

Termine im Okt.. 2020 des Vereins „Die Jungen Alten Heimbach eV.“

Die „Heimbachhilfe“ öffnet die Kleiderstube donnerstags von 15:00 Uhr bis 17:30 Uhr.
Informationen: Hilde Kleinschmidt, Tel.: 02446/ 3155; Marianne Schimang, Tel.: 02446/ 3786 und Karin Breuer, Tel.: 02446/ 3111. Seit Donnerstag, 23. Juni hat die Heimbachhilfe wieder geöffnet!

Mittwochs, 9:00 Uhr und montags, 15.:00 Uhr: Treffen der Nordic-Walking-Gruppe.
Informationen bei Brigitte Gfeller, Tel.: 02446/ 911314.

Donnerstag, 01. Okt. 10 – 12 Uhr Malen in der Kunstakademie mit Ernst Bernhauser. **Tel.: 02446/ 631**

Alle zwei Wochen mittwochs, 15 Uhr: (Konkrete Termine werden noch bekannt gegeben.) Gemeinsames Handarbeiten im evangelischen Gemeindezentrum, Schönblick.
Informationen: Karin Breuer, Tel.: 02446/3111

Jeweils ein Mal im Monat: Kegeln Dienstag und Mittwoch in zwei Gruppen im Restaurant „Hasenfelder Hof“ Informationen bei Hildegard Kremers, Tel.: 02446/ 638. Hilde Kremers leitet nur noch die Dienstagsgruppe: Start war am 25.08. Die Mittwochsgruppe hat Hermann Görs, Tel: 02446/ 809 95 77, übernommen; Start war hier wieder am 19.08.

Montags, alle 14 Tage, 15:00 Uhr, evangelisches Gemeindezentrum: Die Bastelgruppe pausiert. Neustart wird rechtzeitig im Heimbach Journal bekannt gegeben.. **Informationen bei Erika Schramm, Tel.: 02446/80 99 470.**

Mittwoch, 07. Okt. 17:30 Uhr evangelisches Gemeindezentrum, Schönblick **Tänze in Reihe oder im Kreis mit Claudia Lüth.** Spezielle tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Lediglich Spaß und Freude an Bewegung im Rhythmus nach unterschiedlichen Choreographien sollte vor-handen sein.. Wir tanzen gemeinsam in der Gruppe; jeder kann alleine kommen, niemand bleibt alleine. **Rückfragen bei Claudia Lüth: Tel: 02446/ 1359 oder Hilde Amrein Tel: 02446/ 3291**

Donnerstag, 08. Okt. 10 – 14 Uhr Kochgruppe Wenn es die Coronaregeln zulassen, trifft sich die Kochgruppe wieder zur gewohnten Zeit an bekannter Stelle in der Ev. Kirche. mit Inge Wergen und Ursula Küpper. **Achtung: Für diese Gruppe ist eine Anmeldung dringend erforderlich bei Inge Wergen, Telefon: 02446/ 3471.**

Dienstag, 13. Okt., 18:30 Uhr, Stammtisch der Jungen Alten, vor allem für unsere Männer im Hasenfelder Hof bei interessanten Gesprächen.

Donnerstag, 08. und 22. Okt.10:00 Uhr Ev. Kirche Schönblick. Sitzgymnastik mit Claudia Lüth Tel.: 02446/ 1359) Ein sanfter Weg zum Muskelaufbau, die Beweglichkeit zu erhalten oder zu steigern und sich fit zu halten. Übungen für Rücken, Beine, Arme... Koordinations- und Reaktionsübungen mit und ohne Musik, Spiel, Tanz, Entspannung und viel Freude. Gymnastik im Sitzen bietet allen die Gelegenheit, den Körper zu trainieren; Bewegungseinschränkungen spielen keine Rolle.

Dienstag, 13. Okt. 15:00 Uhr Die Gesangsgruppe trifft sich zum gemeinsamen Singen mit Frank Ledig am Akkordeon. Informationen Telefon: 02446/ 3982 Ort: Ev. Kirche

Dienstag, 20. Okt., 16:00 Uhr, (!!!) Hasenfelder Hof (Hier können die Abstände besser eingehalten werden) Gesellschaftsspiele mit Margret Bidaoui (Telefon: 02446/ 1016) und Hubert Steinborn, der zum Skatspiel einlädt

Donnerstag, 22. Okt. 14:30 Uhr Hannelore und Wolfgang Züll laden ein zum Boule Spiel auf der Bahn in Hergarten Auskunft und Information bei **Hannelore Züll Tel.: 02446/ 805 6171** Danach geht die Gruppoe in die Winterpause!