Datum	Tag	Zeit	Programm
03.11.	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
10.11.	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
17.11.	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
24.11.	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
26.11.	Donnerstag	TP. 13:00 Uhr Haltestelle Moses-Hess-Straße, Bus 153 Richtung Köln	**„Wir gehen essen!“** Heute besuchen wir das Gilden-Brauhaus am Clevischen Ring. Anmeldungen bis zum 20.11. bei Frau Steiner, Tel.: 661744

Datum	Tag	Zeit	Programm
01.12.	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
08.12.	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
15.12.	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
22.12	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
29.12.	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
Jeden 4. Freitag im Monat		15:00 - 17:00 Uhr.	**Externe Veranstaltung** Computer-Hilfe Sprechstunde im Café Lichtblick, Gisbertstr. 98 Kostenlose Anleitung und persönliche Unterstützung bei Fragen zu Smartphone, Tablet und PC. Bitte bringen Sie Ihr Gerät mit zur Sprechstunde.

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 30014**

Freitags : „Walking-Runde“
Wir treffen uns 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 sind willkommen, Infos unter **0173 4071851**
Wir laufen ca. 1 Stunde, manchmal auch incl. einer kurzen Gymnastikeinlage.

Wir sind montags für Sie zwischen 13:00 und 15:00 Uhr persönlich und telefonisch im Stadtteilbüro, Bonhoeffer-Str. 13 erreichbar.
Tel. 0221 / 9337737 oder 0160 91705737
Unter der Mobilfunknummer auch montags und mittwochs von 10:00 – 12:00 Uhr.

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

Wenn Sie eine Email-Adresse haben, können wir Ihnen das aktuelle Programm gerne auch per mail zuschicken. Schicken Sie uns eine Nachricht oder rufen Sie an, damit wir Sie in unserem Verteiler aufnehmen können.

Wir wünschen allen Besucherinnen und Besuchern
unserer Veranstaltungen ein frohes Weihnachtsfest
und einen „Guten Rutsch“ in ein friedliches Jahr 2027.

Im nächsten Jahr sind wir ab dem 4.Januar wieder erreichbar.

Danke auch an alle Unterstützer und Sponsoren,
die unsere Arbeit ermöglicht haben.

Bleiben Sie gesund!

Ihr Planungsteam

