

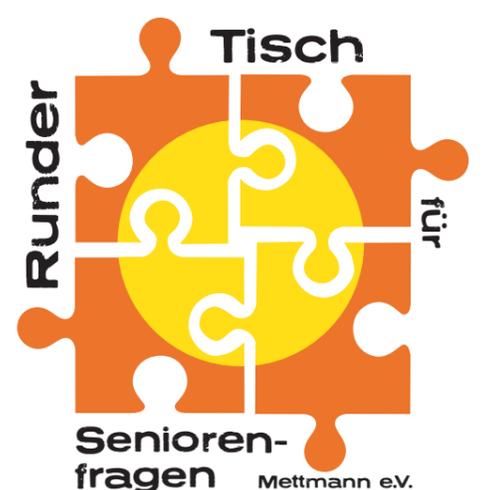
# Offen für Begegnung

Mettmann



Bild von Freepik

*Termine 2024*



Besondere Termine	Wann & Wo	Veranstalter (Anmeldung & Kosten nur wenn angegeben)
<b>April / Mai</b>		
„Einsamkeit geht uns alle an!“ Vortrag & Austausch zu den vielen Gesichtern von Einsamkeit	13. April, ab 10 Uhr Ev. Kirche Freiheitstraße	<b>Runder Tisch für Senioren-Fragen</b> Tel.: 02104 / 980466 rtfs@mettmann.de
<b>Wandern</b> von Velbert Neviges nach Wülfrath Düssel	14. April Uhrzeit, Treffpunkt unter Tel.: 02104 / 976006 erfragen	<b>mettmann-sport e.V.</b> Anmeldung Tel.: 02104 / 976006 info@me-sport.de
<b>Markttag</b> Einkaufen, schlemmen und klönen!	24. April, 10:30 -16:30 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	<b>Seniorenheim Neandertal</b> Tel.: 02104 / 9870
<b>WiQ</b> – Fünf Senioren-Begegnungsstätten stellen ihre Arbeit vor; gemeinsame Aktionen	24. April, ab 9:20 Uhr Wochenmarkt Jubiläumsplatz	<b>WiQ:</b> AWO-Treff, Caritas- Netzwerk Mettmann, DRK- Begegnungszentrum, Johanneshaus Begegnungszentrum, Seniorentreff „jute Stuw“
<b>Familienfest me-sport</b> mit mehreren Wanderungen	1. Mai Uhrzeit, Treffpunkt unter Tel. 02104 / 976006 erfragen	<b>mettmann-sport e.V.</b> Anmeldung Tel.: 02104 / 976006 info@me-sport.de
<b>Gemeinsame Bergische Kaffeetafel mit allem dröm´n dran</b> - Kaffee aus der Dröppel-Minna, Rosinenstuten, Pumpernickel, Schinken, Milchreis usw.	14. Mai, 10 -13 Uhr Begegnungscafé HÄNNES Talstraße 4-6	<b>BERGER Sozialwerk e.V.</b> Tel.: 02104 / 92080 info@berger-sozialwerk.de Preis pro Person: 15 Euro, Anmeldung erforderlich
<b>fit &amp; mobil</b> Fitness-Training auf Seniorinnen und Senioren abgestimmt	17. Mai, 13:30 - 14:30 Uhr Stadtbibliothek Mettmann Am Königshof 13	<b>Freundeskreis Stadtbibliothek Mettmann e.V.</b> Anmeldung Tel.: 02104 / 980-414 bibfriends@web.de
<b>Mitbring- Frühstück</b>	18. Mai, 10 - 12 Uhr Caritas- Netzwerk Mettmann im Haus der Begegnung Vogelskamp 120	<b>Anmeldung</b> (Mitbringsel u. Personenzahl nennen) Tel.: 02104 / 22761 netzwerk-mettmann@caritas-mettmann.de
<b>Markttag</b> Einkaufen, schlemmen und klönen!	22. Mai, 10:30 - 16.30 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	<b>Seniorenheim Neandertal</b> Tel.: 02104 / 9870
<b>Neanderland Wanderwoche</b> Mettmanner Stadtwald bis Quelle Mettmanner-Bach; Einkehr im Stadtwaldhaus	31. Mai, 11 Uhr Parkplatz am Naturfreibad Im Stadtwald 1	<b>mettmann-sport e.V.</b> Anmeldung Tel.: 02104 / 976006 info@me-sport.de
<b>Juni / August</b>		
<b>Frühlingsfest für Alleinstehende</b> Für das leibliche Wohl und ein festliches Programm ist gesorgt.	1. Juni, 16 - 19:30 Uhr Restaurant „Vier Jahreszeiten“ Seibelstraße 3	<b>Runder Tisch für Senioren-Fragen</b> Tel.: 02104 / 51323 o. 0173 / 9510848 Kostenbeitrag: 5 € Anmeldung erforderlich
<b>Nachbarschaftsfrühstück</b>	6. Juni, 9:30 Uhr Johanneshaus Begegnungszentrum Düsseldorfer Straße 154	<b>Johanneshaus Begegnungszentrum</b> Tel.: 02104 / 71011 Kostenbeitrag: 7,50 Euro Anmeldung erforderlich
<b>WiQ</b> – Fünf Senioren-Begegnungsstätten stellen ihre Arbeit vor; gemeinsame Aktionen	19. Juni, ab 9:20 Uhr Wochenmarkt Jubiläumsplatz	<b>WiQ:</b> AWO-Treff, Caritas- Netzwerk Mettmann, DRK- Begegnungszentrum, Johanneshaus Begegnungszentrum, Seniorentreff „jute Stuw“
<b>Ein Tag der Entspannung</b> Lebensfreude gewinnen; Bewegung mit kleinen Sportgeräten, Begegnung und Freude; evtl. draußen	22. Juni, 10 - 15 Uhr Aktivcenter im Institut für Gesundheitsförderung (IfG) Gartenstraße 4-8	<b>Ev. Krankenhaus, IfG</b> Tel.: 02104 / 773-331 Gebühr: 50 Euro, Kurs-Nr. 241-94003 Anmeldung erforderlich

Besondere Termine	Wann & Wo	Veranstalter (Anmeldung & Kosten nur wenn angegeben)
<b>Juni / August</b>		
<b>Sommerfest</b>	23. Juni, 11 -18 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	<b>Seniorenheim Neandertal</b> Tel.: 02104 / 9870
<b>Nachbarschaftsfrühstück</b>	1. August, 9:30 Uhr Johanneshaus Begegnungszentrum Düsseldorfer Straße 154	<b>Johanneshaus Begegnungszentrum</b> Tel. 02104 / 71011 Kostenbeitrag: 7,50 Euro Anmeldung erforderlich
<b>Konzert</b> mit Familie Schwindt und ihren Kindern	15. August, ab 15.30 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	<b>Seniorenheim Neandertal</b> Tel.: 02104 / 9870
<b>Sommerfest</b> im Quartier Oberstadt	24. August, 14 -18 Uhr im und um das Haus St. Elisabeth Düsseldorfer Straße 20	<b>Interessengemeinschaft Oberstadt</b> Tel.: 02104 / 7920 (Haus St. Elisabeth)
<b>WiQ</b> – Fünf Senioren-Begegnungs- stätten stellen ihre Arbeit vor; gemeinsame Aktionen	28. August, ab 9:20 Uhr Wochenmarkt Jubiläumsplatz	<b>WiQ:</b> AWO-Treff, Caritas- Netzwerk Mettmann, DRK-, Johanneshaus- Be- gegnungszentrum, Seniorentreff „jute Stuw“
<b>Markttag</b> Einkaufen, schlemmen und klönen!	28. August, 10:30 -16:30 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	<b>Seniorenheim Neandertal</b> Tel.: 02104 / 9870
<b>September / Oktober</b>		
<b>Aktionstag „Vereint gegen Einsam- keit“</b> – Ein buntes Programm (Floor- ball, Nordic Walking, Reha- Sprech- stunde etc.)	1. September, 11 -16 Uhr Gustav-Bovensiepen-Halle Neanderstraße 16d	<b>mettmann-sport e.V.</b> Tel.: 02104 / 976006
<b>Gemeinsame Bergische Kaffeetafel mit allem dröm´n dran</b> (Weiteres siehe 14. Mai)	3. September, 10 -13 Uhr Begegnungscafé HÄNNES Talstraße 4-6	<b>Anmeldung erforderlich</b> Preis pro Person: 15 Euro (Weiteres siehe 14. Mai)
<b>Markttag</b> Einkaufen, schlemmen und klönen!	25. September, 16:30 -18:30 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	<b>Seniorenheim Neandertal</b> Tel.: 02104 / 9870
<b>Suppenfest</b>	9. Oktober, 16:30 -18:30 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	<b>Seniorenheim Neandertal</b> Tel.: 02104 / 9870
<b>Nachbarschaftsfrühstück</b>	10. Oktober, 9:30 Uhr Johanneshaus Begegnungszentrum Düsseldorfer Straße 154	<b>Johanneshaus Begegnungszentrum</b> Tel.: 02104 / 71011 Kostenbeitrag: 7,50 Euro Anmeldung erforderlich
<b>November / Dezember</b>		
<b>Gemeinsame Bergische Kaffeetafel mit allem dröm´n dran</b> (Weiteres siehe 14. Mai)	5. November, 10 -13 Uhr Begegnungscafé HÄNNES Talstraße 4-6	<b>Anmeldung erforderlich</b> Preis pro Person: 15 Euro (Weiteres siehe 14. Mai)
<b>Weihnachtsfeier</b> mit Gottesdienst im Anschluss	24. Dezember, ab 15 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	<b>Seniorenheim Neandertal</b> Tel.: 02104 / 9870 Anmeldung erforderlich
<b>Weihnachtsfeier für Alleinstehende</b> Für das leibliche Wohl und ein festliches Programm ist gesorgt.	24. Dezember, 15 -19:30 Uhr Restaurant „Vier Jahreszeiten“ Seibelstraße 3	<b>Runder Tisch für Senioren-Fragen</b> Tel.: 0173 / 9510848 Kostenbeitrag: 5 Euro Anmeldung erforderlich

# Regelmäßige Termine 2024

Regelmäßige Termine nach Wochentag	Wann & Wo	Veranstalter (Anmeldung & Kosten nur wenn angegeben)
Offenes Spielen	Montag, 13:30 - 17 Uhr Haus der Begegnung Vogelskamp 120	Caritas- Netzwerk Mettmann Tel.: 02104 / 22761 netzwerk-mettmann@caritas-mettmann.de
Gymnastik-Angebot	Montag und Mittwoch, 10:30 Uhr Seniorenheim Neandertal Talstraße 189	Anmeldung an der Rezeption Seniorenheim Neandertal Tel.: 02104 / 9870
Kaffee trinken	Montag bis Freitag, ab 9 Uhr AWO-Treff Gottfried-Wetzel-Straße 8	AWO-Treff Tel.: 02104 / 70753
Seniorenachmittag mit Kaffee und Kuchen, wechselndes Programm	jeden Dienstag, 14:30 - 16:30 Uhr Johanneshaus Begegnungszentrum Düsseldorfer Straße 154	Johanneshaus Begegnungszentrum Tel.: 02104 / 71011
Lesekreis des Netzwerks	1. Dienstag im Monat, 17 - 18:30 Uhr Haus der Begegnung Vogelskamp 120	Caritas-Netzwerk Mettmann Tel.: 02104 / 22761 netzwerk-mettmann@caritas-mettmann.de
Boule-Treff ME-Ost (nicht bei Regen und Sturm)	Mittwoch, 11:30 - 12:30 Uhr Bouleplatz am Stadtwaldhaus (Böttingerweg 10)	DRK- Begegnungszentrum Tel.: 02104 / 216935
Marktkirche eine warme Mahlzeit, Tischgespräche und Fachkundige von Caritas, Diakonie, SKFM, städt. Wohn-/ Pflegeberatung	Mittwoch, ab 12:30 Uhr Evangelische Kirche Freiheitstraße 19	Projekt der Evangelischen und Katholischen Kirchengemeinde Spende freiwillig Tel.: 02104 / 75654 juergen.artmann@ekir.de
Spielerunde „Komm spiel mit mir“ Offener Treff für alle Fans von Gesellschaftsspielen mit und ohne Vergesslichkeit	Mittwoch, 14 - 16 Uhr Seniorentreff „jute Stuw“ Düsseldorfer Straße 20	Seniorentreff „jute Stuw“ Tel.: 02104 / 792300 Anmeldung erforderlich seniorentreff-jutestuw-mettmann@web.de
DigiCafé ME-Ost	1-mal im Monat am Mittwoch: 17. April, 15. Mai, 10 - 12 Uhr weitere Termine erfragen DRK-Begegnungszentrum Bahnstraße 55	Die Digitalpaten Mettmann Tel.: 02104 / 216935 (DRK Begegnungszentrum)
Offene Sprechstunde für Fragen rund um den PC und Smartphone sowie andere technische Fragen zur Nutzung von digitalen Medien	Donnerstag, 13 - 15 Uhr AWO-Treff Gottfried-Wetzel-Straße 8	AWO-Treff Bitte um Anmeldung Tel.: 02104 / 70753
Treffpunkt Seniorenrat Offener Treff für Gespräche, Anregungen, Kritik; ohne bes. Anlass	alle 4 Wochen am Samstag, 10:30 - 12 Uhr Wochenmarkt Jubiläumsplatz, vor oder in der Gaststätte Frankenheim	Seniorenrat Mettmann Tel.: 02104 / 8084091 seniorenrat.mettmann@gmail.com
Sonntagscafé	1. und 3. Sonntag im Monat, 14:30 - 17 Uhr AWO-Treff Gottfried-Wetzel-Straße 8	AWO-Treff Tel.: 02104 / 70753
Sonntagscafé	2. und 4. Sonntag im Monat, 15 - 17 Uhr Café Einblick, Freiheitstraße 19a	Gemeindebüro der Ev. Kirche Tel.: 02104 / 7703-10 oder -20



**Runder Tisch für Senioren Fragen Mettmann e.V.**

c/o Stadt Mettmann, Neanderstraße 85, 40822 Mettmann

Telefon: 02104 / 980-466, E-Mail: rtf@mettmann.de, Internet: www.rtf-mettmann.de

