

Sankt Augustin-Ort

CLUB der Stadt Sankt Augustin, Markt 1

Montag	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Denken und Bewegun-Gleichgewichtsübung
	Regelmäßig 14.00 Uhr - 18.00 Uhr	Kartenspieltreff Schwerpunkt: Skat und Doppelkopf, Canasta, Rummikub
Dienstag	Regelmäßig 14.00 Uhr - 18.00 Uhr ab 14.30 Uhr ab 16.30 Uhr	Schach und Kartenspieltreff Kegeln in den Ratsstuben Kaffeetreff der Kegelgruppe im CLUB
Mittwoch	Regelmäßig 13.30 Uhr - 14.30 Uhr 14.00 Uhr - 17.00 Uhr	Seniorengymnastik Offener Nachmittag/gemütliche Kaffeestunde mit Programm
	1x im Monat	Radwandern
	1x im Monat 10.00 Uhr	Wandern
Donnerstag	2x im Monat 11.00 Uhr – 11.45 Uhr	Fit im Alltag – Beweglichkeitsübungen
Nachmittag	1x im Monat 14.30 Uhr - 16.30 Uhr	Selbsthilfegruppe MS
	1x im Monat 14.00 Uhr – 16.30 Uhr	Besuch des Seniorenzentrums St. Franziskus
	1x im Monat 14.30 Uhr - 16.30 Uhr	Aktiv -CLUB für Menschen ab 55+
	1x im Monat	Halb/Ganztagesfahrten mit dem Bus in die nähere Umgebung
Freitag	1x im Monat 09.30 - 11.00 Uhr	Gesprächskreis 60+ „Weltoffen sein“
	1x im Monat 09.30 - 11.00 Uhr	Gesprächskreis für pflegende Angehörige
	1x im Monat 09.30 - 11.30 Uhr	Computergesprächskreis für Senioren
	1x im Monat 11.30 Uhr	Wandern
	Regelmäßig 14.00 Uhr - 16.15 Uhr 17.00 Uhr - 19.15 Uhr	Kreativwerkstatt (Aquarell, Acryl und Öl) Kreativwerkstatt (Aquarell, Acryl und Öl)

Dienstag und Donnerstag	vormittags:	Sprachkurse durch die Rhein-Sieg VHS Englisch und Spanisch
Dienstag und Mittwoch	abends:	Selbsthilfegruppen: EA-Gruppe und Kreuzbundgruppen
Donnerstag	abends: 1 x im Monat	Selbsthilfegruppe: Stammtisch „Leben nach Krebs“e.V
	1x im Monat	Circolo Italiano
Regelmäßige Treffen nach Absprache		Senioren-Netzwerk Sankt Augustin
Samstag	1x im Monat 14.00 Uhr – 18.00 Uhr	Seniorenachmittag für Spätaussiedler
	1x im Monat 10.30 Uhr - 12.00 Uhr	Eingetragener Verein „Leben nach Krebs“e.V.
	1x im Monat 15.00 Uhr – 17.00 Uhr	„Kaffee im CLUB“ Integration von Menschen mit und ohne Behinderung
Sonntag	2x im Monat	Projekt Wohnen mit Jung und Alt
Nach Absprache Samstag und Sonntag		Lebenshilfe Rhein-Sieg; Kochtraining

Weitere Angebote auf Anfrage im CLUB!
Ansprechpartnerin: Gudrun Ginkel Tel.: 02241/243 340