

August 2026 Programm

Montag:

Apple-iPhone und Smartphone-Kurse
immer montags.
Bitte Termine im Büro absprechen.
*Diese Kurse sind kostenlos

Spieletreff montags um 12:30 Uhr

Wir suchen noch Mitspieler*innen
Bitte gerne im Büro melden!
(Kartenspiele, Skatrunde).
14:30 Uhr Kaffeekreis

Dienstag:

10:00– 11:00 Uhr Gymnastik.
Wir nehmen z.Zt. **keine** Teilnehmer*innen
auf!

11:15 -13:00 Uhr Die Selbsthilfegruppe
Parkinson e.V. trifft sich zur
gemeinsamen Gymnastik und
Gesprächen, anschl. Essen in
gemeinsamer Runde.

Spielkreis II

Ab 12:30 Uhr -16:00 Uhr
(Kniffel und Kartenspiele).

14:30 Uhr Kaffeekreis,
Es können noch Mitspieler/-innen dazu
kommen!

August 2026 Programm

Mittwoch:

Qi Gong Kurs nach der
Ferienpause ab dem **12.08.2026** ab 9:00-10:30
Uhr. Wir nehmen noch interessierte
Teilnehmer/-innen auf!

Die Rheumagruppe kommt am 05.08.2026 um
13:00 Uhr.

Sollten Sie Interesse haben dieser Gruppe
beizutreten, melden Sie sich im Büro!

Der Freundeskreis Ottensen kommt wieder am
12.08.2026 um 14:00 Uhr
zur gemütlichen Kaffeerunde (Schulungsraum).

Blutspende am 19.08.2026 um 15:30-20:30 Uhr

Der SoVD ist am 26.08.2026 wieder im Haus.
Zu Gast ist der HVV mit dem Thema;
Mobilitätsberatung für Senioren.
Wir bitten um Anmeldung bis zum

Donnerstag:

Spanischkurs

Gruppe I: 10:00-11:00 Uhr

Gruppe II: 11:15-12:15 Uhr

BOWLING :

Der Gesprächskreis findet am
13.08. von 12:00-14:00 Uhr statt.

Es gibt eine Kleinigkeit zu Essen
zum Preis von 5,- €

Wir nehmen wieder Gespräche für den
Radiopodcast mit Martin Tietjen auf. Bitte
anmelden!

August 2026 Programm

Donnerstag :

Freies Tanzen ab dem 13.08.2026
Der Kurs findet donnerstags vormittags von 10:00-
11:15 Uhr statt. Bei Interesse melden Sie sich im
Büro!
***Dieser Kurs ist kostenlos**

Die Wi I Bowlinggruppe trifft sich am
20.08.2026 um 13:30 Uhr.

Die Wi II Bowlinggruppe trifft sich am
27.08.2026 um 13:30 Uhr.

Freitag:

Kreatives Malen

um 10:00- 13:00 Uhr. Jeder kann seine
Kunstwerke selbst gestalten. Jeder Gast ist
willkommen und kann auch hier Frühstück
bekommen. Bitte vorher anmelden!

Am 13.08.2024 Wir machen wieder einen
Mittagstisch für unsere Besucher*innen zum
Preis von 10,50 € gibt es wieder etwas Leckerer!
Getränke und Kaffee inklusive.
Bitte auf den Aushang schauen und anmelden!

BINGO am 21.08.2026 um 13:30 Uhr
Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung!

Spielkreis (Rommée) am 07.08.2026 um
13:00 – 16:00 Uhr.
Es gibt eine Kleinigkeit zum Essen.
Wir bitten um Anmeldung!