

## Regelmäßige Veranstaltungen

### Montag

Uhrzeit	
12:00	<b>Frischer Mittagstisch</b>
12:45-14:45	<b>PC Café Kurs</b>
14:45 -16:00	<b>Chor AWO Lerchen</b> 15.10.18
15:00	<b>Sprechstunde</b> Beratung zu Vorsorge- vollmacht, Pflegegraden
15:30	<b>Osteoporose Gruppe</b> jeden 2. Montag
16:15	<b>Musikalische Reise</b> 15.10.18 Im Dezember 1. und 3. Montag
17:00	<b>Interkulturelles Zentrum Spielgruppe</b>

### Dienstag

Uhrzeit	
10:00	<b>Fußpflege *</b>
10:00-17:00	<b>PC Café Kurse</b>
12:00	<b>Frischer Mittagstisch</b>
14:00-17:00	<b>Deutscher Mieterbund</b> Sprechstunde
14:00-16:00	<b>Offener Treff: Klönen, Spielen, kreatives Gestalten</b>
15:00	<b>Renovierungsberatung nach Termin</b>

### Mittwoch

Uhrzeit	
08:00-10:00	<b>PC Café Kurs</b>
09:00	<b>MeTüKa</b>
10:00	<b>Fußpflege *</b>
10:00-12:00	<b>Französisch Kurs</b> alle 14 Tage ab September
12:00	<b>Frischer Mittagstisch</b>
14:00-16:00	<b>Aquarell Malkurs</b>
15:00	<b>Movita Gymnastiktanz</b>
15:00	<b>Videofreunde</b> jeden 1. und 3. Mittwoch
17:00	<b>Kochkurs für Männer</b>

### Donnerstag

Uhrzeit	
09:30-11:30	<b>Schwimmgruppe Kaffee</b>
09:30-11:00	<b>Englisch für ältere Lernende</b>
10:00	<b>Fußpflege *</b>
12:00	<b>Frischer Mittagstisch</b>
13:00-14:45	<b>Senioren helfen am PC</b>
14:00-17:00	<b>Offener Treff: Klönen, Spielen, kreatives Gestalten</b>
15:00-20:00	<b>PC Café Kurse</b>



Arbeiterwohlfahrt  
Treff Mettmann

### Freitag

Uhrzeit	
12:00	<b>Frischer Mittagstisch</b>
15:00	<b>Interkulturelles Zentrum: Lernförderung</b>
17:00 19:00	<b>Chor der Landmannschaft</b>

### Sonntag

Uhrzeit	
14:30	<b>Sonntagscafe</b> Jeden 1. und 3. Sonntag Von 14:30 – 17:00 Uhr
14:00	<b>IPA Kaffee</b> jeden 4. Sonntag

\* Fußpflege Termine nach Vereinbarung

### Öffnungszeiten

Montag	9:00 - 16:30 Uhr
Dienstag	9:30 - 16:30 Uhr
Mittwoch	9:30 - 14:30 Uhr
Donnerstag	9:30 - 16:30 Uhr
Freitag	9:30 - 13:30 Uhr

## Sonderveranstaltungen

### Oktober

4.	9:30	Englisch für ältere Lernende
8.	9:00	Seniorenrat öffentliche Sitzung
9.	17:00	Rudolfs Spieleabend
10.	18:00	Digitaler Nachlass
21.	14:00	Kaffee, Kuchen, Tablet - Offenes PC Cafe – Beratung zu neuen Kursen
29.	14:30	ALS Selbsthilfe
30.	17:00	Interku12
31.	17:00	3. Kochkurs für Männer

### November

12.	14:30	Treffen der Kreissenjoren
6.	9:00	Hausfrauenbund
20.	13:30	Workshop Sport und Gesundheit - Der Sportverein als Gesundheitspartner Kooperation mit Kreissportbund
24.	12 - 18	Handwerkmarkt mit Bücherflohmarkt
26.	14:30	ALS Selbsthilfe
27.	17:00	Interkulturelles Kochen
29.	14:00	Backen für Weihnachten

### Dezember

4.	17:00	Mitgliederversammlung AWO Ortsverein
4.	9:00	Hausfrauenbund
6.	14:00	Backen für Weihnachten
10.	9:00	Seniorenrat öffentliche Sitzung
12.	13:30	Weihnachtsfeier des AWO – Ortvereins - Mettmann in der Stadthalle Mettmann

**Hinweis: Unsere Einrichtung bleibt vom 1.11 bis zum 4.11.18 geschlossen. Das Sonntags - Café am 4.11 fällt aus.**

Am 24.11 gibt es im AWO - Treff einen Bücherflohmarkt und Handwerksmarkt— Wer Selbstgemachtes verkaufen möchte, kann sich anmelden. Wir suchen noch interessierte Aktive.

**INFO:** Vom 22.12.18 – 06.01.2019 bleibt unsere Einrichtung geschlossen.

### Kontakt

Im Netz: [www.awo-mettmann.de](http://www.awo-mettmann.de)

Email: [treff@awo-mettmann.de](mailto:treff@awo-mettmann.de)

Telefon: 02104 70753

**Wir sind eine barrierefreie Einrichtung.**



Arbeiterwohlfahrt  
Treff Mettmann

## Programm Oktober/ November/ Dezember 2018

Stand 10/18

