

MONTAG

10.00 - 12.30 Uhr **Bridge-Gruppe**
NOCH PLÄTZE FREI!

13.00 - 15.00 Uhr **Internetcafé ***

15.00 - 16.00 Uhr **Qigong - Chinesische Heilgymnastik *☺**
Herrn Förster

DIENSTAG

10.00 - 13.00 Uhr **Näh-Werkstatt**
Noch Plätze frei!
„Heilig's Stöfle“
*Für Anfänger und Könner *☺*
mit Martina Pichler

ab 14 Uhr **Tischtennis spielen**
NEU! NEU! **in geselliger Runde**

MITTWOCH

11.00 - 12.00 Uhr **Senioren-Gymnastik*☺**

13.00 - 16.00 Uhr **Klönrunde bei Kaffee**

DONNERSTAG

12.00 - 14.00 Uhr **Tablet- und Handyhilfe *☺**
Mit Lidija Dekrell

15.00 - 16.30 Uhr **Spanisch-Konversation *☺**
mit Frau Renée Weinhold

-pausiert vom 01.01.19 - 31.03.19 -

14.00 - 18.00 Uhr **Kreativ-Werkstatt**
Stricken, Häkeln, Nähen und Papierbasteleien

FREITAG

13.00 - 18.00 Uhr **Freies Malen und Zeichnen**

17.00 - 21.00 Uhr **Freitags-Galerie**
Jeden 1. & 3. im Monat!
Wechselnde Ausstellungen der Gruppe „Grüner Jäger“

Sonstiges im Januar 2019

Donnerstag, den 03.01.2019

19.00 - 21.00 Uhr **Impro-Theater**
mit Yannick Reimers
NEU: jeden 1. Donnerstag im Monat

Dienstag den 08.01.2019

19:00 - 22:00 Uhr **Hmbg. Microcomputer e.V.**
www.hmh-ev.de

Sonntag, den 06.01.2019

14.00 - 17.00 Uhr **Nachbarschaftstreff**

Samstag, den 12.01.2019 *

09.00 - 20.00 Uhr **Nähtreff***
mit Martina Pichler

Freitag, den 11.01.2019

19.00 - 21.00 Uhr **Schreibgruppe „Wertvoll“**
mit Yannick Reimers

Freitag, den 25.01.2018

18:30 - 19:30 Uhr **Klangmeditation * ☺**
mit Diana Wenck

Samstag, den 26.01.2019

14.00 - 17.00 Uhr **Porträt-Fotografie * ☺**
Workshop
Mit Helmut Pichler (Fotograf)

Vorschau Februar 2019:

Sonntag, den 17.02.2019 11 – 17 Uhr

LAB e.V. auf der **Aktivoli Freiwilligenbörse**
Im Börsensaal der Handelskammer
LAB Stand - Stand 214, Saal 2



* - Angebote mit Kostenbeteiligung.
☺ - Teilnahme mit Anmeldung, bitte per E-Mail oder Telefon im Treffpunkt
Vielen Dank !