

## Wöchentliche/fortlaufende Angebote



Datum	Tag	Zeit	Programm
	Montag wöchentlich	12:30- 13:30	<b>Wassergymnastik</b> in Kooperation mit dem MTV, Herler Ring 176; Präventionskurs; Anmeldungen über Fr. Frings; aktuell nur Warteliste möglich
	Dienstag wöchentlich	11:00- 12:00	<b>Wassergymnastik</b> in Kooperation mit dem MTV, Herler Ring 176; Präventionskurs; Anmeldungen über Fr. Frings; aktuell nur Warteliste möglich
	Mittwoch wöchentlich	10:00- 12:00	<b>SpieleVormittag</b> Gemeinschaftsraum GAG, Georg-Zapf-Str. 16; Gespielt, was gefällt!
	Mittwoch wöchentlich	10:00- 11:00	<b>Nordic Walking-Gruppe</b> TP: Parkplatz Hubertusstr.; Probestöcke bei Vor Anmeldung vorhanden
	Donnerstag wöchentlich	9:30- 10:30	<b>Deichrunde</b> Spaziergang am Deich mit und ohne Hund; Bei Interesse bitte melden bei Fr. Frings 0151 52860770
	Freitag	15:00- 17:00	<b>Die Boule-Gruppe freut sich auf die neue „Draußen-Saison“, die am 03.05. wieder startet!!</b> Kontakt bei Fragen: I. Künzel 0221 01520 8344428 Freitags auf dem Sportplatz vom TV Flittard (am Deich)

Pausiert!

## Mai 2024



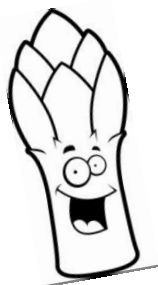
Datum	Tag	Zeit	Programm
02.05.	Donnerstag Jeden 1.	15:30	<b>Stammtisch/Offener Treff</b> im Eiscafé Roni Es gibt Kartoffelsalat und Würstchen! Bitte bei Fr. Rose 0221 666703 anmelden bis 26.04.!!
06.05.	Montag	10:00- 12:00	<b>Flittarder-Senioren-Frühstück in der „Pauline“</b> Es gibt Kaffee und Leckereien...für eine leichtere Planung bitte bis zum 3. Mai bei Fr. Rose 0221 666703 anmelden

08.05.	Mittwoch	10:00-11:30	<b>Sprechstunde im Café Kraus</b> Mit Fr. Frings zum Kennenlernen, austauschen und informieren
14.05.	Dienstag Jeden 2.	13:30	<b>Kino-Gruppe „Die Rumba-Therapie“</b> Komödie, Seniorenkino im Kinopolis Leverkusen; 7,- € Kaffee & Kuchen & Film; Info bei Fr. Frings Treffpunkt: Netto-Parkplatz/ Bushaltestelle Flittard
15.05.	Mittwoch	14:00-16:00	<b>BINGO</b> in der Pauline (Jugendzentrum) Wir verbringen einen geselligen BINGO-Mittag...und freuen uns auf einen lustigen Nachmittag mit Spaß und kleinen Preisen!
16.05.	Donnerstag	12:45	<b>Besuch des Schulmuseums</b> mit Probeunterricht und Führung in Bergisch Gladbach, Eintritt 3,-€/ermäßigt 1,-€ Anmeldung bis zum 10. Mai bei Fr. Rose 0221 666703
22.05.	Mittwoch	10:00-11:30	<b>Sprechstunde im Café Kraus</b> Mit Fr. Frings zum Kennenlernen, austauschen und informieren

Ausflug

## Juni 2024

Datum	Tag	Zeit	Programm
03.06.	Montag	10:00-12:00	<b>„Flittarder Senioren-Frühstück“ in der Pauline</b> Unter dem Motto „gemeinsam schmeckt es besser“ Für eine bessere Planbarkeit bitte anmelden bei Fr. Frings bis zum 29.05 unter 0151 52860770
06.06.	Donnerstag	8:50-18:30	<b>„Spargelfahrt nach Schloss Walbeck“</b> Unter dem Motto „Spargel satt“ fahren wir dieses Jahr mit dem SNW Mülheim und Stammheim gemeinsam zum Spargel-Essen. Anschließend haben wir Zeit für einen Stadtbummel in Kevelaer. Kosten für den Reisebus und Spargel-Essen 30,- € p. P. 8:50 Abfahrt Haltestelle „Flittard“, Rückfahrt für 17:00 Uhr geplant Anmeldung unter 0151 52860770 möglich/ Vorkasse bei Fr. Frings am 08.05. und 22.05. im Café Kraus möglich oder nach Vereinbarung
11.06.	Dienstag	13:30	<b>Kino-Gruppe „Weißt du noch?“</b> Komödie mit Senta Berger und Konstantin Wecker Seniorenkino im Kinopolis Leverkusen; 7,- € Kaffee & Kuchen & Film; Info bei Fr. Frings Treffpunkt: Netto-Parkplatz/ Bushaltestelle Flittard



18.06.	Dienstag	10:00- 11:30	<b>Sprechstunde im Café Kraus</b> Mit Fr. Frings zum Kennenlernen, austauschen und informieren
19.06.	Mittwoch	14:00- 16:00	<b>BINGO</b> in der Pauline (Jugendzentrum) Wir verbringen einen geselligen BINGO-Mittag...und freuen uns auf einen lustigen Nachmittag mit Spaß und kleinen Preisen!

**Bitte achtet darauf, ob eine Anmeldung erforderlich ist!**

Bei allen Fragen, Interessen o.Ä. gerne anrufen, zur Sprechstunde kommen oder eine Mail schreiben.

Wenn Sie noch andere, neue Ideen haben, was Sie gerne in netter Gesellschaft machen möchten, dann melden Sie sich gerne!

**INFO/Termine:**

- <https://www.awbkoeln.de/schadstoffe/schadstoffmobil/>  
**Termine 2024:** 02.05., 27.06., 25.07., 22.08., 19.09., 17.10., 14.11., 12.12. ; Donnerstag 12.30 – 13.30  
Ortshinweis: Eduard-Heis-Str. (Marktplatz)
- 04. Mai Jubiläumsfest der freiwilligen Feuerwehr Flittard am Stammheimer Schützenplatz

Kontakt:

Marion Frings

Mobil: 0151 52860770

Mail: [seniorennetzwerk-flittard@drk-koeln.de](mailto:seniorennetzwerk-flittard@drk-koeln.de)

Mo.- Do. von 9:00- 14:00 Uhr persönlich erreichbar & AB

[www.Seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.Seniorennetzwerke-koeln.de)