

# Programm Februar 2024

# St. Marien

## **01. Donnerstag**

---

- 10.00 Englisch Gruppe II / Pavillon
- 10.00 Gedächtnistraining / NBZ Raum
- 14.00 Bridge / Yoga Raum
- 14.00 Senioren-Tanzgruppe / Pfarrsaal
- 14.30 SeKi Tanz / Pfarrsaal
- 14.30 Malen und Zeichnen II / NBZ Raum
- 18.00 Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord
- 18.00 Basistreffen Netzwerk Nord I / NBZ Raum

## **02. Freitag**

---

- 09.30 Deutsch mit Nachbarn / NBZ Raum
- 14.00 Malen und Zeichnen I / NBZ Raum

## **04. Sonntag**

---

- 14.30 Sonntagscafé Nordlicht / NBZ Raum

## **05. Montag**

---

- 09.30/10.35 Frauengymnastik A/B / Pfarrsaal
- 10.00 Handy & Co: Grundlagen einfach erklärt / mit Stefan Röper / Yoga-Raum
- 14.00 Senioren-Tanzgruppe / Pfarrsaal
- 14.00 Skat-Gruppe / NBZ Raum
- 15.00 Origami / Yoga-Raum
- 15.00 Walking Gruppe Netzwerk Nord II  
An der Bibelskirch
- 16.00 Seniorenberatung, bitte vorher anmelden

## **06. Dienstag**

---

- 09.00 Deutschkurs für Frauen / NBZ Raum
- 12.30 Demenz-Sprechstunde in Kooperation mit dem Seniorenbüro Stadt. Anmeldung!
- 14.00 Sitzgymnastik / Pfarrsaal
- 14.00 Doppelkopf / Yoga Raum
- 15.00 Cafeteria / NBZ Raum
- 15.30 Spielenachmittag / NBZ Raum
- 18.00 Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord  
Treffpunkt: Parkplatz Waldbad Hilden
- 18.00 Kreatives Gestalten ZWAR-Gruppe 23 Nord / Pavillon

## **07. Mittwoch**

---

- 09.30 Betreuungsgruppe „Herbstzeitlose“ für Demenzerkrankte / NBZ Raum
- 14.00 Skat Netzwerkgruppe Nord I / Pavillon
- 15.00 Stuhl-Yoga / Pfarrsaal
- 15.00 Du-Ich-Wir e.V., Sprachförderung / NBZ Raum
- 17.30 Doppelkopf Netzwerkgruppe Nord I  
Yoga Raum
- 19.00 Tänze der Völker / Pfarrsaal

## **08. Donnerstag**

---

- 09.00 Jeckes Planungsfrühstück
- 10.00 Englisch Gruppe II / Pavillon
- 14.00 Bridge / Yoga Raum
- 14.00 Senioren-Tanzgruppe / Pfarrsaal
- 14.30 SeKi Tanz / Pfarrsaal
- 14.30 Malen und Zeichnen II / NBZ Raum
- 18.00 Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord  
Treffpunkt: Parkplatz Waldbad Hilden

## **09. Freitag**

---

- 09.30 Deutsch mit Nachbarn / NBZ Raum
- 14.00 Malen und Zeichnen I / NBZ Raum
- 17.30 Kochen ZWAR-Gruppe 23 Nord / NBZ Raum

## **11. Sonntag**

---

- 15.00 Spielenachmittag ZWAR-Gruppe 23 Nord / NBZ Raum

## **12. Montag**

---

### *Rosenmontag*

*Das Nachbarschaftszentrum ist geschlossen*

## **13. Dienstag**

---

- 09.00 Deutschkurs für Frauen / NBZ Raum
- 10.00 Kreativgruppe / Yoga Raum
- 14.00 Sitzgymnastik / Pfarrsaal
- 14.00 Doppelkopf / Yoga Raum
- 15.00 Cafeteria / NBZ Raum
- 15.30 Spielenachmittag / NBZ Raum

- 18.00 Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord  
Treffpunkt: Parkplatz Waldbad Hilden

## **14. Mittwoch**

---

- 09.30 Betreuungsgruppe „Herbstzeitlose“
- 14.00 Skat Netzwerkgruppe Nord I / Pavillon
- 15.00 Stuhl-Yoga / Pfarrsaal
- 15.00 Du-Ich-Wir e.V., Sprachförderung / NBZ Raum
- 15.00 Doppelkopf ZWAR-Gruppe 23 Nord  
Yoga Raum
- 17.30 Doppelkopf Netzwerkgruppe Nord I  
Yoga Raum
- 18.30 Basisgruppen-Treffen ZWAR-Gruppe 23 Nord / NBZ-Saal
- 19.00 Tänze der Völker / Pfarrsaal

## **15. Donnerstag**

---

- 10.00 Englisch Gruppe II / Pavillon
- 10.00 Gedächtnistraining / NBZ Raum
- 14.00 Bridge / Yoga Raum
- 14.00 Senioren-Tanzgruppe / Pfarrsaal
- 14.30 SeKi Tanz / Pfarrsaal
- 14.30 Malen und Zeichnen II / NBZ Raum
- 18.00 Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord  
Treffpunkt: Parkplatz Waldbad Hilden

## **16. Freitag**

---

- 09.30 Deutsch mit Nachbarn / NBZ Raum
- 14.00 Malen und Zeichnen I / NBZ Raum
- 18.00 Englisch-Stammtisch / NBZ Raum

## **19. Montag**

---

- 09.30/10.35 Frauengymnastik A/B / NBZ-Saal
- 10.00 Handy & Co: Grundlagen einfach erklärt / mit Stefan Röper / Yoga-Raum
- 10.30 „Plaudercafé aktiv“. Mit anderen ins Gespräch kommen! / NBZ Raum
- 14.00 Senioren-Tanzgruppe / Pfarrsaal
- 14.00 Skat-Gruppe / NBZ Raum
- 15.00 Walking Gruppe Netzwerk Nord II

# St. Marien

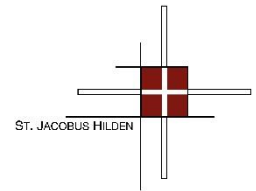
An der Bibelskirch

- 16.00 **Seniorenberatung**, bitte vorher anmelden  
18.30 **Fr. Krings** „In der Ruhe liegt die Kraft“ / NBZ
- 20. Dienstag**
- 09.00 **Deutschkurs für Frauen** / NBZ Raum  
14.00 **Sitzgymnastik** / Pfarrsaal  
14.00 **Doppelkopf** / Yoga Raum  
15.00 **Cafeteria** / NBZ Raum  
15.30 **Spielenachmittag** / NBZ Raum  
18.00 **Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord**  
Treffpunkt: Parkplatz Waldbad Hilden  
19.00 **Umbruch im Alter ZWAR-Gruppe 23 Nord** / NBZ Raum
- 21. Mittwoch**
- 09.30 **Betreuungsgruppe „Herbstzeitlose“**  
für Demenzerkrankte / NBZ Raum  
10.00 **Angehörigen-Gesprächskreis** / Yoga  
Raum, bitte vorher anmelden  
14.00 **Skat Netzwerkgruppe Nord I** / Pavillon  
15.00 **Stuhl-Yoga** / Pfarrsaal  
15.00 **Du-Ich-Wir, Sprachförderung** / NBZ Raum  
17.30 **Doppelkopf Netzwerkgruppe Nord I**  
Yoga Raum  
19.00 **Digital-Café ZWAR-Gruppe 23 Nord** / NBZ  
Raum  
19.00 **Tänze der Völker** / Pfarrsaal
- 22. Donnerstag**
- 10.00 **Englisch Gruppe II** / Pavillon  
14.00 **Bridge** / Yoga Raum  
14.00 **Senioren-Tanzgruppe** / Pfarrsaal  
14.30 **SeKi Tanz** / Pfarrsaal  
14.30 **Malen und Zeichnen II** / NBZ Raum  
18.00 **Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord**  
18.30 **Basistreffen Netzwerk Nord II** / NBZ Raum
- 23. Freitag**
- 09.30 **Deutsch mit Nachbarn** / NBZ Raum  
14.00 **Malen und Zeichnen I** / NBZ Raum

- 17.30 **Kochen Netzwerkgruppe Nord II** / NBZ  
Raum
- 26. Montag**
- 09.30/10.35 **Frauengymnastik A/B** / NBZ-Saal  
13.30 **Senioren-Tanzgruppe** / Pfarrsaal  
14.00 **Skat-Gruppe** / NBZ Raum  
15.00 **Walking Gruppe Netzwerk Nord II**  
An der Bibelskirch  
16.00 **Seniorenberatung**, bitte vorher anmelden  
18.30 **Fr. Krings** „In der Ruhe liegt die Kraft“/NBZ
- 27. Dienstag**
- 09.00 **Deutschkurs für Frauen** / NBZ Raum  
10.00 **Kreativgruppe** / Yoga Raum  
14.00 **Sitzgymnastik** / Pfarrsaal  
14.00 **Doppelkopf** / Yoga Raum  
15.00 **Cafeteria** / NBZ Raum  
15.30 **Spielenachmittag** / NBZ Raum  
18.00 **Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord**  
Treffpunkt: Parkplatz Waldbad Hilden
- 28. Mittwoch**
- 14.00 **Skat Netzwerkgruppe Nord I** / Pavillon  
15.00 **Stuhl-Yoga** / Pfarrsaal  
15.00 **Du-Ich-Wir, Sprachförderung** / NBZ Raum  
17.30 **Doppelkopf Netzwerkgruppe Nord I** /  
Yoga Raum  
18.30 **Basisgruppen-Treffen ZWAR-Gruppe 23**  
Nord / NBZ-Saal  
19.00 **Tänze der Völker** / Pfarrsaal
- 29. Donnerstag**
- 10.00 **Englisch Gruppe II** / Pavillon  
14.00 **Bridge** / Yoga Raum  
14.00 **Senioren-Tanzgruppe** / Pfarrsaal  
14.30 **SeKi Tanz** / Pfarrsaal  
14.30 **Malen und Zeichnen II** / NBZ Raum  
18.00 **Nordic Walking ZWAR-Gruppe 23 Nord**

*Allen Geburtstagskindern des Monats  
Februar „Herzlichen Glückwunsch“*

## Programm Februar 2024



Nachbarschaftszentrum St. Marien

# Programm



Meide 2 | 40721 Hilden | Tel. 02103 – 46543  
[www.kath-hilden.de](http://www.kath-hilden.de)