

Sonderveranstaltungen

Die., 11. März **10:00 Uhr**

Gemeinsames Frühstück

Organisiert durch die

ZWAR-Gruppe Erkrath-Unterefeldhaus.

An diesem Morgen soll gemeinsam gefrühstückt werden. Brötchen und Belag werden zentral eingekauft. Der Kaffee und Tee kann in der Begegnungsstätte erworben werden. Zur guten Planung des Lebensmitteleinkaufs wird um eine **persönliche Teilnehmeranmeldung bis zum 9. März gebeten.**

Anmeldung: E-Mail: Siebert.Harald@gmx.de

Ab 05.03. Tel.: 0211 2009850;

Mi., 26. März **15:00 – 16.30 Uhr**

Wege aus der Einsamkeit –

Impuls mit anschließender Diskussion

Vermutlich hat sich schon jeder einmal einsam gefühlt.

Einsamkeit hat viele Gesichter.

Erfahren Sie was Einsamkeit ausmacht und diskutieren Sie mit, wie Wege aus der Einsamkeit aussehen können und wie wir dieser Herausforderung gemeinsam begegnen können.

Referentin: Monika Thöne

Zur besseren Planbarkeit ist die Anmeldung erwünscht.

Anmeldung: 0211 243553

Dienstags (in Planung) **10:30 – 12:00 Uhr**

Neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit Atemwegserkrankungen

Mit Begleitung der Selbsthilfekontaktstelle wird eine neue SHG für Atemwegserkrankungen aufgebaut.

Anmeldung & Info: 02104 965622,

selbsthilfe-mettmann@paritaet-nrw.org

oder in der Begegnungsstätte Gerberstraße

ZWAR-Basisgruppentreffen

jeden 2. Mi im Monat Findet im März als Frühstück statt **18:30 – 21:00**

Begegnungsstätte Gerberstraße, Raum 1

Fragen gerne an ZWAR-EU@t-online.de

Internet: <https://zwar-erkath.de/>

Neue Interessierte sind herzlich willkommen!

Sonderveranstaltungen

Veranstaltungen der Fachstelle Demenz Demenz-Netzwerk-Erkrath

Die., 04. März **14:00 – 15:30 Uhr**

Angehörigengruppe

Information & Anmeldung:

Gabriela Wolpers, 0211- 24 95 223

Dienstags **16:30 – 18:00 Uhr**

„CaféKlatsch“

CaféKlatsch ist ein Gruppenangebot für Menschen mit Vergesslichkeit. Gemeinsam wird in Erinnerungen geschwelgt, erzählt, gesungen, es gibt Kaffee und Kuchen – einfach eine schöne Zeit verbracht. Das Treffen wird von ehrenamtlichen Mitarbeitenden begleitet.

Information & Anmeldung:

Gabriela Wolpers, 0211- 24 95 223

Fachstelle Demenz Demenz-Netzwerk Erkrath

Gesprächstermine nach Vereinbarung

Gabriela Wolpers, Tel.: 0211-24 95 223

fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de



im Kreis Mettmann

Begegnungsstätte Gerberstraße

Gerberstraße 7, 40699 Erkrath

März 2025

Tel: 0211-243553

E-Mail: bgst-gerberstrasse@caritas-mettmann.de

Träger: Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V.
www.caritas-mettmann.de

Leitung, Beratung: Gabriela Wolpers

Weitere Mitarbeiterin: Mafi Ikonga

Regelmäßiges Programm

MONTAG

Gemeinsam fit für 100 Fee Gerads, Kontakt: 0211-243553	11:00 – 12:00
Bridge	14:30 – 18:30
Impromix – Stegreiftheatergruppe	14:30 – 16:00
ZWAR Doppelkopf	16:00 – 19:00
Bewegt sein mit Musik ger. KW Monika Thöne, Integrative Tanztherapeutin (DGT) Kontakt: 0176-29178625	16.15 – 17:30
Therapeutischer Tanz ger. KW Monika Thöne, Integrative Tanztherapeutin (DGT) Kontakt: 0176-29178625	18:00 – 20:00
ZWAR Nordic Walking Kontakt: Bewegung.zw@gmail.com	18:00 – 19:00
ADFC-Vorstand 2. Mo Kontakt: karl-heinz.lambertz@adfc-erkrath.de	19:00 – 22:00
Gitarrenensemble ger.KW	19:00 – 21:00

DIENSTAG

Tagesmüttertreff	10:00 – 11:00
Gelenk & Balance	10:30 – 11:30
Angehörigengruppe Demenz 1.Di	14:00 – 15:30
Cafè Klatsch (begleitet) Gabriela Wolpers, Kontakt: 0211-2495223	15:00 – 17:00
Lachyoga ger.KW Monika Schäfer, Kontakt: 0178-8920734	14:00 – 15:00
Tanzen mit Mr. B. (in Planung) 2. Die. Bernd Finke, Kontakt: evspo@web.de	14:00 – 15:30
Beweglich und aktiv bleiben – Sport mit Mr. B. Bernd Finke, Kontakt: evspo@web.de	15:30 – 16:30
ZWAR Boule Treffen am Bouleplatz	ab 16:00
Bridge 1.+3.+5. Di	18:30 – 23:00

Regelmäßiges Programm

MITTWOCH

Liedergarten für Babys und Kleinkinder mit ihren (Groß-)Eltern Susanne Rosenstock (Musikschule), Kontakt: 0211-24074019	09:30 – 11:15
Gedächtnstraining - Fit im Alltag - Regina Müller-Keddouh, Kontakt: 0211-243553	10:00 – 11:00
Gedächtnstraining - Fitness für die grauen Zellen Regina Müller-Keddouh, Kontakt: 0211-243553	11:30 – 13:00
Mittwochrunde – Erzählen bei Kaffee und Kuchen	14:30 – 17:00
Spielen am Mittwoch 14-tägig	15:00 – 17:00
Musikschule Susanne Rosenstock, Kontakt: 0211-2407 4019	15:00 – 17:00
Komm, geh mit uns Gemeinsames Spazierengehen	15:00 – 16:00
Kundalini Yoga Ilona Gorke, Kontakt: 0157-54642240	17:45 – 18:45 19:15 – 20:15
ADFC Radlertreff 1. Mi	19:00 – 22:00
ZWAR Stammtisch 2. Mi	18:30 – 21:00
BM-Sammelclub 3. Mi	18:00 – 20:00

DONNERSTAG

Yoga für Senioren Cornelia Böker-Lunau, Kontakt: 02104-2105116	09:30 – 11:00
Spanisch VHS Asuncion Castrillo	09:00 – 10:30
Gedächtnstraining mit Regina Regina Müller-Keddouh, Kontakt: 0176 50901986	10:15 – 11:15
Gemeinsam fit für 100 Monika Rauser, Kontakt: 0211-243553	11:30 – 12:30 13:00 – 14:00
Musikgruppe	11:30 – 13:30
Arthrose-Gruppe Hans-Gerd Barthel, Kontakt 0173-4456025	10:30 – 12:00
Singen macht Spaß Pia-Lucia Heuberger, Kontakt: 0211-20 87 16	14:30 – 16:45
Englisch-Üben	15:00 – 16:30

Regelmäßiges Programm

VDK	4. Do	15:00 – 18:00
ZWAR Philosophie	1.+ 3. Do	17:00 – 19:30
Ukulele Norbert Koch, Kontakt: 0177-7385957	1. Do	18:00 – 21:00

FREITAG

Qi Gong		10:15 – 11:30
„KREATIV“ sein Ingeborg Arend, Kontakt: 0162-4287543	14-tägig	10:00 – 13:00
Skat		14:00 – 18:00
Canasta/ Rommee		14:00 – 17:00
Schachclub – Trainingsabend		19:30 – 23:00

SAMSTAG

Schachclub – Jugendtraining		10:00 – 13:00
Frauenchor		14.00 – 17.00

SONNTAG

Schach Turniere		09:30 – 16:30
Wochenend-Musizieren		14:00 – 18:00

Skat-Gruppe sucht Verstärkung
Freitags, 14:00 – 18:00 Uhr

Information: Herr Greuel, Tel.: 01520 3573070

