

VERANSTALTUNGSPLAN-QUARTIERSPUNKT DÜMPTEN

JULI - AUGUST - SEPTEMBER 2026

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Stuhlgymnastik 12:00 - 13:00 Uhr	Interkulturelles Frauen-Frühstück 7.7 / 21.7 / 4.8 / 18.8 1.9 / 15.9 / 29.9 10:00 - 12:00 Uhr	Frühstück 09:00 - 12:00 Uhr	Offene Tür 20.8 10:00 - 11:30 Uhr	BSV Freitagstreff 7.8 / 4.9 14:00 - 17:00 Uhr	COPD Selbsthilfegruppe 25.7 / 22.8 / 26.9 14:15 - 16:00 Uhr	Spieletreff für Erwachsene 12.7 / 9.8 / 13.9 14:00 - 16:30 Uhr
Spiele-nachmittag 14:00 - 18:00 Uhr	Beratungsangebot für Frauen 7.7 10:00 - 11:30 Uhr	Sen. Club Bingo 22.7 / 19.8 14:00 - 17:00 Uhr	60 Plus Bunter Nachmittag Bingo 17.9 14:00 - 17:00 Uhr	BSV Sommerfest 3.7 14:00 - 17:00 Uhr		Spieletreff für Eltern & Kinder 5.7 / 19.7 / 2.8 / 16.8 6.9 / 20.9 15:00 - 18:00 Uhr
Skat 27.7 / 24.8 / 21.9 14:00 - 18:00 Uhr	Smartphone-Café 15:00 - 16:30 Uhr	Sen. Club Bunter Nachmittag 9.9 14:00 - 17:00 Uhr	60 Plus Sommerfest 16.7 14:00 - 17:00 Uhr			
Dartgruppe 13.7 / 27.7 / 10.8 / 24.8 / 14.9 / 28.9 19:00 - 22:00 Uhr	Netzwerk der Generationen 14.7 / 11.8 / 8.9 16:00 - 17:00 Uhr	Sen. Club Herbstfahrt 23.9	Energieberatung 15:30 - 18:30 Uhr			
		Sen. Club Sommerfest 8.7 14:00 - 17 Uhr	Donnerstagsfrauen 2.7 / 16.7 / 30.7 / 13.8 / 27.8 / 10.9 / 24.9 19:30 - 22:00 Uhr			
		Sen. Club Gesundheitsvortrag 26.8 14:00 - 17:00 Uhr				
		Gymnastik (Damen) 19:00 - 20:00 Uhr				

Ansprechpartner*innen zur Anmeldung:

Quartierspunkt	Tel.: 0208 45002 408
Senioren Club	Tel.: 0208 470159
BSV Mannesmann	Tel.: 0208 474665
CBE	Tel.: 0208 97068 13 / 0208 97068 28
Stadt Mülheim	Tel.: 0208 455 9964
COPD Selbsthilfegruppe	Tel.: 0208 73629

Wir sind auch auf Instagram!

 @quartier_swbmuelheim

