

Caritas Begegnungsstätte Mittendrin

Hauptstraße 249, Bergisch Gladbach

Angebote im April 2023

Wandertreff mit Gaby und Gisela

Auf Schusters Rappen entlang der Strunde mit Umwegen rund um Gläbbisch, dazu lädt die Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach, immer montags, jeweils um 10.30 Uhr, ein. Die Organisatorinnen freuen sich über einen „Wandergroschen“. Treffpunkt ist der Parkplatz hinter der Begegnungsstätte Mittendrin. Eine Anmeldung ist unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de erwünscht.

Yoga auf dem Stuhl

Jeden Dienstag bietet die Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach, von 9.30 bis 10.30 Uhr, Yoga im Sitzen an. Die Übungen sind speziell für Senioren konzipiert, so dass die Teilnehmenden auch mit körperlichen Einschränkungen die Kraft des Yogas für sich nutzen können. Atemübungen und Entspannungstechniken runden die Stunde ab. Die Gebühr pro Teilnahme beträgt vier Euro. Unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 und per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de kann man sich anmelden.

Smartphone „Umgang mit Google Maps“

Navigation zu Fuß, mit dem Fahrrad, mit dem Auto oder den öffentlichen Verkehrsmitteln. Wie komme ich von A nach B? Wie speichere ich einen Ort oder poste ein Foto auf Google Maps? Diese und weitere Fragen werden von Manfred Falb in dem Kurs der Caritas-Begegnungsstätte Mittendrin beantwortet. Los geht es am Mittwoch, 5. April 2023, 13 bis 15.15 Uhr. Treffpunkt ist die Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein eigenes Smartphone (Betriebssystem Android) sowie gute Vorkenntnisse. Die Teilnahmegebühr beträgt 15 Euro. Um eine Anmeldung unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de wird gebeten.

Boule – ein beliebter Freizeitspaß

Boule, dieses Präzisionsspiel macht Freude, sorgt für körperliche Bewegung ohne Überanstrengung und fördert die Koordination, Kommunikation sowie Geschicklichkeit. In Kooperation mit dem Seniorenbeirat lädt die Caritas-Begegnungsstätte Mittendrin am Sonntag, 9. April 2023, um 11 Uhr, zum Boule spielen ein. Treffpunkt ist der Beit Jala Bouleplatz in Bergisch-Gladbach. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine kleine Spende ist willkommen. Die Anmeldung ist unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 und per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de möglich.

Caritas Begegnungsstätte Mittendrin

Hauptstraße 249, Bergisch Gladbach

Angebote im April 2023

Offenes Malen

Sich eine Auszeit nehmen vom Alltag! In lockerer Runde zwanglos malen, ob Mischtechnik, Zeichnen oder Collagen – einfach ausprobieren, was am meisten Spaß macht. Malen tut der Seele gut! Der Maltreff findet am Mittwoch, 12. April 2023, statt und geht von 16 bis 18 Uhr. Vierzehntägig wird sich unter der Betreuung von Sylvia Kurtsiefen getroffen und pro Teilnahme drei Euro bezahlt. Eine Anmeldung ist unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de möglich.

Besuch der Ausstellung Monet Rebelle und Genie in Wuppertal (Visiodrom)

Die Besucher erwartet ein multimediales Spektakel (Lichtshow) mit vielen Bildern Monets, die auf Flächen und in eine Kuppel in 45 Metern Höhe projiziert werden. Anschließend steht noch eine Fahrt mit der Schwebbahn auf dem Programm. Der Ausflug startet am Donnerstag, 13. April 2023, Treffpunkt ist um 9.20 Uhr am S-Bahnhof Bergisch-Gladbach. Die Rückkehr ist für 18 Uhr geplant. Lena Kürten und Ute Vierkotten begleiten die Gruppe. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Gebühr beträgt 22,50 Euro, darin sind die Fahrt und der Eintritt zur Ausstellung enthalten. Eine Anmeldung ist unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 und per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de möglich.

Sprechstunde rund um die moderne Technik

Unsere Welt wird immer digitaler, aber dadurch nicht unbedingt einfacher. Hilfe bei Problemen mit dem PC, Smartphone, I-Phone, Tablet oder dem Internet bietet die Caritas-Begegnungsstätte Mittendrin. Am Freitag, 14. April 2023, von 10 bis 11.30 Uhr, beantwortet Dietmar Zeschau an der Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach alle diesbezüglichen Fragen. Jeder Termin dauert 30 Minuten. Eine Anmeldung unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de ist erforderlich. Über eine Spende wird sich gefreut.

Themenfrühstück

Ein lockeres und unterhaltsames Zusammentreffen von Menschen bei Kaffee, Schnittchen oder einem Gläschen Sekt bietet die Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach, am Samstag, 15. April 2023, von 11 bis 13.30 Uhr. Es fällt ein Kostenbeitrag für die verzehrten Getränke und Speisen an. Gastgeberin ist Petra Hradil. Anmelden kann man sich unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 und per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de.

Caritas Begegnungsstätte Mittendrin

Hauptstraße 249, Bergisch Gladbach

Angebote im April 2023

Wanderung mit Petra

Zu einer Wanderung durch das schöne Bergische Land mit anschließender Einkehr lädt die Caritas Begegnungsstätte Mittendrin am Sonntag, 16. April 2023, um 10 Uhr, ein. Treffpunkt ist der Parkplatz hinter der Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach. Der Wanderbeitrag beträgt zwei Euro. Wer mitwandern möchte, meldet sich bis zum 13. April 2023 unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail an mittendrin@caritas-rheinberg.de vorher an.

Technikprechstunde

Viele kennen das: Manchmal will die Technik nicht so, wie man selbst will. In der Caritas Begegnungsstätte Mittendrin werden am Dienstag, 18. April 2023, von 13 bis 14.30 Uhr, Fragen rund um die Bedienung, Anwendung und Auswahl von verschiedenen technischen Geräten beantwortet. Dabei geht es um Digitale Fotografie und Bildbearbeitung, das Speichern und Versenden von Bildern, Filmen, Musik, Videos, Dokumenten und Dateien, Hilfe bei Bedienungsanleitungen, das Suchen und Finden von Fahrplänen, Auskünften und anderem im Internet, die Behebung von kleinen Computer- und Handy-Problemen, die Verwaltung von Terminen und Mails, die Navigation am Handy oder PC, Fragen zu Internet, Router, WLAN, Handy und Telefonverträgen, Fernseher, Fernbedienungen sowie die technische Hilfe bei Online-Antragsformular Für die Fragen werden 30-minütige Termine vergeben. Eine Anmeldung ist unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de erforderlich Die Leitung hat Holger Lonschien, über eine Spende wird sich gefreut.

„Progressive Muskelentspannung“

Zu einem sechsmaligen Kurs „Progressiver Muskelentspannung“ lädt die Caritas Rheinberg ab Dienstag, 18. April 2023, 13 bis 14 Uhr, in die Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach ein. Bei diesem leicht zu erlernenden Verfahren entspannen die Teilnehmenden durch abwechselndes Anspannen und Entspannen verschiedene Muskelgruppen. Das Angebot hilft dabei, zur Ruhe zu kommen und stärkt außerdem das Körperempfinden und die Abwehrkräfte. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken tragen. Kursleiterin ist Andrea Brandt. Die Gebühr beträgt pro Teilnehmenden 24 Euro. Eine Anmeldung unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de ist notwendig.

Caritas Begegnungsstätte Mittendrin

Hauptstraße 249, Bergisch Gladbach

Angebote im April 2023

Englisch mit geringen Vorkenntnissen

Englisch gilt bekanntermaßen als Weltsprache. Daher geht es in diesem Kurs in erster Linie darum, Englisch zu sprechen. Sei es für Reisen, Alltagssituationen oder den Austausch über Gott und die Welt. Spaß und Leichtigkeit stehen im Vordergrund, die Grammatik wird erst einmal ein wenig zurückgestellt. Der Kurs beginnt am Mittwoch, 19. April 2023 und geht von 10.30 bis 12 Uhr. Der letzte der zehn Termine ist am 27. Juni 2023. Die Leitung hat die Sprachenlehrerin Elena Eilers. Die Kursgebühr beträgt 70 Euro bei sechs Teilnehmenden. Anmeldung unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de möglich.

Smartphone Kurs für Anfänger

Hilfe für Smartphone-Anfänger verspricht ein neuer Kurs der Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach. Am Mittwoch, 19. April 2023 und 26. April 2023, von 13 bis 15.15 Uhr, können sich Teilnehmende über die grundlegenden Funktionen ihres Smartphones informieren und gemeinsam erste Schritte wagen. Themen sind unter anderem die Menüführung der Geräte sowie die Verwaltung der Kontakte und des Telefonbuchs. Die Kosten betragen 30 Euro. Die Leitung hat Manfred Falb. Teilnahmevoraussetzung ist ein eigenes Smartphone (Android). Anmeldung unter Telefon 02202 – 18 90 60 oder per Mail an mittendrin@caritas-rheinberg.de.

Begleitung zur Philharmonie „Probe des WDR-Orchester“

Dieser Ausflug nach Köln ist ein Muss für alle Musik-Liebhaber. Los geht es am Donnerstag, 20. April 2023, um 11 Uhr, am S-Bahnhof Bergisch-Gladbach. Gisela Biesenbach begleitet die Teilnehmenden zur Philharmonie „Probe des WDR-Orchester“. Die Teilnahme kostet zwei Euro zuzüglich der Fahrkosten. Anmeldung unter Telefon 02202 – 18 90 60 oder per Mail an mittendrin@caritas-rheinberg.de.

Aquarellkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Freude am kreativen Tun entwickeln und mit eigenen Gemälden der Farbenpracht der Natur nachspüren – darum und um vieles mehr geht es beim Aquarellkurs für Anfänger und Fortgeschrittene der Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach. Die Teilnehmenden erfahren viel Wissenswertes über Aquarellmalerei, Bildgestaltung und Farbenlehre. Der Kurs findet neunmal, jeweils dienstags von 14.30 bis 16.30 Uhr statt. Beginn ist der Dienstag, 25. April 2023. Der Kurs endet am 27. Juni 2023. Kursleiterin Anita Liebold lädt dazu ein, der Fantasie freien Lauf zu lassen. Themen sind Bäume, Wald und Wiese. Die Teilnahmegebühr beträgt 99 Euro pro Person. Eine Anmeldung ist nötig. Erreichbar ist die Begegnungsstätte unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de.

Caritas Begegnungsstätte Mittendrin

Hauptstraße 249, Bergisch Gladbach

Angebote im April 2023

Zusammen sein macht glücklich

Zu einer fröhlichen Runde bei Kaffee, Kuchen und launigen Gesprächen lädt die Caritas RheinBerg am Donnerstag, 27. April 2023, von 14.30 bis 16 Uhr. Ort ist die Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249, in Bergisch Gladbach. Die Kosten pro Person betragen fünf Euro. Die Leitung liegt in den Händen von Astrid Hagl. Eine Anmeldung unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de ist möglich.

Doppelkopf-Turnier

Doppelkopfturnier in der Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249, in Bergisch Gladbach: Am Sonntag, 30. April 2023, werden ab 14 Uhr Karten „gekloppt“ und Punkte gesammelt. Das Startgeld beträgt drei Euro. Verpflegung gibt es vor Ort. Eine Anmeldung ist bis zum 24. April 2023 möglich. Erreichbar ist die Begegnungsstätte unter der Telefonnummer 02202 – 18 90 60 oder per Mail unter mittendrin@caritas-rheinberg.de.