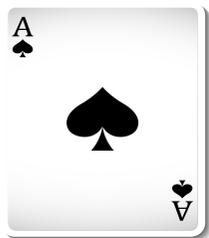


Montag

Bürozeiten: Geschlossen

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



Dienstag

Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

9:30 – 10:30 Uhr	Yoga auf dem Stuhl
11:00 – 12:00 Uhr	Seniorengymnastik
11:00 Uhr 29.07.25	Ausflug mit dem Kleinbus zur Lüderich
13:00 – 14:00 Uhr	Progressive Muskelentspannung
14:00 – 16:15 Uhr 1.7. & 15.7.25	Einzelhilfe bei Smartphone, Laptop, Bildbearbeitung, ...
14:10 Uhr	Rummy Cup / Phase 10
15:00 Uhr	Doppelkopf

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 23.07.25	Google Maps Kurs
13:00 – 15:15 Uhr 30.07.25	Whats App Kurs
16:00 – 18:00 Uhr 2.07. & 16.07.25	Offenes Malen 14-tägig

Freitag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 11:30 Uhr 11.07.25	Sprechstunde „Rund um die Moderne Technik“
17:00 – 20:00 Uhr 25.07.2025	Kegeln



Donnerstag

Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

10:00 – 11:00 Uhr	Yoga Stuhl
11:00 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining
10.07.25	Fotoprojekt zum Erhalt der Begegnungsstätte
16:00 Uhr 17.07.25	Kölsche Leckerchen / Mehrgangmenü u. Verzällcher

Samstag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 13:00 Uhr 19.07.25	Reparatur-Café
11:00 – 13:00 19.07.25	Frühstückstreff

Sonntag

11:00 Uhr 6.07.25	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

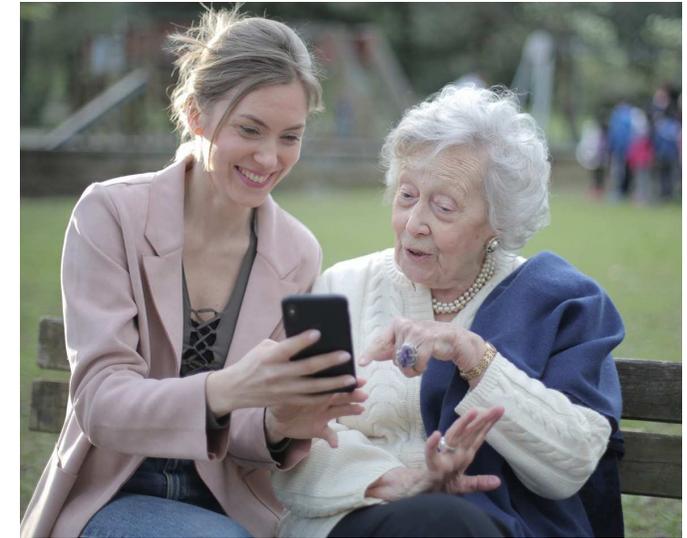
Ansprechpartnerinnen:
Astrid Hagl und Alice Keppel
Hauptstr. 249
51465 Bergisch Gladbach

☎ 02202 / 18 90 60

Öffnungszeiten Büro:
Dienstag: 9.00 – 14.00 Uhr
Mittwoch: 10.00 – 15.00 Uhr
Donnerstag: 9.00 – 14.00 Uhr

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

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



Programm Juli 2025

Eine Anmeldung ist zu allen Angeboten notwendig.



Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt



Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt