






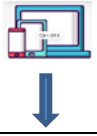





















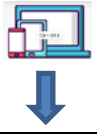




Uhr	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sa	So
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
10:00	<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!		<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!	<b>Fronleichnam</b>			
14:00	<b>Spiele + Gespräche</b> 	 <b>„Freier Treff“</b>	<b>„Seniorenkino“</b> Im Cineplex Filmpalast, 7,- p.P. Absprache zur Platzreservierung erforderlich!				
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
10:00	<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!	 ↓	<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!	<b>„Kaffee, Kuchen, Klöhnen“</b> Bei schönem Wetter mit Bollerwagen im Stadtteil unterwegs			
14:00	<b>Spiele + Gespräche</b> 	<b>Schlauer (Smart-) Nachmittag</b> „Dienstags-Maler“ und mehr, wir üben mit Tablet + Smartphone	<b>„Bewegen ist Leben“</b> Wir bewegen uns im Sitzen 	 			
	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
10:00	<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!		<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!	<b>LVR Museum</b> Gelenkschmiede  Hendrichs  Anmeldung erforderlich, es entstehen Kosten.			
14:00	<b>Spiele + Gespräche</b>  <b>Rheinschiffahrt</b> Die gute Tat e.V.  15:00 Anmeldung erforderlich	<b>Infostand</b> Am Vogelsanger Markt 	<b>Suppentag</b> Wir kochen und essen gemeinsam (es entstehen Kosten) 				
	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
10:00	<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!		<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!	<b>Stadtteilfrühstück</b> Anmeldung erforderlich 4,- pro Person 			
14:00	<b>Spiele + Gespräche</b> 	<b>Trommeln macht Spaß –auf alle Felle!</b>  15:00 Uhr	Aktionstag <b>„Älter werden, aktiv bleiben“</b> Bürgerschaftshaus Bocklemünd				
	<b>29</b>	<b>30</b>					
10:00	<b>Nordic-Walking</b>  Treffpunkt: SNW Anmeldung erbeten!	 ↓		 <b>QUÄKER NACHBARSCHAFTSHEIM</b> <small>NORBERT-BÜRGERZENTRUM</small>			
14:00	<b>Spiele + Gespräche</b> 	<b>Schlauer (Smart-) Nachmittag</b> Wir machen uns mit der Wii vertraut	