

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**
NEU! NEU! „Heilig's Stöfle“
*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*☺**
- 12.00 - 13.00 Uhr **Atemübungen *☺**
- 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 *☺**
NOCH PLÄTZE FREI!
mit Frau Renée Weinhold
Interessenten bitte anmelden!
- 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 November 2018

Sonntag, den 04.11.2018

- 14.00 - 17.00 Uhr **Nachbarschaftstreff**

Freitag, den 09.11.2018

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

Samstag, den 10.11.2018 *

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

Dienstag den 13.11.2018

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

Freitag, den 23.11.2018

- 17:00 - 18:00 Uhr **Klangmeditation * ☺**
mit Diana Wenck

Samstag, den 24.11.2018

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

* - Angebote mit Kostenbeteiligung.

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

Vielen Dank !