

MONTAG

- 13.00 - 15.00 Uhr **Internetcafé ***
- 15.00 - 16.00 Uhr **Qigong - Chinesische Heilgymnastik *☺**
mit Uwe Spiesky
- 18.00 - 19.30 Uhr **Impro-Theater**
mit Yannick Reimers

DIENSTAG

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

- 15.30 - 18.00 Uhr **Bridge-Gruppe**
NOCH PLÄTZE FREI!

MITTWOCH

- 11.00 - 12.00 Uhr **Senioren-Gymnastik*☺**
-Urlaubspause-
- 12.00 - 13.00 Uhr **Atemübungen *☺**
-Urlaubspause-
- 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
- NOCH PLÄTZE FREI!**
Interessenten bitte anmelden!
- 12.00 - 16.00 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 Oktober 2018

Samstag, den 06.10.2018

- 14.00 - 17.00 Uhr **Porträt-Fotografie * ☺**
Workshop
mit Helmut Pichler (Fotograf) und Eduardo Honorato

Sonntag, den 07.10.2018

- 14.00 - 17.00 Uhr **Nachbarschaftstreff**

Samstag, den 13.10.2018 *

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

Dienstag den 09.10.2018

- 19.00 - 22.00 Uhr **Hamburger Microcomputer e.V.**
www.hmh-ev.de

Freitag, den 12.10.2018

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

Samstag, den 20.10.2018

- 11.00 - 19.00 Uhr **Puppen-Näh-Workshop * ☺**
mit Johanna Pless

Freitag, den 26.10.2018

- 17.00 - 18.00 Uhr **Klangmeditation * ☺**
mit Diana Wenck

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

Vielen Dank !