

SAMSTAG

10.00 - 13.00 Uhr

Reparatur-Café - **17.10.26**

11.00 - 13.00 Uhr

Frühstückstreff - **17.10.26**

SONNTAG

10:00 Uhr Wanderung mit Petra

11.10.26

11:00 Uhr Ausflug mit dem Kleinbus
zum Kartoffelfest nach Lindlar (nur
noch Warteliste) **18.10.26**

**Um Anmeldung
für alle
Veranstaltungen
wird gebeten !**

Neue Adresse:

Centrum am Rosengarten / Kieser Haus
Unser eigener Eingang ist an der Rückseite
des Gebäudes, ebenerdig, in der Mitte wo
die Bank steht

Odenthaler Str. 19
51469 Bergisch Gladbach



02202-18 90 60



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



Buslinien: 427, 434, 439

Haltestelle „Am Mühlenberg“



Öffnungszeiten Büro:

Dienstag: 09.00 – 14.00 Uhr

Mittwoch: 10.00 – 15.00 Uhr

Donnerstag: 09.00 – 14.00 Uhr

Erfahren Sie mehr über unsere
Begegnungsstätten:



Caritas
RheinBerg

MIT ~~X~~ ENDRIN
B E G E G N U N G S S T Ä T T E



Programm

Oktober 2026

MONTAG

10.30 Uhr

Wandergruppe

13.30 - 14.45 Uhr

Gedächtnistraining

13.30 - 15.00 Uhr

Doppelkopf Fortgeschrittene

15.00 - 16.00 Uhr

Prophylaxe Wirbelsäule

DIENSTAG

09.30 - 10.30 Uhr

Yoga auf dem Stuhl

11.00 - 12.00 Uhr

Senioren gymnastik

13.00 - 14.00 Uhr

Progressive Muskelentspannung

14.00 - 16.15 Uhr Hilfe bei Smartphone,
Laptop, Internet **20.10.26**

14.00 Uhr Rummy Cup

15.00 Uhr Doppelkopf

MITTWOCH

10.30 - 12.30 Uhr

Doppelkopf

12.30 Uhr

Senioren kochen für Senioren

14:30 – 16:45 Uhr !!! Smartphone
Google Maps, Herr Falb – **07.10.26**

14:30 – 16:45 Uhr !!! Smartphone
Umgang mit Ki, Herr Falb – **21.10.26**

16.00 - 18.00 Uhr Offenes Malen

14-tägig **07.10.26** und **21.10.26**

DONNERSTAG

10.00 - 11.00 Uhr

Stuhl Yoga

10:30 – 12:45 Uhr

Literaturgesprächskreis **08. + 22.10.26**

11.15 - 12.30 Uhr Gedächtnistraining

14:30 – 16:00 Uhr Sing- und Gesprächskreis
01.10.26

14:00 – 15:30 Uhr Märchen, Gedichte,
Geschichten und Bildern durchs Jahr - mit
Maria Jansen **15.10.26**

FREITAG

10:00 Uhr

Ausflug mit dem Kleinbus zur Müngstener
Brücke (nur noch Warteliste) **02.10.26**

11:30 - 13:00 Uhr

Doppelkopf Anfänger Kurs

18:00 Uhr

Kegeln – **16.10.26**