

Datum	Tag	Zeit	Programm
02.02.	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
10.02.	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	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
23.02.	Montag	Beginn: 15:00 Uhr	„Kaffee oder Tee“ (Eine Woche später als üblich wegen Rosenmontag) Gemütliches Beisammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Unkostenbeitrag: 4 € Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis 18.02. bei Frau Steiner, Tel.: 661744
24.02.	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
02.03.	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
10.03.	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
16.03	Montag	Beginn: 15:00 Uhr	„Kaffee oder Tee“ Gemütliches Beisammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Unkostenbeitrag: 4 € Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis 11.03. bei Frau Steiner, Tel.: 661744
17.03.	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
19.03.	Donnerstag	TP siehe Aushang	Andere Küchen kennenlernen Ort: siehe Aushang
24.03.	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
31.03.	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

Regelmäßig stattfindende Sportveranstaltungen im GAG-Raum, Moses-Hess-Str. 74

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.

Informationen : Tel.: 0178 3001475

Freitags : Wir treffen uns vormittags nach Absprache (aktuell um 10:00 Uhr) an der Treppe zum Rhein am Ende der Isidor-Caro-Straße zu einer Walking-Runde mit oder ohne Stöcke. Die Teilnahme ist kostenlos. Neue Teilnehmer*innen kommen einfach zum Treffpunkt, regelmäßige Teilnehmer*innen verabreden sich telefonisch oder in einer WhatsApp-Gruppe. Wir laufen ca. 1 Stunde incl. einer kurzen Gymnastikeinlage.

**Wir sind montags für Sie persönlich im Stadtteilbüro erreichbar.
Bitte informieren Sie sich vorab über die wechselnden Öffnungszeiten.**

09:30 - 11:30 Uhr bzw. 13:00 – 15:00 Uhr

Zu den angegebenen Öffnungszeiten sind wir auch telefonisch erreichbar

Festnetz Stadtteilbüro : 0221 9337737

Mobil SNW: 0160 91705737 (zusätzlich mittwochs 10:00 – 12:00 Uhr)

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
Stammheimer Kiosk	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