

# Wochenplan 13.09. –18.09.2021

## Montag, 13.09.2021

10.00 Uhr Gymnastik an der frischen Luft mit Judith Tita  
ab 12:15 Uhr Gemeinsamer Mittagstisch/Essen to go

## Dienstag, 14.09.2021

10.00 – 12.00 Uhr Kreativgruppe  
17.00 – 18.00 Uhr Aktiv-Gymnastik I  
18.15 - 19.15 Uhr Aktiv-Gymnastik II  
ab 19.30 Uhr Lesung mit Sylvia Schwarzer „Damals war´s und heute“

## Mittwoch, 15.09.2021

09.30 – 10.30 Uhr Gedächtnistraining I  
ab 12.15 Uhr Gemeinsamer Mittagstisch/Essen to go  
14.45 - 15.45 Uhr Gedächtnistraining II  
16.15 - 17.45 Uhr Seniorentanz

## Donnerstag, 16.09.2021

ab 10:30 Uhr Einkaufsfahrt  
14:00 – 17:00 Uhr BOJE – Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz  
17:15 – 18:15 Uhr Sitz dich fit

## Freitag, 17.09.2021

---

## Samstag, 18.09.2021

10:00 Uhr Gymnastik an der frischen Luft mit Judith Tita

---

**Infos und Anmeldungen unter Tel. 02202-59210 oder**  
**[treff.annahaus@caritas-rheinberg.de](mailto:treff.annahaus@caritas-rheinberg.de)**  
**Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach**

Bei uns gilt die 3G-Regel – bitte bringen Sie die entsprechenden Nachweise mit.

