

Datum	Tag	Zeit	Programm
04.06.	Dienstag	15.00-18.00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
06.06.	Donnerstag	Abfahrt des Busses: 08:30 Uhr TP.: Wendekreis am Ende der Moses-Hess- Str. (Nähe GAG-Raum)	Gemeinsamer Ausflug der SNW Mülheim, Stammheim und Flittard mit dem Bus zum Spargelessen im Schloß Walbeck Rückfahrt ca. 16:30 Uhr ab Kevelaer Teilnahmegebühr: 30 €. Vorkasse erforderlich. Im Preis enthalten sind die Busfahrt und das Essen. Es sind noch Plätze frei..Anmeldungen nur noch über Frau Frings / SNW Flittard Tel.: 0151 52860770
17.06.	Montag	Beginn: 15 Uhr	„Kaffee oder Tee“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Gemütliches Beisammensein. Unkostenbeitrag: 3 € Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis 12.06. bei Frau Steiner, Tel.: 661744
18.06.	Dienstag	15.00-18.00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
20.06.	Donnerstag	TP. 14:00 Uhr Haltestelle Moses-Hess- Str. Bus 153 Richtung Köln	Stadt- und Waldspaziergang durch Schlebusch Wir fahren mit Bus und Bahn bis zur Endhaltestelle der Linie 4 in Leverkusen-Schlebusch, wandern von dort bis zum Café Curtius zur Zwischen- einkehr. Auf dem gleichen Weg geht es wieder zurück. Anmeldungen bis zum 17.06. bei Frau Faßbender Tel.: 642877
25.06.	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	„Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Anmeldungen bei Fr. Carnot, Tel. 0173 3858817

Datum	Tag	Zeit	Programm
02.07.	Dienstag	15:00 – 18:00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
09.07.	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	„Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Fr.au Carnot, Tel. 0173 3858817
16.07.	Dienstag	15:00 – 18:00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
22.07.	Montag	Beginn: 15 Uhr	„Kaffee oder Tee“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Gemütliches Beisammensein . Heute wird Frau Brandt von der Servicestelle Mülheim anwesend sein. Unkostenbeitrag: 3 € Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis 17.07. bei Frau Steiner, Tel.: 661744
23.07.	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	„Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Fr.au Carnot, Tel. 0173 3858817
25.07.	Donnerstag	TP 12:10 Uhr Haltestelle Moses-Hess- Str. Bus SB25 Richtung Köln	Andere Küchen entdecken Wir fahren mit dem Bus bis zur Haltestelle Bahnhof Deutz / Messe und essen dann im Brauhaus Köln-Deutz direkt im Deutzer Bahnhof. Anmeldungen bis 19.07. bei Frau Gerhards Tel.: 628661 (ab 16:00 Uhr)
30.07.	Dienstag	15:00 – 18:00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967

Die Mitglieder des Planungsteams treffen sich am
Montag, 17.06. **um 13 Uhr** und am
Montag, 22.07. um 12 Uhr zur Besprechung und Vorbereitung im GAG-Raum.

Fortlaufende Angebote:

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren unter autorisierter Leitung

Treffpunkt: Vor der Terrasse des GAG-Raums, Moses-Hess-Str. 74
Informationen : Tel.: 0178 3001475

Einstieg jederzeit möglich, um eine kleine Spende wird gebeten.

Mittwochs	10:00 – 11:00 Uhr	Fit bis ins hohe Alter: Gymnastikgruppe im Sitzen und Stehen
	11:00 – 12:00 Uhr	Fitness-parcours
Freitags	10:00 – 11:00 Uhr	Fitness im Alter für Geübte Nordic-Walking incl. Gymnastik
	11:00 – 12:00 Uhr	Nach Bedarf: Nordic-Walking oder Gymnastik im Sitzen und Stehen

Sie möchten Ihr persönliches Exemplar unseres Programms in Papierform haben?
Unser Programm liegt an folgenden Stellen für Sie aus:

Stadtteilbüro	Bonhoeffer-Straße 13
Evangelische Kirche	Bonhoeffer-Straße 8
Café Lichtblick	Gisbertstraße 98
Schloß-Apotheke	Gisbertstraße 92
Schreibwarenladen Adam	Gisbertstraße 88 - 90
Lotto Bell (Poststelle)	Moses-Heß-Straße 8
Bäckerei Förster	Gisbertstraße 109

Ebenfalls finden Sie unser Programm auf unserer Homepage

www.seniorennetzwerke-koeln.de/stadteile/stammheim

und in Kürze auch in der Stammheim-App

**Bitte beachten Sie:
Vom 1. bis 28. Juni
habe ich Urlaub und bin weder telefonisch noch im
Stadtteilbüro zu erreichen.
Emails an das SNW Stammheim werden nicht automatisch
weitergeleitet.**



**In dringenden Fällen wenden Sie sich bitte an Frau Frings
vom SNW Flittard.**

**Tel.: 0151 52860770
Email: seniorennetzwerk-flittard@drk-koeln.de**

Ab dem 29.06. gelten wieder die bekannten Ansprechzeiten:

**Stadtteilbüro Bonhoeffer-Str. 13
montags von 10:00 – 12:00 Uhr persönlich ansprechbar**

**Telefonisch sind wir erreichbar: montags 10:00 – 12:00 Uhr
Festnetz Stadtteilbüro: 0221 9337737**

**Zusätzlich montags + mittwochs 10:00 - 12:00 Uhr
mobil SNW: 0160 91705737**