Montag

Bürozeiten: Geschlossen

10:30 Uhr	Wandergruppe
13:30 – 14:45 Uhr	Gedächtnistraining
13:30 – 15:00 Uhr	Doppelkopf Fortgeschrittene
15:15 – 16:15 Uhr	Prophylaxe Wirbelsäule

Dienstag

Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

9:30 – 10:30 Uhr	Yoga auf dem Stuhl
11:00 – 12:00 Uhr	Seniorengymnastik
11:00 Uhr 14.07.	Mit dem Kleinbus zur Groov, Porz
13:00 – 14:00 Uhr	Progres Muskelentspannung
14:00 – 16:15 Uhr 14.07.	Persönliche Hilfe bei Laptop, Smartphone, Bildbearbeitung.
14:00 Uhr	Rummy Cup
15:00 Uhr	Doppelkopf

Mittwoch

Bürozeiten: 10 – 15 Uhr

10:30 – 12:30 Uhr	Doppelkopf
12:30 Uhr	Senioren kochen für Senioren
13:00 – 15:15 Uhr 1.07.	Smartphone Foto Galerie
13:00 – 15:15 Uhr 15.07.	Smartphone Google Maps
16:00 – 18:00 Uhr 1. & 15.7.	Offenes Malen 14-tägig

Donnerstag

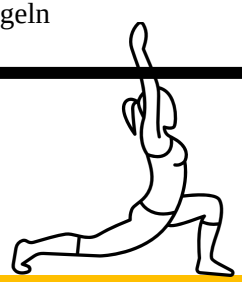
Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

10:00 – 11:00 Uhr	Yoga Stuhl
11:15 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining

Freitag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 11:30 Uhr 3.07.	Sprechstunde „Rund um die Moderne Technik“
11:30 – 13:00 Uhr	Doppelkopf Anfängerkurs
18:00 Uhr 24.07.	Kegeln



Samstag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 13:00 Uhr 18.07.	Reparatur-Café
11:00 – 13:00 Uhr 18.07.	Frühstückstreff
11:00 Uhr 4.07.	Tafel der Begegnung von der Caritas RheinBerg Fußgängerzone Bergisch Gladbach

Sonntag

9:00 Uhr 14.07.	Wanderung und Ausflug zu einem der TV-Drehorte aus der Serie „Mord mit Aussicht“ nach Kürten Olpe

Das Mittendrin bleibt vom 01. – einschließlich 16. August 2026 geschlossen.

Ab dem 17. August finden Sie uns in unserer neuen Einrichtung im „Centrum am Rosengarten“ (Kieser Haus), Odenthaler Straße 19, 51465 Bergisch Gladbach

Eingang ist an der Rückseite des Gebäudes

Eine Anmeldung ist zu allen Angeboten notwendig.

MITTENDRIN

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“

Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt

MITTENDRIN

TREFF für Alt und Jung

Programm Juli 2026

Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt