


**AWO Treff BERGEDORF** für Bildung, Kultur und Freizeit im KÖRBERHAUS

**Wochenprogramm** ab 6. Feb 2023



Holzhude 1 | 21029 Hamburg | Tel. (040) 72 10 58 75 | Leitung: Renate Nasralla & Wolfram Bundesmann

E-Mail: seniorenen.bergedorf@awo-hamburg.de

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG		FREITAG
13-15:30 Uhr Raum 204 <b>Gitarrengruppe</b> Harald Maruhn	9:30-10:15 Uhr   Raum 204 <b>Gymnastik</b> Christa Becker	9:30-11:30 Uhr   Raum 204 jeden 2. + 4. Mi <b>Malgruppe</b> Doris Meyer	10-12 Uhr   Raum 204 jeden 2. + 4. Do <b>Erzählcafé</b> Helmuth Sturmhoebel	10-11:30 Uhr   Raum 203 <b>IPad-Kurs</b> Manfred Picker	11-12 Uhr   Raum 204 <b>Offene Sprechstunde:</b> <b>Tablet, Smartphone,</b> <b>Internet, etc.</b> Helmuth Sturmhoebel + Wolfram Bundesmann
	10:45-11:30 Uhr   Raum 204 <b>Sturzprävention</b> Christa Becker	13-17 Uhr   Raum 203 <b>Skatgruppe</b>			
	10-11:30 Uhr   Raum 203 <b>Smartphone für Anfänger</b> Wolfgang Schulze	14-17 Uhr   Raum 204 <b>Handarbeiten</b> Monika Philipp	13-16 Uhr Raum 204 <b>Spielegruppe</b> Heidi Wendt	13-16 Uhr Raum 203 jeden 2. Do <b>Kartengruppe</b> Fr. Kasputtis	
	13-17 Uhr   Raum 204 <b>Singgruppe</b>   1. + 3. Di Peter Gelzer		14:30-16 Uhr   Beratungsraum <b>Englisch</b> Ilse Scheurer		„Die schlimmste Zeit in unserem Leben ist die beste Gelegenheit, innere Stärke zu entwickeln.“  - Dalai Lama  
	15-17 Uhr   Raum 203 <b>Vertrauen im Alter</b> jeden 2. Di Sigrid Buchholz	16-17 Uhr   Raum 207 <b>Tanzen im Sitzen</b> Franziska Niemann	19-21 Uhr   Raum 203 + 204 <b>Leben in Deutschland</b> - Beratung für alleinstehende, junge MigrantInnen   Koop mit dem Verein Bergedorfer für Völkerverständigung e.V.		
	18-18:45 Uhr   Raum 207 <b>Herz-Lungen-Sport</b> Frau Rehmhof				

**AWO Kreisverband Bergedorf** | Spendenkonto: Förderverein für ältere Menschen e.V. | HASPA, IBAN: DE93 2005 0550 1034 2256 47

Dieser Treff wird gefördert durch die Freie und Hansestadt Hamburg, Bezirksamt Hamburg-Bergedorf, und wird in der Trägerschaft der AWO Hamburg ehrenamtlich betrieben.