

Termine IV - März 2020

- Mo, 23. März 2020, 10:00 – 11:30 Uhr
Montagsmaler mit Frau Hauser
- Mo, 23. März 2020, 18:15 – 20:30 Uhr
Spontaner Handarbeitstreff mit Frau Kral
- Di, 24. März 2020, 11:30 – 13:00 Uhr
Mittagessen Schüler & Senioren
- Di, 24. März 2020, 18:00 – 19:30 Uhr
Die Strichmännchen-Technik mit Frau Reimers
- Mi, 25. März 2020, 9:00 – 11:00 Uhr
Offenes Malangebot für alle mit Frau Zimmerer
- Mi, 25. März 2020, 10:00 – 13:00 Uhr
NähKAFFEE mit Frau Bäuerle
- Do, 26. März 2020, 10:00 – 12:00 Uhr
St. Vinzenz – offene Gruppe für alle
- Do, 26. März 2020, 19:00 – 21:00 Uhr
Komm, mach mit! - Spielertreff für alle
- Fr, 27. März 2020, 15:15 – 16:00 Uhr
Qigong mit Frau Leins
- Fr, 27. März 2020, 18:00 – 20:00 Uhr
Frauenkreis mit Frau Wolf
- Sa, 28. März 2020, 10:00 – 14:00 Uhr
3. Aktionstag, Ideen, Engagement, Initiative.
- Mo, 30. März 2020, 18:00 – 20:00 Uhr
Omas for future
- Di, 31. März 2020, 11:30 – 13:00 Uhr
Mittagessen Schüler & Senioren



treff ● UHL
BER
G 25

treff ● UHL
BER
G 25

3. Aktionstag

Samstag, 28. März 2020
10 – 14 Uhr

Uhlberg-Gruppe

Wenn Sie zum treffuhlberg25 abgeholt werden oder gerne Personen begleiten möchten, bitte melden

Telefon: 0711 – 50 48 09 65
E-Mail: treffuhlberg25@gmail.com
Web: www.treffuhlberg25.de

Besuchen Sie uns!

Ihre Ideen,
Ihr Engagement,
Ihre Initiative sind gefragt.
Wir unterstützen Sie!

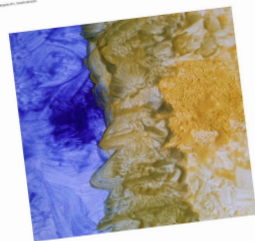
Kontakt - Öffnungszeiten

Mo – Fr 10:00 – 16:00 Uhr
Getränke & Speisen gegen Spende
Sa/So je nach Veranstaltung

Telefon: 0711 – 50 48 09 65
E-Mail: treffuhlberg25@gmail.com
Web: www.treffuhlberg25.de
Uhlbergstraße 25, Plattenhardt

Termine I - März 2020

- So, 1. März 2020, 14:00 – 17:00 Uhr
Kaffeeklatsch mit Musik
- Mo, 2. März 2020, 17:00 – 19:00 Uhr
Ohne Müll leben, Müllsammeln i. Quartier
- Mo, 2. März 2020, 18:00 – 20:00 Uhr
Omas for future!
- Di, 3. März 2020, 11:30 – 13:00 Uhr
Mittagessen Schüler & Senioren
- Di, 3. März 2020, 14:00 – 16:00 Uhr
Spieletreff - Rommé oder Rummikub, Canasta, SKIP-BO
- Mi, 4. März 2020, 14:00 – 16:00 Uhr
St. Vinzenz – offene Gruppe für alle
- Do, 5. März 2020, 10:30 – 12:00 Uhr
Aktiv-Vortrag – Demenz verändert Beziehung
- Fr, 6. März 2020, 15:15 – 16:00 Uhr
Qigong mit Frau Leins
- Sa, 7. März 2020, 10:00 – 12:00 Uhr



DU, ICH, WIR

Gemischte Gefühle
Demenz verändert Beziehung
AKTIV-VORTRAG FÜR ANGEHÖRIGE
Machen Sie sich ein Bild davon, warum es gut tut,
den eigenen Bedürfnissen auf der Spur zu bleiben.
Donnerstag, 5. März 10.30 UHR
Im TREFF UHLBERG 25

Besuchen Sie uns!
Ihre Ideen, Ihr Engagement, Ihre Initiative sind gefragt. Wir unterstützen Sie!
Kontakt – Öffnungszeiten: Mo – Fr 10 – 18 Uhr – Sa/So in nach Vereinbarung
Geldstr. & Spieren gegen Spende
Tel.: 0711 – 50 48 09 65 Email: treffuhlberg25@gmail.com Web: www.treffuhlberg25.de
Uhlbergstraße 25, Plattenhardt

treff • BER G 25



Qigong im treffuhlberg25
Regelmäßige Übungen für Körper und Geist mit Frau A. Leins.
Termine im treffuhlberg25:
Freitag 06.03., 13.03., 27.03. und 03.04.2020, jeweils von 15:15 - 16:00 Uhr

Nähere Infos unter
www.treffuhlberg25.de - treffuhlberg25@gmail.com -
0711 50 48 09 65

Termine II - März 2020

- Mo, 9. März 2020, 10:00 – 11:30 Uhr
Die Mal-Damen mit Frau Hauser
- Mo, 9. März 2020, 18:15 – 20:30 Uhr
Spontaner Handarbeitstreff mit Frau Kral
- Di, 10. März 2020, 11:30 – 13:00 Uhr
Mittagessen Schüler & Senioren
- Di, 10. März 2020, 19:00 – 21:00 Uhr
Nachhaltigkeits-Stammtisch mit Frau Koch
- Mi, 11. März 2020, 9:00 – 11:00 Uhr
Offenes Malangebot für alle mit Frau Zimmerer
- Do, 12. März 2020, 10:00 – 12:00 Uhr
St. Vinzenz – offene Gruppe für alle
- Fr, 13. März 2020, 15:15 – 16:00 Uhr
Qigong mit Frau Leins
- Fr, 13. März 2020, 19:00 – 20:30 Uhr
Gemeinschaftsbildung vor Ort mit Frau Köller
- Sa, 14. März 2020, 10:00 – 12:00 Uhr
Markt – Treff – 9 – 12 Uhr Markungsputzete im Quartier
- Sa, 14. März 2020, 16:00 – 18:00 Uhr
Frauenkreis mit Frau Wolf

Termine III - März 2020

- Mo, 16. März 2020, 10:30 – 11:30 Uhr
Brain-Gym® mit Frau Reimers
- Mo, 16. März 2020, 14:30 – 16:00 Uhr
Zeit des Zuhörens mit Frau Reimers
- Mo, 16. März 2020, 18:00 – 20:00 Uhr
Omas for future!
- Di, 17. März 2020, 9:30 – 11:00 Uhr
Treff Mörke Kiga und St. Vinzenz
- Di, 17. März 2020, 11:30 – 13:00 Uhr
Mittagessen Schüler & Senioren
- Di, 17. März 2020, 18:00 – 20:30 Uhr
Lieblingsbücher vorstellen mit Frau Erlenbusch
- Mi, 18. März 2020, 14:00 – 16:00 Uhr
St. Vinzenz – offene Gruppe für alle
- Fr, 20. März 2020, 14:30 – 15:30 Uhr
Vorlesenachmittag für Kinder
- Fr, 20. März 2020, 19:30 – 21:30 Uhr
Offene Dialogrunde mit Frau Kroker und Frau Ammon
- Sa, 21. März 2020, 10:00 - 12:00 Uhr
Markt – Treff



Möchten Sie in Ihrem Leben Veränderung?
„Zeit-Raum“

www.beratungen-zeit-raum.de

Zeit des Zuhörens® „Aktives Zuhören“: Erzählen Sie doch einmal, was Ihnen auf dem Herzen liegt. Einzel oder in der Gruppe. Ich / wir hören zu! Sie mehreren Teilnehmern können wir uns auf ein Thema einigen. Alles Gesprochene bleibt vertrauensvoll im Raum!

Brain-Gym® heißt übersetzt Gehirn-Gymnastik. Wir machen einfache, leichte Bewegungsübungen für jung und alt. Für Koordination und Zentrierung. Um fit im Alltag zu sein. An den Abendterminen machen wir Übungen für Berufstätige und alle anderen Menschen, zum Ausgleich. Lassen Sie sich doch überraschen, kommen Sie vorbei und machen mit, alle sind herzlich willkommen.

Die Strichmännchen-Technik
Durch diese einfache, effektive Technik können wir uns von unbewussten / bewussten Emotionen/Ängsten lösen, Druck rausnehmen um zu mehr Wohlbefinden zu gelangen.
Mitzubringen sind Papier, Bleistift und eine Schere.

Termine		
Mittwoch	29.01., 14.30 h – 16.00 h	„Zeit des Zuhörens“
Montag	17.02., 10.30 h – 11.30 h	Brain-Gym® – Offene Gruppe
Montag	17.02., 14.30 h – 16.00 h	„Zeit des Zuhörens“
Montag	16.03., 10.30 h – 11.30 h	Brain-Gym® „Herren unter sich“
Montag	16.03., 14.30 h – 16.00 h	„Zeit des Zuhörens“ – „Herren unter sich“
Dienstag	24.03., 18.00 h – 19.30 h	Die Strichmännchen-Technik
Dienstag	21.04., 18.00 h – 19.30 h	Brain-Gym® Ausgleich für's Büro und alle anderen
Montag	27.04., 10.30 h – 11.30 h	Brain-Gym® für alle, offene Gruppe
Montag	27.04., 14.30 h – 16.00 h	„Zeit des Zuhörens“
Montag	25.05., 10.30 h – 12.00 h	„Die Strichmännchen Technik“
Montag	25.05., 14.30 h – 16.00 h	„Zeit des Zuhörens“

treff • UHL BER G 25