

MONTAG

10.00 – 12.30 Uhr
NOCH PLÄTZE FREI!

Bridge-Gruppe

13.00 - 15.00 Uhr

Internetcafé *

15.00 - 16.00 Uhr

Qigong - Chinesische Heilgymnastik *☺
mit Uwe Spiesky
bzw. Herrn Förster

DIENSTAG

10.00 - 13.00 Uhr
NOCH PLÄTZE FREI!

Näh-Werkstatt „Heilig's Stöfle“ *☺
Für Anfänger
und Könner
mit Martina Pichler

**ab 14 Uhr
NEU!**

**Tischtennis spielen
in geselliger Runde**

MITTWOCH

11.00 - 12.00 Uhr

Senioren-Gymnastik*☺
Mit Irmgard Damati

13.00 - 16.00 Uhr

Klönrunde bei Kaffee

20.00 - 21.15 Uhr
NEU! NEU!

„Work Out“ ☺**
Übungen für Bauch,
Beine, Po und Rücken* ☺

DONNERSTAG

12.00 - 14.00 Uhr

Tablet- und Handyhilfe *☺
Mit Lidija Dekrell

15.00 - 16.30 Uhr
NOCH PLÄTZE FREI!

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“

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

Vielen Dank!

Sonstiges im Februar 2019

Freitag, den 01.02.2019

15.00 - 18.00 Uhr **„Rosen-Nachmittag“**
Rosen-Bilder + Gedichte
mit musikalischer Begleitung

Samstag, den 02.02. & 23.02.2019

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

Sonntag, den 03.02.2019

14.00 - 17.00 Uhr **Nachbarschaftstreff**

Donnerstag, den 07.02.2019

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

Freitag, den 08.02.2019

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

Dienstag den 12.02.2019

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

Samstag, den 16.02.2019 *

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

Freitag, den 22.02.2019

18:30 - 19:30 Uhr **Klang Yoga * ☺**
(Ohne Asanas)
mit Diana Wenck