

Gute Aussichten für Februar

Montag, 4.2. von 14.00-16.00 Uhr:
Plastisches Gestalten mit Pappmaché
bitte anmelden!



„Zuhören & Genießen“

Medienbotin

Urlike Eisenblätter liest vor:

Montag, 25.02., Ab 14:30 Uhr

Mittwoch, 20.2.: Von 10:00-13:00 Uhr

Kochkurs:

„Gesund durch den Winter“

Gärtnerei Wulksfelde liefert das Gemüse, wir kochen gemeinsam und genießen das leckere Essen aus der Region
– **Mit Anmeldung!**



2x im Monat am Donnerstag
nach dem Kaffeetrinken:

BINGO!

Jeden Dienstag und Donnerstag
14:00 bis 15:00 Uhr

Klönzeit mit Kuchen & Kaffee oder Tee

Besondere Angebote im Januar

Mittwoch, **09.&30.01.**, 14:30 bis 17:30 Uhr
„Digital einfach“ – Hilfe im Umgang mit
dem eigenen Tablet & Smartphone
Infos und *Anmeldung* im Treff



Mo., 14.1.: Hatha-Yoga am

Morgen Dieser Kurs eignet sich
für Anfänger und Menschen mit
körperlichen Beschwerden. Eine

einfache Yoga-Meditation hilft, Körper und
Geist vollständig zu entspannen. Alle
Übungen können im Sitzen praktiziert werden
bitte anmelden!



Mi., 16.1.: 10:00-13:00 Uhr **Kochkurs:**

„Gesund durch den Winter“

Gärtnerei Wulksfelde liefert das
Gemüse, wir kochen gemeinsam
– **Mit Anmeldung!**

Fr 18.01.: Neujahrs-Schlemmer-Frühstück
Schlemmen und Klönen mit Dieter Zwill,
von 11:00 -13:00 Uhr, *bitte anmelden!*

**Sonntag, 20.01.
von 16:00 bis 18:00 Uhr**

Gemeinsam mit den **Wooligans**

Stricken für Obdachlose in Hamburg



„Älter und Besser“: Acapella-Chor

Auftaktveranstaltung: **Mo, 21.1., 11.00 Uhr:**

Klassisch, Swing, Jazz: Mitsingen!

Donnerstag 24.01.: 14:45 Uhr bis 15:45 Uhr

Tanzen im Sitzen, Kostenbeitrag: 2,50 €



PROGRAMM **Januar 2019**

AWO-Treff Louise Schroeder

Gefionstraße 3, 22769 Hamburg

- Im Bürgertreff Altona

Tel.: (040) 43 42 02

seniorentreff-louise-schroeder@awo-hamburg.de



Öffnungszeiten

Di & Do:

10:00-18:00 Uhr

Mo & Mi: Kursangebote

Fr & So: Thementage

Beachten Sie unsere
Aushänge im Treff

Unser AWO-Treff ist barrierefrei



Der AWO-Treff Louise Schroeder ist eine Einrichtung der Stadt
Hamburg in der Trägerschaft der **AWO,**
Landesverband Hamburg e.V. und wird ehrenamtlich betrieben




Monatsprogramm AWO-Treff Louise Schroeder – JANUAR 2019

Gefionstrasse 3, 22769 Hamburg

Tel.: (040) 43 42 02

seniorentreff-louise-schroeder@awo-hamburg.de



Do	03.01.	12:00-14:00 Beratung: „Aktion Augen auf!“			
Mo	07.01.	13:15-14:15	„Mach mit, bleib fit!“		
Di	08.01.	9:45-10:45 Englisch B1 (1/12)	10:00-18:00 Offener Treff: Klönen, Karten- und Brettspiele	14:00-15:00 Kaffee & Kuchen	
Mi	09.01.	14:30-17:30	„Digital einfach“ Hilfe im Umgang mit dem eigenen Tablet & Handy - Anmeldung erforderlich!		
Do	10.01.	10:00-18:00 Offener Treff Klönen & Brettspiele	12:00-14:00 Beratung: „Aktion Augen auf!“	14:00-15:00 Kaffee & Kuchen	
Mo	14.01.	10:00-11:30	NEU Yoga am Morgen	13:15-14:15	„Mach mit, bleib fit!“
Di	15.01.	9:45-10:45 Englisch B1 (2/12)	10:00-18:00 Offener Treff: Klönen, Karten- und Brettspiele	(intern: 13:00-15:00 Teamsitzung)	14:00-15:00 Kaffee & Kuchen
Mi	16.01.	10:00-13:00	„Gesund durch den Winter“ - Kochkurs mit Gemüse von Gut Wulksfelde (Anmeldung!)		
Do	17.01.	10:00-18:00 Offener Treff	12:00-14:00 Beratung: „Aktion Augen auf!“	14:00-15:00 Kaffee & Kuchen, anschl. BINGO!	
Fr	18.01.	11:00-13:00 Neujahrs-Schlemmer-Frühstück mit Dieter Zwoll (Mit Anmeldung)		14:00-18:00 Selbsthilfegruppe Osteoporose	
So	20.01.	16:00-18:00	Mit den Wooligans gemeinsam Stricken & Häkeln für obdachlose Menschen in Hamburg		
Mo	21.01.	10:00-11:30 NEU Yoga am Morgen	11:00-12:30 „Älter & besser“ NEU Acapella-Chor	13:15-14:15 „Mach mit, bleib fit!“	
Di	22.01.	9:45-10:45 Englisch B1 (3/12)	10:00-18:00 Offener Treff: Klönen, Karten- und Brettspiele	14:00-15:00 Kaffee und Kuchen	
Do	24.01.	10:00-18:00 Offener Treff 14:00-15:00 Kaffee & Kuchen	12:00-14:00 Beratung: „Aktion Augen auf!“	14:45-15:45 Tanzen im Sitzen Kostenbeitrag 2,50€	NEU Winterspaziergänge – „Unterwegs & interessiert!“ Infos zum Ziel & Anmeldung im Treff oder Tel. 43 42 02 oder 0176-14 14 00 50
Fr	25.01.	14:00-18:00	GEBURTSTAGSKAFFEE mit Dieter Zwoll (Mit Anmeldung)		
So	27.01.	14:00-18:00	Offener Scrabble-Treff: „Buchstabenschieben“ für Jung & Alt“		
Mo	28.01.	10:00-11:30 NEU Yoga am Morgen	13:15-14:15 „Mach mit, bleib fit!“	„Zuhören & Genießen“ - entfällt - 	
Di	29.01.	9:45-10:45 Englisch B1 (4/12)	10:00-18:00 Offener Treff: Klönen, Karten- und Brettspiele	14:00-15:00 Kaffee & Kuchen	
Mi	30.01.	14:30-17:30	„Digital einfach“ Hilfe im Umgang mit dem eigenen Tablet & Handy - Anmeldung erforderlich!		
Do	31.01.	10:00-18:00 Offener Treff	12:00-14:00 Beratung: „Aktion Augen auf!“	14:00-15:00 Kaffee & Kuchen, anschl. BINGO!	