

Mo	03.07.	11:00 – 12:00	Hilfe beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen mit Behördenhelferin Frau Bünger
		15:30 – 17:30	Nordic-Walking-Treff Start: Nachbarschaftsagentur
		16:00 – 18:00	Angebot für Kinder Susi und Marta kommen mit dem DOGEWO-Spielmobil
Di	04.07.	09:00 – 11:00	Beratung zu Gesundheit, Pflege und Prävention
		11:30 – 13:30	Suppen-Dienstag Für alle, die gerne in Gemeinschaft essen
		15:00 – 17:00	Handarbeitstreff (diese Gruppe ist leider voll)
		18:00 – 21:00	Malkurs mit Ulrich Nagel Bitte melden Sie sich an: Telefon 733659
Mi	05.07.	11:15 – 12:15	Fit für 100 Bewegung und Muskelaufbau mit Physiotherapeut G. Kutz
		15:00 – 17:30	Fototreff für Hobby-Fotografen
Do	06.07.	10:00 – 12:00	Computer-Sprechstunde Antworten rund ums Thema PC, Smartphone, Internet
		10:00 – 11:00	Walking-Lauftreff Start: Nachbarschaftsagentur
		15:00 – 17:00	Nachbarschafts-Café Kaffee, Kuchen, Quatschen, Spielen
		19:30 – 20:30	Zumba-light Bewegung mit Musik und Spaß (Trainerin: Andrea Reichert)
Fr	07.07.	18:00 – 18:45	Einfache Entspannungsübungen und Meditation in der Gruppe – mit Marion Infos und Anmeldung unter Telefon 47 60 17 00
Mo	10.03.	11:00 – 12:00	Hilfe beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen mit Behördenhelferin Frau Bünger
		14:00 – 16:00	Sitzung des Akteursbeirates
		15:30 – 17:30	Nordic-Walking-Treff Start: Nachbarschaftsagentur
		16:00 – 18:00	Angebot für Kinder Susi und Marta kommen mit dem DOGEWO-Spielmobil
Di	11.07.	09:00 – 11:00	Beratung zu Gesundheit, Pflege und Prävention
		11:30 – 13:30	Suppen-Dienstag Für alle, die gerne in Gemeinschaft essen
		15:00 – 17:00	Handarbeitstreff (diese Gruppe ist leider voll)
Mi	12.07.	11:15 – 12:15	Fit für 100 Bewegung und Muskelaufbau mit Physiotherapeut G. Kutz
		15:00 – 17:00	Kreativ und selbstgemacht Handarbeit, Zeichnen, Basteln: neue Mit-Macher und Mit-Macherinnen sind herzlich willkommen

Do	13.07.	09:00 – 11:00	Nachbarschaftliches Frühstück Kostenbeitrag: 3,50 € Anmeldung erbeten!
		10:00 – 11:00	Walkingtreff Start: Nachbarschaftsagentur
		19:30 – 20:30	Zumba-light Bewegung mit Musik und Spaß (Trainerin: Andrea Reichert)
Fr	14.07.	18:00 – 18:45	Einfache Entspannungsübungen und Meditation in der Gruppe – mit Marion Infos und Anmeldung unter Telefon 47 60 17 00
Mo	17.07.	11:00 – 12:00	Hilfe beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen mit Behördenhelferin Frau Büniger
		11:30 – 13:30	Ferienprogramm: Kids-Koch-Club für Kinder von 6 -12 Jahren: wir kochen und essen zusammen Kostenbeitrag: 2,50 € Wir bitten um Anmeldung bis zum 13.07.!
		15:30 – 17:30	Nordic-Walking-Treff Start: Nachbarschaftsagentur
		16:00 – 18:00	Angebot für Kinder Susi und Marta kommen mit dem DOGEWO-Spielmobil
Di	18.07.	09:00 – 11:00	Beratung zu Gesundheit, Pflege und Prävention
		11:30 – 13:30	Suppen-Dienstag Für alle, die gerne in Gemeinschaft essen
		15:00 – 17:00	Handarbeitstreff (diese Gruppe ist leider voll)
Mi	19.07.	11:15 – 12:15	Fit für 100 Bewegung und Muskelaufbau mit Physiotherapeut G. Kutz
		15:00 – 17:30	Fototreff für Hobby-Fotografen
Do	20.07.	10:00 – 12:00	Computer-Sprechstunde Antworten rund ums Thema PC, Smartphone, Internet
		15:30 – 17:30	Walking-Lauftreff- Start: Nachbarschaftsagentur
		15:00 – 17:00	Nachbarschafts-Café Kaffee, Kuchen, Quatschen, Spielen
		19:30 – 20:30	Zumba-light Bewegung mit Musik und Spaß (Trainerin: Andrea Reichert)
Fr	21.07.	18:00 – 18:45	Einfache Entspannungsübungen und Meditation in der Gruppe – mit Marion Infos und Anmeldung unter Telefon 47 60 17 00
Mo	24.07.	09:00 – 11:00	Nachbarschaftliches Frühstück Kostenbeitrag: 3,50 € Anmeldung erbeten!
		11:00 – 12:00	Hilfe beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen Mit Behördenhelferin Frau Büniger
		11:30 – 13:30	Ferienprogramm: Kids-Koch-Club für Kinder von 6 -11 Jahren: wir kochen und essen zusammen Kostenbeitrag: 2,50 € Wir bitten um Anmeldung bis zum 20.07.!
		15:30 – 17:30	Nordic-Walking-Treff Start: Nachbarschaftsagentur
		16:00 – 18:00	Angebot für Kinder Susi und Marta kommen mit dem DOGEWO-Spielmobil
Di	25.07.	09:00 – 11:00	Beratung zu Gesundheit, Pflege und Prävention
		11:30 – 13:30	Suppen-Dienstag Für alle, die gerne in Gemeinschaft essen
		15:00 – 17:00	Handarbeitstreff (diese Gruppe ist leider voll)

Mi	26.07.	11:15 - 12:15	Fit für 100 Bewegung und Muskelaufbau mit Physiotherapeut G. Kutz
		15:00 – 17:00	Kreativ und selbstgemacht Handarbeit, Zeichnen, Basteln: neue Mit-Macher und Mit-Macherinnen sind herzlich willkommen
Do	27.07.	11:00 – 12:00	Walking-Lauftreff Start: Nachbarschaftsagentur
		15:00 – 17:00	Nachbarschafts-Café Wir spielen Bingo!
		19:30 – 20:30	Zumba-light Bewegung mit Musik und Spaß (Trainerin: Andrea Reichert)
Fr	28.07.	18:00 – 18:45	Einfache Entspannungsübungen und Meditation in der Gruppe – mit Marion Infos und Anmeldung unter Telefon 47 60 17 00
Mo	31.07.	11:00 – 12:00	Hilfe beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen Mit Behördenhelferin Frau Büniger
		15:30 – 17:30	Nordic-Walking-Treff Start: Nachbarschaftsagentur
		17:30 – 19:30	Diskussionstreff mit Imbiss Diskutieren Sie mit uns über ein aktuelles Thema!

**Veranstaltungsort ist die Nachbarschaftsagentur,
 Langeloh 18 (ehemals Gaststätte „Blickpunkt“)
 Infos und Anmeldungen auch telefonisch unter 0231 47601700
 oder unter www.nachbarschafts-agentur.de
 Mail: heike.rolsmeier@nachbarschafts-agentur.de**

Unsere hauptamtlichen Mitarbeiterinnen erreichen Sie in der Regel zu den folgenden Bürozeiten:

**montags und dienstags: 09:00 – 12:00 Uhr
 donnerstags: 09:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 17:00 Uhr
 mittwochs und freitags nach Vereinbarung**