

# 2019

<b>Mittwoch</b> 9. Okt. 2019 19:00 Uhr im HdG	Erntedankfest mit Programmvorstellung	<b>TG</b> 1
<b>Mittwoch</b> 23. Okt. 2019 19:00 Uhr im HdG	<b>Thema:</b> „Darm gesund – Mensch gesund“ <b>Referent:</b> Heilpraktiker Thorsten Singer, Obersuhl	<b>TG</b> 3
<b>Mittwoch</b> 6. Nov. 2019 19:00 Uhr im HdG	<b>Thema:</b> „Ganzheitliches Gedächtnistraining zum Thema „Herbst““ <b>Referentin:</b> Ulla Jedamski	<b>TG</b> 4
<b>Mittwoch</b> 20. Nov. 2019 19:00 Uhr im HdG	<i>Kinoabend</i>	<b>TG</b> 5
<b>Samstag</b> 30. Nov. 2019 14:00 – 19:00 Uhr	Heinebacher Weihnachtsmarkt 2019 auf Frankfurth's Hof Verkauf von Kaffee, Kuchen und kalte Getränke	
<b>Mittwoch</b> 4. Dez. 2019 19:00 Uhr im HdG	<i>Nikolausfeier</i>	<b>TG</b> 1
<b>Sonntag</b> 22. Dez. 2019 ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Aschaffener Weihnachtsmarkt incl. Mittagessen u. Stadtrundfahrt mit Stadtführer	

## Planung für 2020

- Juni / Juli Grillabend
- 7. Juni 2020 Fahrt nach Mainz in den ZDF-Fernsehgarten
- 5. Sept. 2020 Fahrt nach Ebergtözen – Brotmuseum und Wilhelm-Busch-Museum

# 2020

<b>Samstag</b> 11. Jan. 2020 14:00 Uhr	<i>Winterwanderung</i> ab Bushaltestelle mit anschließendem Kaffeetrinken im „Café Inacker“	
<b>Mittwoch</b> 29. Jan. 2020 19:00 Uhr im HdG	<b>Thema:</b> „Vitamin D – Das Sonnenvitamin“ <b>Referentin:</b> Heilpraktikerin Kerstin Schmitz-Wolf	<b>TG</b> 6
<b>Mittwoch</b> 12. Febr. 2020 19:00 Uhr im HdG	<b>Thema:</b> Multiplikatorinnen-Kochen „One-pot-cooking“ <b>Referentinnen:</b> Martina und Ruth <b>Bitte Teller und Besteck mitbringen!</b>	<b>TG</b> 7
<b>Mittwoch</b> 26. Febr. 2020 19:00 Uhr im HdG	<b>Thema:</b> „Demenz kann jeden treffen“ <b>Referent/in:</b> Senioren-Beirat Waldhessen	<b>TG</b> 2
<b>Mittwoch</b> 11. März 2020 19:00 Uhr im HdG	<b>Thema:</b> „Diavortrag über den Südpazifik“ <b>Referentin:</b> Tatjana Kröger, Weltenbummlerin	<b>TG</b> 3
<b>Samstag</b> 14. März 2020 14:00 Uhr	Aufbau und Deko des Ostergartens anschließend Kaffeetrinken im „Café Inacker“	
<b>Mittwoch</b> 25. März. 2020 19:00 Uhr im HdG	<b>Thema:</b> „Locker, leicht & lecker!“ Weniger Zucker – voller Genuss“ <b>Referentin:</b> Ulrike Nöding, Ernährungsfachfrau	<b>TG</b> 4
<b>Samstag</b> 04. April 2020 9:30 Uhr im HdG	Osterfrühstück <b>Bitte Teller und Besteck mitbringen!</b>	<b>TG</b> 5
<b>Mittwoch</b> 22. April 2020 19:00 Uhr im HdG	Jahreshauptversammlung <b>Bitte Teller und Besteck mitbringen!</b>	<b>TG</b> 1



**Außerdem treffen sich durchgehend das ganze Jahr:**

### Friedhofsarbeit

von April bis November jeden 1. Montag im Monat um 13:30 Uhr  
In den Sommermonaten je nach Wetterlage um 9:30 Uhr  
Ansprechpartnerin: Ute Stolpa, Tel. 0 56 64 / 84 24



### Kaffeetrinken

jeden 1. Dienstag im Monat ab 14:30 Uhr im Café Inacker  
Ansprechpartnerin: Ruth Martin, Tel. 056 64 / 1701



### Radl-Treff

von Mai bis September jeden Donnerstag ab 18:45 Uhr  
an der Bushaltestelle  
Ansprechpartnerin: Michaela Stückrath, Tel. 05664 / 1246



# JAHRES-PROGRAMM

## 2019 / 2020

für \_\_\_\_\_

### Das Vorstandsteam:

<b>Sprecherin:</b>	<b>Sandra Zimmermann</b>	Tel. 0 56 64 / 93 26 33
<b>Kassiererin:</b>	<b>Michaela Stückrath</b>	Tel.: 0 56 64 / 12 46
<b>Schriftführerin:</b>	<b>Ruth Aschenbrenner</b>	Tel.: 0 56 64 / 62 72
	<b>Martina Rehwald</b>	Tel.: 0 56 64 / 83 41
	<b>Ute Stolpa</b>	Tel.: 0 56 64 / 84 24
	<b>Elke Steinbach</b>	Tel.: 0 56 64 / 64 19

*Nimm Dir genügend Zeit  
für die Dinge,  
die Dich glücklich machen!*