

Anmeldung per Telefon: 05242 / 4129 080
Anmeldung per Whats-App: 0176 / 21238730



Unsere Gruppen- und Ausflugsangebote im Oktober 2024

Dienstag, 01.10.2024 10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)

Yoga & Gesundheit für Körper & Geist

Bewegung im Sitzen und Atemübungen mit Christiane mit Mittagssnack



Mittwoch, 02.10.2024

14:00 – 17:30 Uhr (Abholung ab 13:30 Uhr)

Seniorenkino im Bambi Kino

Film: „Enkel für Fortgeschrittene“



Kosten vor Ort 10 Euro

Donnerstag, 03.10.2024

Tag der Deutschen Einheit

Freitag, 04.10.2024

Büro bleibt geschlossen wegen Brückentag

Montag, 07.10.2024

10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)

Bewegung am Vormittag: Fitness für Körper & Geist

Gedächtnistraining & Sitzgymnastik mit Natalie mit Mittagssnack



Donnerstag, 10.10.2024

14:00 – 17:00 Uhr (Abholung ab 13:15 Uhr)

Ausflug zum Tierpark Nadermann

Kosten für Eintritt und Fahrt 21,50€. Die Kosten für die Verpflegung vor Ort trägt jeder für sich allein!



Bei schlechtem Wetter: Ausflug zum Gartencenter Brockmeyer

Montag, 14.10.2024

14:00 – 17:00 Uhr (Abholung ab 13:30 Uhr)

Bewegungsnachmittag: Fitness für Körper & Geist

Gedächtnistraining & Sitzgymnastik mit Elke mit Kaffee & Kuchen

Für Kaffee und Kuchen sammeln wir eine kleine Umlage von 3,00 € pro Person ein. Für Mittagessen 6,00€ -8,00€



Anmeldung per Telefon: 05242 / 4129 080
Anmeldung per Whats-App: 0176 / 21238730



Dienstag, 15.10.2024 10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)
Yoga & Gesundheit für Körper & Geist
Bewegung im Sitzen und Atemübungen mit Christiane mit Mittagssnack



Donnerstag, 17.10.2024 10:30 – 13:30 Uhr (Abholung ab 10:00 Uhr)
Ausflug nach Bruno Kleine nach Marienfeld zum Einkaufen
Mit Mittagessen im Restaurant
Kosten für Fahrt 6,50€. Die Kosten für die Verpflegung vor Ort trägt jeder für sich allein !



Montag, 21.10.2024 10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)
Bewegung am Vormittag: Fitness für Körper & Geist
Gedächtnistraining & Sitzgymnastik mit Natalie mit Mittagssnack



Donnerstag, 24.10.2024 14:30 – 18:00 Uhr (Abholung ab 14:00 Uhr)
Ausflug zum Kürbishof Ordelheide mit Kürbisausstellung und Kürbisschnitzen
Kosten für Kaffee und Kuchen sind vor Ort zu zahlen. Kosten für die Fahrt 9,50€.



Montag, 28.10.2024 14.00 – 17:00 Uhr (Abholung ab 13:30 Uhr)
Bewegungsnachmittag: Fitness für Körper & Geist
Gedächtnistraining & Sitzgymnastik mit Natalie mit Kaffee & Kuchen



Dienstag, 29.10.2024 10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)
Yoga & Gesundheit für Körper & Geist
Bewegung im Sitzen und Atemübungen mit Christiane mit Mittagssnack

Für Kaffee und Kuchen sammeln wir eine kleine Umlage von 3,00 € pro Person ein. Für Mittagessen 6,00€ -8,00€

Anmeldung per Telefon: 05242 / 4129 080
Anmeldung per Whats-App: 0176 / 21238730



Unsere Gruppen- und Ausflugsangebote im November 2024

Montag, 04.11.2024 10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)

Bewegungsvormittag: Fitness für Körper & Geist

Gedächtnistraining & Sitzgymnastik mit Natalie mit Mittagssnack



Mittwoch, 06.11.2024 14:00 – 17:30 Uhr (Abholung ab 13:30 Uhr)

Seniorenkino im Bambi Gütersloh

Film: „In voller Blüte“

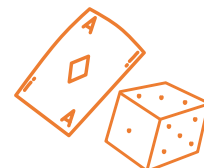


Kosten vor Ort 10,-Euro

Donnerstag, 07.11.2024 14:30 – 17:30 Uhr (Abholung ab 14:00 Uhr)

Bunter Nachmittag mit Gesellschaftsspielen im Cafe Linde

Kosten für Kaffee und Kuchen sind vor Ort zu zahlen. Kosten für die Fahrt 5€



Montag, 11.11.2024 14:00 – 17:00 Uhr (Abholung ab 13:30 Uhr)

Bewegung am Nachmittag: Fitness für Körper & Geist

Gedächtnistraining & Sitzgymnastik mit Natalie mit Kaffee und Kuchen

Dienstag, 12.11.2024 10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)

Yoga & Gesundheit für Körper & Geist

Bewegung im Sitzen und Atemübungen mit Christiane mit Mittagssnack



Montag, 18.11.2024 10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)

Bewegungsvormittag: Fitness für Körper & Geist

Gedächtnistraining & Sitzgymnastik mit Natalie mit Mittagssnack

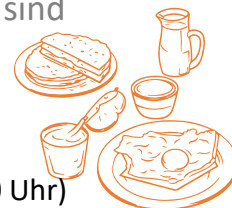
Für Kaffee und Kuchen sammeln wir eine kleine Umlage von 3,00 € pro Person ein. Für Mittagessen 6,00€ -8,00€

Anmeldung per Telefon: 05242 / 4129 080
Anmeldung per Whats-App: 0176 / 21238730



Donnerstag, 21.11.2024 09:30 – 12:30 Uhr (Abholung ab 09:00 Uhr)
Frühstück im Seecafe in Rheda-Wiedenbrück

mit Spaziergang um den Emssee oder Gesellschaftsspiele. Auch Rollstuhlfahrer sind willkommen.



Montag, 25.11.2024 14:00 – 17:00 Uhr (Abholung ab 13:30 Uhr)
Bewegung am Nachmittag: Fitness für Körper & Geist
Gedächtnistraining & Sitzgymnastik mit Natalie mit Kaffee und Kuchen



Dienstag, 26.11.2024 10:00 – 13:00 Uhr (Abholung ab 09:30 Uhr)
Yoga & Gesundheit für Körper & Geist

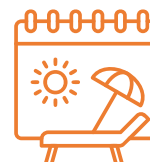
Bewegung im Sitzen und Atemübungen mit Christiane mit Mittagssnack



Donnerstag, 28.11.2024 17:00 – 20:00 Uhr (Abholung ab 16:30 Uhr)
Ausflug zur Vesperkirche St. Pius mit kleinem Programm.
Dazu gibt es unterschiedliche Mahlzeiten



Aus terminlichen und zeitlichen Gründen haben wir uns entschieden in diesem Jahr keinen Urlaubsausflug anzubieten. Gerne planen wir für April einen Urlaubsausflug, bei Interesse melden sie sich gerne jetzt schon bei Pauline



Für Kaffee und Kuchen sammeln wir eine kleine Umlage von 3,00 € pro Person ein. Für Mittagessen 6,00€ -8,00€