

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