

## Regelmäßiges im August 2017

### Montag

13.00 - 14.00 Uhr **Gedächtnistraining**  
*Mit Spiel und Spaß*  
(Frau Heise)

13.15 - 14.45 Uhr **Spanisch-Konversation**  
*mit Frau Weinhold*  
**Interessenten bitte melden!**

15.00 - 16.00 Uhr **Qigong - Chinesische Heilgymnastik \* ☺**  
(Herr Spiesky)

18.00 - 19.30 Uhr **Impro-Theater**  
(Herr Reimers)

### Dienstag

13.00 - 15.00 Uhr **Internetcafé**

14.30 - 15.30 Uhr **Schreibwerkstatt \* ☺**  
(Frau Kiesel)

15.30 - 18.00 Uhr **Bridge-Gruppe**

### Mittwoch

11.00 - 12.00 Uhr **Mach mit - bleib fit!**  
*Gymnastiklehrerin*  
(Maika Müller) \*

12.00 - 13.00 Uhr **Atemgymnastik \***  
*Mit Maika Müller*

**„Mach mit - bleib fit!“ & „Atemgymnastik“  
in Kooperation mit HSB & St. Pauli TV**

13.00 - 16.00 Uhr **Klönrunde**

### Donnerstag

12.00 - 14.00 Uhr **Tablet- und Handyhilfe \***  
(Frau Dekrell)

14.00 - 18.00 Uhr **Kreativ-Werkstatt**  
*Zeichnen, Malen,  
Handarbeiten, Basteln  
und Klönen*

### Freitag

13.00 - 18.00 Uhr **Freies Malen und Zeichnen**  
*(in ruhiger Atmosphäre)*

19.00 - 21.00 Uhr **Schreibgruppe „Wertvoll“**  
*(jeden 2. Freitag)*

## Sonstiges im August 2017

### Samstag, den 05.08.2017

16.00 - 20.00 Uhr **Interkultureller Austausch**  
*Mit Frauen der Elfenbeinküste*

### Sonntag, den 06.08.2017

14.00 - 17.00 Uhr **Nachbarschaftstreff**

### Dienstag den 08.08.2017

19:00 - 22:00 Uhr **Hmbg. Microcomputer Hochschulgruppe HMH e.V.**  
[www.hmh-ev.de](http://www.hmh-ev.de)

### Freitag, den 11.08.2017

19.00 - 21.00 Uhr **Schreibgruppe „Wertvoll“**  
(Herr Reimers)

### Samstag, den 12.08.2017

09.00 - 20.00 Uhr **Nähtreff**  
*(mit Frau Pichler)*

### **Ausstellung:**

„Hunde und Katzen“  
in verschiedenen Techniken gemalt/gezeichnet  
**Noch bis 10.08.2017**

### Samstag, den 19.08.2017 ab 16 Uhr:

**Künstlergruppe „Grüner Jäger“**

**Gemeinschaftliche Ausstellung  
verschiedener Werke**