

Regelmäßige Veranstaltungen Donnerstag

04. April 2024 15.00 – 17.00 Uhr
Geburtstagsrunde für alle, die zwischen dem 1. Januar und 31. März 2024 Geburtstag hatten

11. April 2024 **Ferien**

18. April 2024 15.00 – 17.00 Uhr
Weltenbummler Horst Wehrse auf seiner Fahrt mit der Transsibirischen Eisenbahn

25. April 2024 15.00 – 17.00 Uhr
Bingo

02. Mai 2024 *siehe Flyer*
Spargelessen *Anmeldeschluß: 25. April 2024*

09. Mai 2024 **Himmelfahrt**

16. Mai 2024 *siehe Flyer*
Tagesfahrt nach Elsfleth zu Mode „W“ und ins Landcafé Moorriem

23. Mai 2024 15.00 – 17.00 Uhr
Klönschnack

30. Mai 2024 15.00 – 17.00 Uhr
Überraschungsmusik mit Ole und Opa ...

06. Juni 2024 15.00 – 17.00 Uhr
Witzenachmittag

13. Juni 2024 15.00 – 17.00 Uhr
Gibt es einen Sinn des Lebens?
Vortrag von Katrin Mathiszik mit anschließendem Austausch

20. Juni 2024 *siehe Flyer*
Matjesessen *Anmeldeschluß: 13. Juni 2024*

27. Juni 2024 15.00 – 17.00 Uhr
Bingo

Regelmäßige Veranstaltungen Freitag

09.00 – 10.30 Uhr *mit dem TuS Heidkrug*
Yoga

11.00 – 12.30 Uhr *mit dem TuS Heidkrug*
Feel Good

14.00 – 15.00 Uhr
Sitztanz

17.00 – 18.00 Uhr
Pilates

18.15 – 19.15 Uhr
Kundalini-Yoga

Ferien-/Urlaubszeit

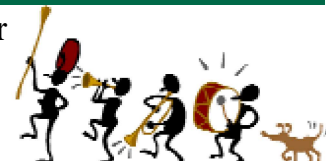
8. bis 12. April 2024

!!! es finden keine Kurse statt !!!

1. bis 19. Juli 2024

!!! es finden keine Kurse statt !!!

DO • 19.30 – 21.30 Uhr
Übungsabend der Delmenhorster Musikfreunde



2024 APRIL MAI JUNI



Kurzfristige Änderungen und Ergänzungen entnehmen Sie bitte der Tagespresse oder dem Aushang

Regelmäßige Veranstaltungen

Montag

08.00 – 09.00 Uhr
Gymnastik 1

09.15 – 10.15 Uhr
Rückengymnastik

10.30 – 11.30 Uhr
Sitztanz

15.00 – 17.00 Uhr
Spielenachmittag

15.00 – 17.00 Uhr
Seniorentanz

18.00 – 19.00 Uhr
Yoga

mit dem
TuS Heidkrug

Regelmäßige Veranstaltungen

Dienstag

09.30 – 11.30 Uhr
englischsprachiges Frühstück
Anmeldung erbeten

02. / 30. April
28. Mai
11. / 25. Juni

09.30 – 11.30 Uhr
spanischsprachiges Frühstück
Anmeldung erbeten

16. / 23. April
07. / 21. Mai
04. / 18. Juni

09.30 – 10.45 Uhr
Fit im Sitzen

11.00 – 12.00 Uhr
Gymnastik 2

17.00 – 18.00 Uhr
Pilates

Regelmäßige Veranstaltungen

Mittwoch

09.00 – 10.30 Uhr
Yoga

mit dem
TuS Heidkrug

10.30 – 11.30 Uhr
Gedächtnistraining



11.30 – 12.30 Uhr
Pilates

15.00 – 16.00 Uhr
Leseclub

16.00 – 19.00 Uhr
Aquarellmalerei

Nordic-Walking

Elke Riesmeier Telefon 0179 - 942 08 64

Dienstag 08.30 – 09.30 Uhr
Treffpunkt Kleines Haus 18.00 – 19.00 Uhr

Donnerstag 08.30 – 09.30 Uhr
Treffpunkt Kleines Haus

Donnerstag 18.00 – 19.00 Uhr
Treffpunkt Kiosk Graftwiesen

Freitag 09.30 – 10.30 Uhr
Treffpunkt Kleines Haus

Marion Marks

Dienstag 09.00 – 10.00 Uhr
Treffpunkt Kleines Haus

Familienzentrum Wolle

MITEINANDER – FÜREINANDER

internationales Frühstück

DO • 23. Mai 2024 • 10.00 Uhr

Anmeldung unter Telefon 0 42 21 - 5 18 21 oder
direkt im Gemeinschaftszentrum

Nordwolle + Wollepark
WACHSEN ZUSAMMEN

 AWO Kreisverband
Delmenhorst e.V.

 Diakonie
in Delmenhorst/
Oldenburg-Land

AWO Kleiderstube

Mühlenstraße 65 – 27753 Delmenhorst

Angenommen werden gut erhaltene

**Bekleidung
Schuhe • Bettwäsche**

Öffnungszeiten: Dienstag und Donnerstag
von 10.00 bis 12.00 Uhr

AWO Service

gemeinnützige GmbH

Delmenhorst-Nordwolle
Delmenhorst-Deichhorst
Ganderkesee
Lemwerder

Tagespflegen

Tagesbetreuung 

0 42 21 - 58 74 58
0 42 21 - 58 74 54
0 42 22 - 80 79 77
04 21 - 94 99 16 90