

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

Mittwoch

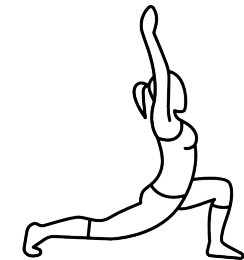
Bürozeiten: 10 – 15 Uhr

10:30 – 12:30 Uhr	Doppelkopf
12:30 Uhr	Senioren kochen für Senioren
13:00 – 15:15 Uhr 6. & 13.5.	Smartphone für Fortgeschrittene
13:00 – 15:15 Uhr 27.05.	Smartphone Workshop für Fortgeschrittene
16:00 – 18:00 Uhr 06. & 20.5.	Offenes Malen 14-tägig

Freitag

Bürozeiten: Geschlossen

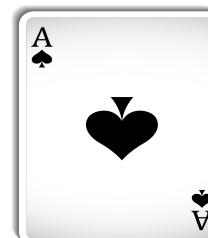
10:00 – 11:30 Uhr 8.5.	Sprechstunde „Rund um die Moderne Technik“
11:30 – 13:00 Uhr	Doppelkopf Anfänger Kurs



Dienstag

Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

9:30 – 10:30 Uhr	Yoga auf dem Stuhl
11:00 – 12:00 Uhr	Seniorengymnastik
11:00 Uhr 19.05.	Mit dem Kleinbus nach Blankenberg
13:00 – 14:00 Uhr 5.5. – 26.5.	Progres Muskelentspannung
14:00 – 16:15 Uhr 19.05.	Einzelhilfe bei Smartphone, Laptop, Bildbearbeitung, ...
14:00 Uhr	Rummy Cup
15:00 Uhr	Doppelkopf



Donnerstag

Bürozeiten: 9 – 14 Uhr

10:00 – 11:00 Uhr	Yoga Stuhl
10:30 – 12:45 21.5.	Literaturgesprächskreis
11:15 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining

Samstag

Bürozeiten: Geschlossen

10:00 – 13:00 Uhr 16.5.	Reparatur-Café
11:00 – 13:00 16.5.	Frühstückstreff

Sonntag

19:00 Uhr 17.5.	Wanderung und Ausflug zu einem der TV-Drehorte aus der Serie „Mord mit Aussicht“ nach Kürten-Olpe
--------------------	---



MITXENDRIN
TREFF für Alt und Jung



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

Programm Mai 2026



Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt

Eine Anmeldung ist zu allen Angeboten notwendig.