

**WOCHENPLAN
November
2025**

	Zeit	Beschreibung	Preis
Montag	9 ³⁰ – 10 ³⁰	Englisch	Plätze frei!
	9 ³⁰ - 11 ⁰⁰	Spanisch Fortgeschrittene	auf Anfrage
	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Englisch	Plätze frei!
	10 ¹⁵ – 13 ⁴⁵	Malen und Zeichnen.	150€ im Quartal
	14 ³⁰ – 16 ³⁰	Schreib-Café	Pause bis Winter 25/26
	14 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Kalligraphie	Plätze frei!
	14 ³⁰	Doppel-Kopf	
	18 ⁰⁰	Qi Gong	auf Anfrage
Dienstag	9 ³⁰	Qi Gong	
	10 ⁴⁵ - 14 ¹⁵	Malen und Zeichnen	150€ im Quartal
	11 ⁰⁰ – 12 ³⁰	Englisch Konversation	auf Anfrage
Mittwoch	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Fit in den Tag - Gymnastik	2€
	12 ¹⁵ -13 ⁴⁵	Gedächtnistraining 3	
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	
	14 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Zusammen aktiv für das Klima	
	14 ⁰⁰	Spielen und Kreatives	
	17 ⁴⁵	Tai Chi	10 Treffen: 70€
Donnerstag	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	Yoga für Senior*innen	Plätze frei!
	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Digitales Angebot bei Fragen rund um das Mobiltelefon	Plätze frei!
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	
	12 ⁰⁰ -13 ⁰⁰	Englisch	Plätze frei!
	14 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Gedächtnistraining 1	
	14 ⁰⁰ -17 ³⁰	Skat	
Freitag	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Walking mit Aufwärmtraining	
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Französisch	auf Anfrage!
	13 ³⁰ -15 ⁰⁰	Diskussionsrunde „Zeitgeschehen“	
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Doppel-Kopf	

Bitte beachten sie auch die Rückseite!

Dienstag, 04. November – 15.00 Uhr Treffen der Bridgegruppe - Fr. Desombre

Mittwoch, 05. November – 14.30 Uhr - Männertreff in der AT

Donnerstag, 06. November– 17.30 Uhr– KINO-Abend – in netter Runde gemeinsam einen Film auf großer Leinwand schauen, danach bei einem Glas Wein und selbst mitgebrachten Leckereien zusammensitzen – Titel: siehe Aushang

Dienstag 11. November – Karneval in der AT – Sessionsauftakt - siehe Rückseite!

Donnerstag, 13. November, ab 10.00 Uhr – BRUNCH und Modeverkauf der Firma Senior Moden mit Modenschau nach dem Frühstück – Kosten: 10 Euro -

Montag, 17. November, Spiele-Nachmittag – 14.30 Uhr - Fr. Siebel; in netter Runde Skipo und Rummi-Cup spielen – offenes Angebot

Dienstag, 18. November – ab 10.00 Uhr Fußpflege – Anmeldung siehe Aushang

Mittwoch, 19. November, 14.30 Uhr – Informationsveranstaltung – Rund um Pflege, Pflegestufen und Hilfen im Alltag – Fr. Scharnicke/Hr. Schüler – Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 20. November – 14.00 Uhr – Frauenstammtisch

Donnerstag, 20. November – MS-Gruppe – 18.00 Uhr mit Fr. Siebel

Sonntag, 23. November – 11 Uhr Finissage der aktuellen Ausstellung der Malgruppe – Horst Dieter Merker – Umtrunk und Begegnung – Herzliche Einladung!

Montag, 24. November 14.30 Uhr Lesung – „Ein Buch für die Stadt“ (A. Schüler) mit Live Musik (S. Schleiner) – Anmeldung erbeten!

Dienstag, 25. November – 14.30 Uhr – Infoveranstaltung der POLIZEI in der AT– Prävention, die neuen Tricks und was wir dagegen tun können! Anmeldung erbeten!

Mittwoch, 26. November Tagesfahrt nach Xanten zum Gänseessen - Kosten Bus: 25€ - Abfahrt: 10 Uhr - Anmeldung erbeten!

Angebote alle vierzehn Tage

Dienstag, 04./18. November, Kolping-Seniorengruppe– 14.30 Uhr
Dienstag, 04./18. November, Gedächtnistraining 2 – 14.30 Uhr
Dienstag, 18. November, Offenes Singen – 16.15 Uhr
Mittwoch, 12./ 26.November, Bridgegruppe - 13.30 Uhr – Hr. Mauthe
Sonntag, 02./16./30. November, Bridgegruppe - 14.00 Uhr – Hr. Mauthe

Externe Veranstaltungen für die Mieter der GAG Alt- Müngersdorf

Montag, 10./24. November – 15.00 Uhr Spieletreff

Freitag, 07. November und Mittwoch, 19. November – 14.30 Uhr – Kaffeetreff

Vorankündigung: Mi. 03.12.2025 – 10.30 Uhr Tagesfahrt nach Aachen zum Weihnachtsmarkt