


Programm der Nachbarschaftsagentur Wambel

Mo 03.07.	09:00 – 11:00	Beratung und Infos zu Gesundheit und Pflege
	14:30 – 15:30 	Fit durch den Sommer! Bewegungen im Sitzen und Stehen mit Hanteln und Gewichten im Bewegungsraum, An der Stipskuhle 34 a (Seiteneingang), Wir bitten um Anmeldung! Es darf auch gelacht werden!
Di 04.07.	16:00 – 18:00	Spielmobil von DOGEWO21- Angebot für Kinder
Mi 05.07.	10:00 - 11:00 11:15 - 12:15	Englisch- Sprachgruppe 65+ Gemeinsam alte Englischkenntnisse auffrischen... wir bitten um Anmeldung!
	15:00 - 17:00	Nachbarschaftstreff- Café – Kaffee, Kuchen, Plausch und Singen
	17:15 – 18:15 18:15 - 19:15	Zumba light & Anti- Sturz-Training – Wir bitten um Anmeldung! Zumba light & Anti- Sturz-Training Getränk, bequeme Kleidung und Sportschuhe werden empfohlen
Do 06.07.	16:00	Kinder Piano Welt mit Musiklehrerin Margarita- Klavier spielen für Kinder ab 2 Jahren. Anmeldung und Infos unter Telefon: 0173 275 82 56.
	15:30- 17:00	Nordic Walking- Kurs mit Trainer Rainer Pallut. Die Teilnahme ist kostenlos. Wir bitten um Anmeldung! Treffpunkt: Unter dem großen Baum am Garten der Nachbarschaftsagentur.
Fr 07.07.	11:00- 12:00	Nordic-Walking-Treff
	16:15 – 17.15	English Conversation- Englisch Club für Kinder und Teens. Wir bitten um Anmeldung!
Mo 10.07.	09:00 – 11:00	Beratung und Infos zu Gesundheit und Pflege
	14:30 – 15:30 	Fit durch den Sommer! Bewegungen im Sitzen und Stehen mit Hanteln und Gewichten im Bewegungsraum, An der Stipskuhle 34 a (Seiteneingang), Wir bitten um Anmeldung! Es darf auch gelacht werden!
Di 11.07.	16:00 – 18:00	Spielmobil von DOGEWO21- Angebot für Kinder
Mi 12.07.	10:00 - 11:00 11:15 - 12:15	Englisch- Sprachgruppe 65+ Gemeinsam alte Englischkenntnisse auffrischen... Wir bitten um Anmeldung!
	15:00 - 17:00	Nachbarschaftstreff- Café – Kaffee, Kuchen, Plausch und Singen
	17:15 – 18:15 18:15 - 19:15	Zumba light & Anti- Sturz-Training – Wir bitten um Anmeldung! Zumba light & Anti- Sturz-Training Getränk, bequeme Kleidung und Sportschuhe werden empfohlen!

Do 13.07.	16:00	Kinder Piano Welt mit Musiklehrerin Margarita- Klavier spielen für Kinder ab 2 Jahren. Anmeldung und Infos unter Telefon: 0173 275 82 56.
	15:30 - 17:00	Nordic Walking- Kurs mit Trainer Rainer Pallut. Die Teilnahme ist kostenlos. Wir bitten um Anmeldung! Treffpunkt: Unter dem großen Baum am Garten der Nachbarschaftsagentur.
Fr 14.07.	11:00	Nordic-Walking-Treff
	10:00 - 12:00	Computersprechstunde- Computer, Smartphone, Handy, Internet- es gibt keine dummen Fragen, aber hilfreiche Antworten! Wir bitten um Anmeldung!
	16:15 – 17.15	English Conversation- Englisch Club für Kinder und Teens. Wir bitten um Anmeldung!
Mo 17.07.	09:00 – 11:00	Beratung und Infos zu Gesundheit und Pflege
	11:00 – 12:00 	Fit durch den Sommer! Bewegungen im Sitzen und Stehen mit Hanteln und Gewichten im Bewegungsraum, An der Stipskuhle 34 a (Seiteneingang), Wir bitten um Anmeldung! Es darf auch gelacht werden!
Di 18.07.	16:00 - 18:00	Spielmobil von DOGEWO21- Angebot für Kinder
Mi 19.07.	10:00 - 11:00 11:15 - 12:15	Englisch- Sprachgruppe 65+ Gemeinsam alte Englischkenntnisse auffrischen... Wir bitten um Anmeldung!
	15:00 – 17:00	Nachbarschaftstreff- Café – Kaffee, Kuchen- Plausch und Singen!
	17:15 – 18:15 18:15 - 19:15	Zumba light & Anti- Sturz-Training – Wir bitten um Anmeldung! Zumba light & Anti- Sturz-Training Getränk, bequeme Kleidung und Sportschuhe werden empfohlen!
Do 20.07.	16:00 - 17:00	Kinder Piano Welt mit Musiklehrerin Margarita
	15:30 -17:00	Nordic Walking- Kurs mit Trainer Rainer Pallut. Die Teilnahme ist kostenlos. Wir bitten um Anmeldung!
Fr 21.07.	09:30	Frühstück mit Lesefutter- Gemeinsames Frühstück mit netten Nachbarn! Wir bitten um Anmeldung!
	11:00	Nordic -Walking-Treff
	11-16:00	Teilnahme der Nachbarschaftsagentur am Aplerbecker Seniorenmarkt
Mo 24.07.	09:00 – 11:00	Beratung und Infos zu Gesundheit und Pflege
	14:30 - 15:30 	Fit durch den Sommer! Bewegungen im Sitzen und Stehen mit Hanteln und Gewichten im Bewegungsraum, An der Stipskuhle 34 a (Seiteneingang), Wir bitten um Anmeldung! Es darf auch gelacht werden!
Di 25.07.	16:00 - 18:00	Spielmobil von DOGEWO21- Angebot für Kinder
Mi 26.07.	10:00 - 11:00 11:15 - 12:15	Englisch- Sprachgruppe 65+ Gemeinsam alte Englischkenntnisse auffrischen... Wir bitten um Anmeldung!
	15:00 – 17:00	Nachbarschaftstreff- Café – Kaffee, Kuchen, Plausch und Bingo 
	17:15 – 18:15 18:15 - 19:15	Zumba light & Anti- Sturz-Training – Wir bitten um Anmeldung! Zumba light & Anti- Sturz-Training Getränk, bequeme Kleidung und Sportschuhe werden empfohlen!

Do 27.07. 16:00 - 17:00	Kinder Piano Welt mit Musiklehrerin Margarita
15:30 - 17:00	Nordic Walking- Kurs mit Trainer Rainer Pallut. Die Teilnahme ist kostenlos. Wir bitten um Anmeldung! Letzter Kurstag!
Fr 28.07. 10:00 - 13:00	Kinder/ (Groß-) Eltern- Ferienaktion: Bastelworkshop „Super-Sockenbande“ für Kinder ab 5 Jahre mit ihren Großeltern/ Tanten/ Eltern/ Nachbarn... Veranstalter: Figurentheater „Turbine“
11:00	Nordic -Walking-Treff
Mo 31.07. 09:00 - 11:00	Beratung und Infos zu Gesundheit und Pflege
 14:30 - 15:30	Fit durch den Sommer! Bewegungen im Sitzen und Stehen mit Hanteln und Gewichten im Bewegungsraum, An der Stipskuhle 34 a (Seiteneingang), Wir bitten um Anmeldung! Es darf auch gelacht werden!

Veranstaltungsort ist die Nachbarschaftsagentur in der Geßlerstr. 2 (im Wohnhaus gegenüber EDEKA), sofern nicht anders angegeben.

Infos und Anmeldungen telefonisch unter **0231 - 28 67 86 72** oder unter www.nachbarschafts-agentur.de

Unsere Mitarbeiterinnen erreichen Sie in der Regel zu folgenden Bürozeiten:

montags: von 10:00 – 12:00 Uhr

mittwochs: von 14:00 – 16:00 Uhr

freitags : 9:00- 10:30 und nach Vereinbarung