

## Programm für den Zeitraum vom: 01.10.2024 bis: 31.10.2024

Datum	Uhrzeit	Thema	Anmeldung erforderlich
Dienstag, 1. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Mittwoch, 2. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Mittwoch, 2. Okt	10:00	Aktionstag Demenz auf dem Rathausvorplatz	nein
Mittwoch, 2. Okt	15:00	Tischtennis - eigeninitiativ	ja
Donnerstag, 3. Okt		Feiertag/ Kein Programm	
Freitag, 4. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Freitag, 4. Okt	9:30	Bewegung und Spaß mit Musik	ja
Montag, 7. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Montag, 7. Okt	10:00	fit für 100 Gr. 1	ja
Montag, 7. Okt	11:30	fit für 100 Gr. 2	ja
Montag, 7. Okt	13:00	fit für 100 Gr. 3	ja
Montag, 7. Okt	14:30	offener Spieletreff - eigeninitiativ	nein
Dienstag, 8. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Mittwoch, 9. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Mittwoch, 9. Okt	12:15	Gemeinsames Essen/Gulascheintopf	ja
Mittwoch, 9. Okt	14:30	Musik liegt in der Luft, gemeinsames Singen	nein
Mittwoch, 9. Okt	15:00	Tischtennis - eigeninitiativ	ja
Donnerstag, 10. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein

---

## Programm für den Zeitraum vom: 01.10.2024 bis: 31.10.2024

Donnerstag, 10. Okt	10:00	fit für 100 Gr. 1	ja
Donnerstag, 10. Okt	11:30	fit für 100 Gr. 2	ja
Donnerstag, 10. Okt	13:00	fit für 100 Gr. 3	ja
Donnerstag, 10. Okt	14:00	Stadtrundfahrt - Anmeldung bei Fr. Arenz	ja
Freitag, 11. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Freitag, 11. Okt	9:30	Bewegung und Spaß mit Musik	ja
Freitag, 11. Okt	17:00	Selbsthilfegr. Seel. Gesundheit	ja
Samstag, 12. Okt	13:00	bis 16:00 Uhr Kleidertausch im MGH	ja
Montag, 14. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Montag, 14. Okt	10:00	fit für 100 Gr. 1	ja
Montag, 14. Okt	11:30	fit für 100 Gr. 2	ja
Montag, 14. Okt	13:00	fit für 100 Gr. 3	ja
Montag, 14. Okt	14:30	offener Spielertreff - eigeninitiativ	nein
Dienstag, 15. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Dienstag, 15. Okt	10:00	Aktivgruppe	ja
Mittwoch, 16. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Mittwoch, 16. Okt	14:30	Quartalscafe	ja
Mittwoch, 16. Okt	15:00	Tischtennis - eigeninitiativ	ja
Donnerstag, 17. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Donnerstag, 17. Okt	10:00	fit für 100 Gr. 1	ja

---

## Programm für den Zeitraum vom: 01.10.2024 bis: 31.10.2024

Donnerstag, 17. Okt	11:30	fit für 100 Gr. 2	ja
Donnerstag, 17. Okt	13:00	fit für 100 Gr. 3	ja
Freitag, 18. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Freitag, 18. Okt	9:30	Bewegung und Spaß mit Musik	ja
Montag, 21. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Montag, 21. Okt	10:00	fit für 100 Gr. 1	ja
Montag, 21. Okt	11:30	fit für 100 Gr. 2	ja
Montag, 21. Okt	13:00	fit für 100 Gr. 3	ja
Montag, 21. Okt	14:30	offener Spielertreff - eigeninitiativ	nein
Dienstag, 22. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Dienstag, 22. Okt	14:30	Spiel ohne Grenzen	ja
Mittwoch, 23. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Mittwoch, 23. Okt	14:30	RemoMode Verkaufsveranstaltung	nein
Mittwoch, 23. Okt	15:00	Tischtennis - eigeninitiativ	ja
Donnerstag, 24. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Donnerstag, 24. Okt	10:00	fit für 100 Gr. 1	ja
Donnerstag, 24. Okt	11:30	fit für 100 Gr. 2	ja
Donnerstag, 24. Okt	13:00	fit für 100 Gr. 3	ja
Donnerstag, 24. Okt	14:30	Bingo	ja
Freitag, 25. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein

---

## Programm für den Zeitraum vom: 01.10.2024 bis: 31.10.2024

Freitag, 25. Okt	9:30	Bewegung und Spaß mit Musik	ja
Freitag, 25. Okt	17:00	Selbsthilfegr. Seel. Gesundheit	ja
Montag, 28. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Montag, 28. Okt	10:00	fit für 100 Gr. 1	ja
Montag, 28. Okt	11:30	fit für 100 Gr. 2	ja
Montag, 28. Okt	13:00	fit für 100 Gr. 3	ja
Montag, 28. Okt	14:30	offener Spielertreff - eigeninitiativ	nein
Dienstag, 29. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Dienstag, 29. Okt	14:00	Vortrag - Klimaschutz in Monheim LSH	nein
Mittwoch, 30. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Mittwoch, 30. Okt	15:00	Tischtennis - eigeninitiativ	ja
Donnerstag, 31. Okt	9:00	offenes Kaffeetrinken	nein
Donnerstag, 31. Okt	10:00	fit für 100 Gr. 1	ja
Donnerstag, 31. Okt	11:30	fit für 100 Gr. 2	ja
Donnerstag, 31. Okt	13:00	fit für 100 Gr. 3	ja