

+ Gedächtnistraining

Mit Hilfe von diversen Übungen und Aufgaben wird spielerisch die Leistung des Gehirns gesteigert und die Koordinationsfähigkeit des Körpers geschult. Das Programm beruht auf der Basis modernster Forschung. Somit kann das Gedächtnis von geübten, ungeübten sowie von demenziell veränderten Senioren ganzheitlich trainiert werden. Die Übungen und Anregungen ermöglichen ein Gedächtnistraining, das neben der Wahrnehmung, der Konzentration und dem Wortschatz auch das assoziative, logische und flexible Denken sowie das Merken und Erinnern schult.



+ Bingo



Das allseits beliebte gesellige Bingo-Spiel findet im Bürgertreff großen Anklang. Regelmäßig finden Bingo-Nachmittage mit tollen Preisen bei uns statt.

+ Bewegungsangebot Stuhlgymnastik

Mit eigens dafür entwickelten Übungen werden bei der Stuhlgymnastik Hand-, Arm- und Beinkraft gesteigert. So wird die Beweglichkeit für den Alltag verbessert und ebenso das Gleichgewicht geschult. Das Training eignet sich für Menschen jeden Alters und ist auch bei gesundheitlichen Einschränkungen gut geeignet.



„Wir freuen uns auf Sie.“



Team Bürgertreff

Bürgertreff Broich

Prinzeß-Luise-Straße 115
45479 Mülheim an der Ruhr
Telefon: 0208 45006-80

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag

11 - 17 Uhr

Aus Liebe
zum Menschen.



Kreisverband Mülheim an der Ruhr e.V.
Aktienstraße 58 · 45473 Mülheim an der Ruhr
Telefon: 0208 45006-0
E-Mail: kv@drk-muelheim.de
www.drk-muelheim.de

DRK Kreisverband
Mülheim an der Ruhr e.V.



Bürgertreff Broich

Programm
1. Halbjahr 2021
Januar – Juni



Ständige Angebote

Jeden Montag:

- + **Bewegungsangebot (Stuhlgymnastik)** 11-12 Uhr

anschließend Kaffee und Brötchen

Jeden Dienstag und Donnerstag:

- + **Weight Watchers** 10-11 und 18-19 Uhr

Jeden ungeraden Dienstag:

- + **Amateurfunker DARC (Deutscher Amateur Radioclub)** ab 18 Uhr

Jeden Dienstag:

- + **Spielemittwoch** ab 14 Uhr

mit Kaffee und Kuchen, Brett- und Kartenspiele

Jeden Mittwoch:

- + **Weight Watchers** 19-20 Uhr

Jeden Mittwoch und Freitag:

- + **Gemütliche Kaffeerrunde** ab 11.30 Uhr

mit Kuchen und Brötchen

Jeden Freitag:

- + **Gesellige Runde** ab 13 Uhr

mit Kaffee, Kuchen und belegten Brötchen

- + **Gedächtnistraining** 14.30-15.30 Uhr

- + **Schachtraining** ab 19 Uhr

- + **Amateurfunker DARC (Deutscher Amateur Radioclub)** ab 19 Uhr

Jeden Tag:

- + **Mittagstisch**

Januar 2021

Di 05.01. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 07.01. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Do 14.01. Bingo mit Kaffee und Kuchen ab 14 Uhr

Di 19.01. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 21.01. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Do 28.01. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Februar 2021

Di 02.02. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 04.02. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Do 11.02. Bingo mit Kaffee und Kuchen ab 14 Uhr

Di 16.02. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 18.02. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Do 25.02. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

März 2021

Di 02.03. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 04.03. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Do 11.03. Bingo mit Kaffee und Kuchen ab 14 Uhr

Di 16.03. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 18.03. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Do 25.03. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Di 30.03. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

April 2021

Do 01.04. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Do 08.04. Bingo mit Kaffee und Kuchen ab 14 Uhr

Di 13.04. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 15.04. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Do 22.04. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Di 27.04. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 29.04. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Mai 2021

Do 06.05. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Di 11.05. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 20.05. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Di 25.05. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 27.05. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Juni 2021

Di 08.06. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 10.06. Bingo mit Kaffee und Kuchen ab 14 Uhr

Do 17.06. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

Di 22.06. Frühstücksbrunch ab 11 Uhr

Do 24.06. Bastelnachmittag ab 13 Uhr

! Bitte bei Programmteilnahme Voranmeldung im Bürgertreff Broich oder per Telefon.