

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.00 - 10.00 Uhr							
10.00 - 11.00 Uhr			BRIDGE-Club (Clubraum) 10.00-13.00Uhr		"BERATUNG ON TOUR" in der Stadtteilbücherei Kaiserswerth 11.00-13.00 Uhr/ 3. Freitag im Monat		
11.00 - 12.00 Uhr	ENGLISCH - KURS (Clubraum) 11.00 - 12.30 Uhr <u>Findet statt bei ausreichender TN-Zahl!</u> <u>Bitte mit Voranmeldung!</u>	GEDÄCHTNIS-TRAINING (CLUBRAUM) 11.00 - 12.30 Uhr		STURZPROPHYLAXE (Treffpunkt) 11.45 - 12.45 Uhr		memoreTraining (Clubraum) Digitales Gesundheitstraining Balance - Kraft- Hand- Augen-Koordiantion - Reaktion - Gedächtnis <u>11.45-12.30 Uhr</u> (mit Anmeldung; max. TN-Zahl 8 Personen) Anleitung: Kerstin Riediger	
12.00 - 13.00 Uhr					KULTUR im zentrum plus Kaiserswerth (Kulturkirche/ Treffpunkt) 16.00-17.00Uhr: <u>09.03.2023:</u> • Dia-Präsentation mit Gabriele Müller: "DIE WUNDER FLORIDAS" , Treffpunkt <u>16.03.2023:</u> • LESUNG MIT EHEPAAR WELTER: • "Frühling, ja Du bist's!" - lustige und hübsche Gedichte und Geschichten zur ersehten Jahreszeit", Treffpunkt <u>23.03.2023</u> • Gitarre und Lyrik mit Burkhard Wolk: "Reigen von Gitarrenklang mit zauberhaftem Wort" - , Treffpunkt		
13.00 - 14.00 Uhr			"Das Digitalisierung 1x1" Beratung und Austausch rund um's Smartphone, Tablet, digitale Medien (CLUBRAUM) 14.30-16.00Uhr Bitte mit Voranmeldung, da Teilnehmer*innen- Begrenzung! <u>Gerade Kalenderwochen:</u> Einzelberatung nach Termin <u>Ungerade Kalenderwochen:</u> Gruppenberatung (bitte mit Voranmeldung, da begrenzte Teilnehmerzahl!				
14.00 - 15.00 Uhr							
15.00 - 16.00 Uhr							
16.00 - 17.00 Uhr			Gesprächs- kreis: Frauen, die die Welt bewegen: (Treffpunkt) 16.00-17.30Uhr: <u>Findet statt bei ausreichender TN-Zahl!</u> Bitte mit Voranmeldung!		<u>Termine:</u> • 03.03. • 10.03. • 24.03. • 31.03.		
17.00 - 18.00 Uhr		PILATES (Treffpunkt) 17.20-18.20 Uhr					
18.00 - 19.00 Uhr							
19.00 - 20.00 Uhr							