

<b>Mo 04.02.</b>	<b>11:00 – 12:00</b>	<b>Formular- und Behördenhilfe</b> Frau Büniger ist über die Nachbarschaftsagentur zu erreichen. Bitte melden Sie sich zur Terminabsprache an (Telefon 47 60 17 00).
	<b>15:30 – 17:00</b>	<b>Nordic-Walking-Treff</b> Start: EDEKA-Parkplatz
	<b>17:45 – 19:15</b>	<b>Französisch:</b> Möchten Sie Ihre Kenntnisse auffrischen? Bienvenue!
<b>Di 05.02.</b>	<b>15:00 – 18:00</b>	<b>Handarbeitstreff</b> Handarbeiten und nettes Beisammensein
<b>Mi 06.02.</b>	<b>11:00 – 12:00</b>	<b>Fit für 100</b> Bewegung und Muskelaufbau mit Physiotherapeut G. Kutz
	<b>15:00 – 18:00</b>	<b>Kreativ und Selbstgemacht</b> Mitmacher und Mitmacherinnen erwünscht!
	<b>18:15 – 21:00</b>	<b>Skat-Abend und Rommé-Treff</b> Vorbeikommen und Mitspielen!
<b>Do 07.02.</b>	<b>10:00 – 11:30</b>	<b>Walking am Donnerstag – offene Gruppe</b> Start: Ecke Löttringhauser Straße/Eichhoffstraße
	<b>15:00 – 17:00</b>	<b>Nachbarschafts-Café</b> Wir spielen Bingo!
	<b>19:30 – 20:30</b>	<b>Pilates / Zumba-light</b> mit Musik und Spaß (Trainerin: Andrea Reichert)
<b>Fr 08.02.</b>	<b>16:00 – 17:00</b>	<b>Einfache Entspannungsübungen und Meditation in der Gruppe – mit Marion</b> Infos und Anmeldung unter Telefon 47 60 17 00
<b>Mo 11.02.</b>	<b>11:00 – 12:00</b>	<b>Formular- und Behördenhilfe</b> Frau Büniger ist über die Nachbarschaftsagentur zu erreichen. Bitte melden Sie sich zur Terminabsprache an (Telefon 47 60 17 00).
	<b>15:30 – 17:00</b>	<b>Nordic-Walking-Treff</b> Start: EDEKA-Parkplatz
	<b>17:45 – 19:15</b>	<b>Französisch:</b> Möchten Sie Ihre Kenntnisse auffrischen? Bienvenue!
<b>Di 12.02.</b>	<b>09:00 – 11:00</b>	<b>Beratung zu Gesundheit, Pflege und Prävention</b>
	<b>12:30 – 13:30</b>	<b>Suppen-Dienstag</b> Für alle, die gerne in Gemeinschaft essen.
	<b>15:00 – 18:00</b>	<b>Handarbeitstreff</b> Handarbeiten und nettes Beisammensein
<b>Mi 13.02.</b>	<b>11:00 – 12:00</b>	<b>Fit für 100</b> Bewegung und Muskelaufbau mit Physiotherapeut G. Kutz
	<b>15:00 – 18:00</b>	<b>Fototreff</b> für Hobby-Fotografen
	<b>18:15 – 21:00</b>	<b>Skat-Abend und Rommé-Treff</b> Vorbeikommen und Mitspielen!
<b>Do 14.02.</b>	<b>10:00 – 12:00</b>	<b>Computer-Sprechstunde</b> Unterstützung und Antworten rund ums Thema Internet, PC, Tablet, Smartphone
	<b>10:00 – 11:30</b>	<b>Walking am Donnerstag – offene Gruppe</b> Start: Ecke Löttringhauser Straße/Eichhoffstraße
	<b>19:30 – 20:30</b>	<b>Pilates / Zumba-light</b> mit Musik und Spaß (Trainerin: Andrea Reichert)
<b>Fr 15.02.</b>	<b>16:00 – 17:00</b>	<b>Einfache Entspannungsübungen und Meditation in der Gruppe – mit Marion</b> Infos und Anmeldung unter Telefon 47 60 17 00
<b>Mo 18.02.</b>	<b>11:00 – 12:00</b>	<b>Formular- und Behördenhilfe</b> Frau Büniger ist über die Nachbarschaftsagentur zu erreichen. Bitte melden Sie sich zur Terminabsprache an (Telefon 47 60 17 00).
	<b>15:30 – 17:00</b>	<b>Nordic-Walking-Treff</b> Start: EDEKA-Parkplatz
	<b>17:45 – 19:15</b>	<b>Französisch:</b> Möchten Sie Ihre Kenntnisse auffrischen? Bienvenue!
<b>Di 19.02.</b>	<b>09:00 – 11:00</b>	<b>Beratung zu Gesundheit, Pflege und Prävention</b>

	12:30 – 13:30	<b>Suppen-Dienstag</b> Für alle, die gerne in Gemeinschaft essen.
	15:00 – 18:00	<b>Handarbeitstreff</b> Handarbeiten und nettes Beisammensein
Mi 20.02.	11:00 – 12:00	<b>Fit für 100</b> Bewegung und Muskelaufbau mit Physiotherapeut G. Kutz
	15:00 – 18:00	<b>Kreativ und Selbstgemacht</b> Mitmacher und Mitmacherinnen erwünscht!
	18:15 – 21:00	<b>Skat-Abend und Rommé-Treff</b> Vorbeikommen und Mitspielen!
Do 21.02.	09:00 – 11:00	<b>Nachbarschaftliches Frühstück</b> Bitte melden Sie sich an! Kosten: 4,50 €
	10:00 – 11:30	<b>Walking am Donnerstag – offene Gruppe</b> Start: Ecke Löttringhauser Straße/Eichhoffstraße
	15:00 – 17:00	<b>Nachbarschafts-Café</b> Wir spielen Bingo!
	19:30 – 20:30	<b>Pilates / Zumba-light</b> mit Musik und Spaß (Trainerin: Andrea Reichert)
Fr 22.02.	14:00 – 15:00	<b>Einfache Entspannungsübungen und Meditation in der Gruppe – mit Marion</b> Infos und Anmeldung unter Telefon 47 60 17 00
	16:00 – 18:00	<b>Freizeittreff für Kinder von 6 – 10 Jahren:</b> Wir basteln! Bitte anmelden bis 15.02. (telefonisch oder per Mail) Kosten: 2 €
Mo 25.02.	11:00 – 12:00	<b>Formular- und Behördenhilfe</b> Frau Büniger ist über die Nachbarschaftsagentur zu erreichen. Bitte melden Sie sich zur Terminabsprache an (Telefon 47 60 17 00).
	15:30 – 17:00	<b>Nordic-Walking-Treff</b> Start: EDEKA-Parkplatz
	17:30 – 19:30	<b>Diskussionsabend</b> mit Imbiss Diskutieren Sie mit uns über ein interessantes Thema!
	17:45 – 19:15	<b>Französisch:</b> Möchten Sie Ihre Kenntnisse auffrischen? Bienvenue!
Di 26.02.	09:00 – 11:00	<b>Beratung zu Gesundheit, Pflege und Prävention</b>
	12:30 – 13:30	<b>Suppen-Dienstag</b> Für alle, die gerne in Gemeinschaft essen.
	15:00 – 18:00	<b>Handarbeitstreff</b> Handarbeiten und nettes Beisammensein
Mi 27.02.	11:00 – 12:00	<b>Fit für 100</b> Bewegung und Muskelaufbau mit Physiotherapeut G. Kutz
	15:00 – 18:00	<b>Fototreff</b> für Hobby-Fotografen
	18:15 – 21:00	<b>Skat-Abend und Rommé-Treff</b> Vorbeikommen und Mitspielen!
Do 28.02.	10:00 – 12:00	<b>Computer-Sprechstunde</b> Unterstützung und Antworten rund ums Thema Internet, PC, Tablet, Smartphone
	10:00 – 11:30	<b>Walking am Donnerstag – offene Gruppe</b> Start: Ecke Löttringhauser Straße/Eichhoffstraße
	15:00 – 17:00	<b>Nachbarschafts-Café</b> Kaffee und Kuchen, Quatschen oder Spielen...gemeinsam!
	19:30 – 20:30	<b>Pilates / Zumba-light</b> mit Musik und Spaß (Trainerin: Andrea Reichert)

**Im Januar und Februar stellt der Fototreff der Nachbarschaftsagentur seine Werke bei uns aus. Bitte besuchen Sie die Ausstellung im Rahmen unserer Bürozeiten oder unserer Veranstaltungen.**

**Infos und Anmeldungen telefonisch unter 0231 47 60 17 00**

**oder unter [www.nachbarschafts-agentur.de](http://www.nachbarschafts-agentur.de)**

**Mail: [heike.rolfsmeyer@nachbarschafts-agentur.de](mailto:heike.rolfsmeyer@nachbarschafts-agentur.de)**

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

**montags und dienstags: 09:00 – 15:00 Uhr**

**donnerstags: 09:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 17:00 Uhr**

**jeden 1. und 3. Freitag: 09:00 – 12:00 Uhr und nach Vereinbarung**