

Machen Sie mit!

Haben Sie Interesse, bei uns hinter den Kulissen mitzuwirken? Ehrenamtliche Helfer*innen, die uns stundenweise unterstützen, sind immer gern gesehen. Ansprechpartnerin ist die Leiterin des Seniorentreffs, Christiane Ratjens.

Zu den Aufgaben unserer Helfer*innen gehört die Vorbereitung und Betreuung der Veranstaltungen, die Begleitung bei Ausflügen und anderes mehr. Auch wer Interesse hat, sein Hobby mit anderen zu teilen und eine eigene Gruppe aufzubauen, ist uns herzlich willkommen.

Info-Nachmittage

Wir organisieren einmal im Monat einen Info-Nachmittag, der immer interessante Themen aufgreift und zu dem wir Referent*innen einladen. Wir bitten um Anmeldung.

Auskünfte zu den Gruppentreffen und anfallenden Preisen erhalten Sie im Büro. Dort bekommen Sie auch unser monatliches Veranstaltungsblatt mit einer Übersicht aller Termine in unserem Haus.

Freizeittreff „Haus Ottensen“

Holstenring 6

22763 Hamburg

Telefon: 040/39 53 46

Fax: 040/39 80 62 03

E-Mail: c.ratjens@drk-altona-mitte.de

Das sollten Sie wissen:

Montags

10:00 – 12:00 Uhr Gemeinsames Frühstück (immer am 1. Montag im Monat)
Apple iPhone und Smartphone Kurse bitte im Büro anmelden!

Ab 12:30 Uhr Spielenachmittag

Dienstags

10:00 - 11:00 Uhr Gymnastik

11:15 – 13:00 Uhr Parkinson

Selbsthilfegruppe

Ab 12:30 Uhr Spielenachmittag

Mittwochs

09:00 – 10:30 Uhr Qi Gong

10:00 – 12:30 Uhr Englisch

Nachmittags: Diverse Gruppentreffen

Donnerstags

10.00 – 11.00 Uhr Spanisch Fortgeschrittene

Danach weitere Spanischkurse.

10:00 – 11:15 Uhr Freies Tanzen

Ab 13.30 Uhr: Wi I und Wi II Bowling

Freitags:

Jeden Freitag 10:00 – 13:00 Uhr Malkurs

Nachmittags: Verschiedene Angebote

- Spiele Nachmittag
- Bingo Nachmittag
- Männerkochen mit gemeinsamen Mittagessen

Freizeittreff „Haus Ottensen“ Extrablatt Februar 2026



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

„Mir macht es Spaß,
im Seniorentreff
Menschen zu bewir-
ten und zusammen-
zubringen!“

Anneliese,
ehrenamtliche Helferin

**JETZT
MITGLIED WERDEN**
WWW.DRK-ALTONA-MITTE.DE