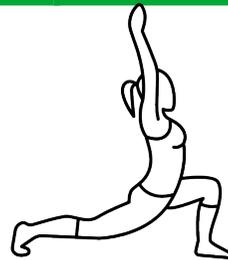
10:30 Uhr	Wandergruppe
13:30 – 15:00 Uhr	Gedächtnistraining
15:15 – 16:15 Uhr	Wirbelsäulengymnastik



Mittwoch

Bürozeiten: 10 – 15 Uhr

10:30 – 12:30 Uhr	Doppelkopf
12:30 Uhr	Senioren kochen für Senioren
13:00 – 15:15 Uhr 10.09.25	Smartphone Fotogalerie
16:00 – 18:00 Uhr 10.09. & 24.09.25	Offenes Malen 14-tägig



Freitag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 11:30 Uhr 26.09.25	Sprechstunde „Rund um die Moderne Technik“
11:00 Uhr 26.9.25	11.00 Uhr Ausflug mit dem Kleinbus nach Diepenthal
17:00 – 20:00 Uhr 19.09.2025	Kegeln

Dienstag

Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

9:30 – 10:30 Uhr	Yoga auf dem Stuhl
11:00 – 12:00 Uhr	Seniorengymnastik
13:00 – 14:00 Uhr	Progressive Muskelentspannung
14:00 – 16:15 Uhr 2.9. & 16.9.25	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
10:30 – 12:45 ab 25.09.25	Literaturgesprächskreis
11:00 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining
11:00 Uhr 25.09.25	Radtour mit Picknick
16:00 – 19:00 Uhr 4.09.25	Kegeln Gaststätte Bützler



Samstag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 13:00 Uhr 20.09.25	Reparatur-Café
11:00 – 13:00 20.09.25	Frühstückstreff

Sonntag

10:00 Uhr 21.09.25	Wanderung mit Petra
11:00 Uhr 7.09.25	Boule



MITTENDRIN
TREFF für Alt und Jung



Achtung ab Januar 2025:

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

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

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

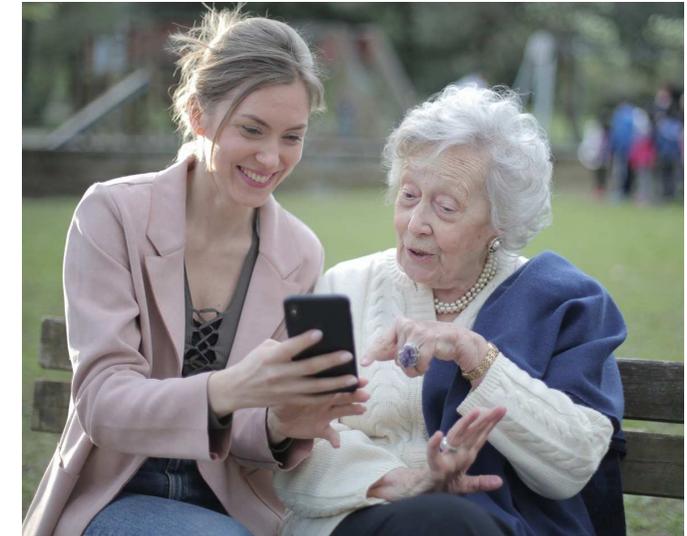
Leitung hat Frau Anita Liebold.

Die Werke können Sie gerne während der Öffnungszeiten besichtigen.



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

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



Programm September 2025

Eine Anmeldung ist zu allen Angeboten notwendig.



Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt



Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt