


| Datum | Tag | Zeit | Programm |
|--------|----------|----------------------|---|
| 04.02. | Dienstag | 14:00 – 17:00 Uhr | Die Veranstaltung „Skat, Rummikub und andere Spiele fällt heute leider aus |
| 11.02. | 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 Frau Carnot, Tel. 0173 3858817 |
| 17.02. | Montag | Beginn: 15 Uhr | „Kaffee oder Tee“ Karnevalsfeier im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Lassen Sie sich überraschen und kommen Sie gerne verkleidet. Sie möchten eine Bütenrede halten? Oder etwas vortragen? Wir freuen uns über Ihre Beiträge. Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis 12.02. bei Frau Steiner, Tel.: 661744  |
| 18.02 | Dienstag | 14:00 -17:00 Uhr | „Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967 |
| 25.02 | 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 Frau Carnot, Tel. 0173 3858817 |

| Datum | Tag | Zeit | Programm |
|--------|------------|--|--|
| 04.03. | Dienstag | 14:00-17:00 Uhr | „Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967 |
| 11.03. | Dienstag | 14:00 – 16:00 Uhr | „Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74. Wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Anmeldungen bei Frau Carnot, Tel. 0173 3858817 |
| 17.03. | Montag | Beginn: 15 Uhr | „Kaffee oder Tee“ Gemütliches Beisammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 4 € Heute stellt sich Sascha Hoffmann (Enkel von Ingrid Molitor) vor, um mit uns einen Termin zu machen für einen Vortrag zum Thema: „Sturzprophylaxe und Gesundheitskompetenz“ Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis 12.03. bei Frau Steiner, Tel.: 661744 |
| 18.03. | Dienstag | 14:00-16:00 Uhr | „Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967 |
| 20.03. | Donnerstag | TP 12:00 Uhr Haltestelle Moses-Hess- Str. Bus 153 Richtung Köln | „Andere Küchen kennenlernen“ Wir testen heute das Brauhaus in der Severinstraße Nr.2 Wer nicht gemeinsam mit der Gruppe anreisen möchte, kann direkt zum Lokal kommen. Anmeldungen bis 14.03. bei Frau Gerhards Tel.: 628661 (ab 16:00 Uhr) |
| 25.03. | Dienstag | 14:00 – 16:00 Uhr | „Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74. Wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Anmeldungen bei Frau Carnot, Tel. 0173 3858817 |



Regelmäßig stattfindende Sportveranstaltungen:

Mittwochs : „Fit bis ins hohe Alter“

Kurs 1 10:00 – 11:00 Uhr

Kurs 2 11:00 – 12:00 Uhr

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren im Sitzen und Stehen unter autorisierter Leitung, für diese Kurse ist eine Teilnahmegebühr erforderlich.

Treffpunkt: Vor der Terrasse des GAG-Raums, Moses-Hess-Str. 74

Informationen : Tel.: 0178 3001475

Freitags: Wir treffen uns um 10 Uhr zu einer Walking-Runde mit oder ohne Stöcke. Die Teilnahme ist kostenlos.

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich eingeladen, sollten sich allerdings vorher nach dem Treffpunkt und der geplanten Laufrunde erkundigen.

Tel.: 0173 4071851

Die Mitglieder der Walking-Gruppe werden per WhatsApp bzw. telefonisch über den Treffpunkt rechtzeitig informiert.

Wir sind für Sie erreichbar

Persönlich: im Stadtteilbüro Bonhoeffer-Str. 13 montags von 10:00 – 12:00 Uhr

Telefonisch: montags 10:00 – 12:00 Uhr Festnetz Stadtteilbüro: 0221 9337737

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

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 |
| Bäckerei Förster | Gisbertstraße 109 |
| Lotto Bell (Poststelle) | Moses-Heß-Straße 8 |

Ebenfalls finden Sie unser Programm auf unserer Homepage
www.seniorennetzwerke-koeln.de/stadtteile/stammheim