

## Digitale Angebote

### Smartphone- & Tablet-Hilfe

Sie haben ein Smartphone oder Tablet, kennen sich aber nur wenig mit den Funktionen aus? Reservieren Sie sich gleich Ihren ganz persönlichen Einzeltermin – wir helfen gerne!

### Smartphone-Hilfe

Einzeltermin mit Anmeldung für:

- Dienstags, 14–15:45 Uhr
- Mittwoch, 13.09. und 27.9., ab 14 Uhr

Die offene Smartphone-Sprechstunde entfällt zurzeit.

### NEU am Montag, von 13–15 Uhr

„Ausprobieren, Fragen stellen, Tipps mitnehmen – individuell und praxisnah“

Sie erhalten Internetzugang – mit Hilfe, Unterstützung im Umgang mit Ihrem Smartphone und können **kleine digitalen Alltagshilfen** vor Ort kostenfrei ausprobieren: eBook-reader, Geräte-/Personenfinder, Kopfhörer, Smartwatch, Blutdruckmesser, ...

## Unsere SEPTEMBER-Tipps

### NEUES ANGEBOT

### „**Tanzlust**“

Jeden Mittwoch von 13:15–14:45 Uhr

Tanzpädagogin Ofelia Renteros leitet unterschiedliche Tänze an – keine Vorkenntnisse erforderlich, einfach mitmachen!  
Kosten: 20,- € pro Monat | mit Anmeldung

Donnerstag, 21.09.

### Ausflug in den Tierpark Hagenbeck

Vom Oran Utan bis zur kleinen Eisbärin

– gemeinsam die Tierwelt erkunden.

Kosten pro Person: 5,- € | mit Anmeldung



### Gedächtnistraining mit Angelika Lopin

Donnerstags von 10–11:30 Uhr

Trainieren Sie Ihre Aufmerksamkeit, Konzentration und Koordination spielerisch und ohne Druck, in angenehmer Atmosphäre. Durch dieses vielseitige, ganzheitliche Training erlangen Sie zu neuen Sichtweisen – probieren Sie es aus, die Schnupperstunde ist kostenfrei und jederzeit möglich!

– Änderungen vorbehalten –



SEPTEMBER\_PROGRAMM2023

AWO Aktivtreff Louise Schroeder



Gefionstraße 3 | 22769 Hamburg  
– Im Bürgertreff Altona-Nord  
Leitung: Horst Emmel | Dieter Zwill

Tel.: (040) 43 42 02  
gefionstr@awo-hamburg.de

Öffnungszeiten:  
siehe Kursprogramm



Unser AWO-Treff ist barrierefrei!

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

Mo	04.09.	13-15   individuell & praxisnah: Internetzugang, Smartphonehilfe & digitale Alltagshilfen im Test			
Di	05.09.	10-11:30 Englischkurs B1	11-17 Offener Treff 14:30 Kaffee- & Kuchen	14-15:45 Smartphone-Hilfe mit Anmeldung	15-17 „Spielen satt“ Karten- & Brettspiele
Mi	06.09.	14.30-16 Englischkurs A2			
Do	07.09.	10-11:30 Gehirnjogging Schnupperstunde kostenfrei!	„Aktion Augen auf!“ - entfällt -	<b>Ausfahrt nach Malente für AWO-Mitglieder*innen</b>	
So	10.09.	Ab 14 Dieters Kuchen-Kino			
Mo	11.09.	13-15   individuell & praxisnah: Internetzugang, Smartphonehilfe & digitale Alltagshilfen im Test			
Di	12.09.	10-11:30 Englischkurs B1	11-17 Offener Treff 14:30 Kaffee- & Kuchen	Smartphone-Hilfe - entfällt -	15-17 „Spielen satt“ Karten- & Brettspiele
Mi	13.09.	14:30-16 Englischkurs A2		14-16 Smartphone-Hilfe mit Anmeldung	
Do	14.09.	10-11:30 Gehirnjogging Schnupperstunde kostenfrei!	13-15 kostenfreie Beratung „Aktion Augen auf!“	11-17 Offener Treff   14:30 Kaffee, Kuchen & Spielen   14:15-16:15 Boule im Hof	
Fr	15.09.	15-18 Osteoporose-SH-Gruppe			
So	17.09.	17-20   „Louise tanzt!“ – Tanzveranstaltung im Kuppelsaal   WK 3,- €   5,- €			
Mo	18.09.	13-15   individuell & praxisnah: Internetzugang, Smartphonehilfe & digitale Alltagshilfen im Test			
Di	19.09.	10-11:30 Englischkurs B1	11-17 Offener Treff 14:30 Kaffee- & Kuchen	Smartphone-Hilfe - entfällt -	15-17 „Spielen satt“ Karten- & Brettspiele
Mi	20.09.	14:30-16 Englischkurs A2			
Do	21.09.	10-11:30 Gehirnjogging Schnupperstunde kostenfrei!	„Aktion Augen auf!“ - entfällt -	<b>Ausflug in den Tierpark Hagenbeck</b>	
Mo	25.09.	13-15   individuell & praxisnah: Internetzugang, Smartphonehilfe & digitale Alltagshilfen im Test			
Di	26.09.	10-11:30 Englischkurs B1	11-17 Offener Treff 14:30 Kaffee- & Kuchen	15-17 „Spielen satt“ Karten- & Brettspiele	17-18 Digitaler Klönschnack
Mi	27.09.	14:30-16 Englischkurs A2		14-16 Smartphone-Hilfe mit Anmeldung	
Do	28.09.	10-11:30 Gehirnjogging Schnupperstunde kostenfrei!	13-15 kostenfreie Beratung „Aktion Augen auf!“	11-17 Offener Treff   14:30 Kaffee, Kuchen & Spielen   14:15-16:15 Boule im Hof	
So	29.09.	14-18 Offener Scrabble-Treff: Buchstabenschieben für Jung und Alt			



Sie möchten Ihr Smartphone (noch) besser kennenlernen? Kontakte anlegen, Apps installieren, ...  
Wir bieten kostenfreie Hilfe beim Umgang mit dem eigenen Smartphone und iPad an.

**Anmeldungen über Dieter Zvoll: Di + Do im Treff oder Tel. (040) 43 42 02 & mobil 0152-56 536 442**

<b>Jeden Montag 13-15 Uhr</b>	<b>„individuell und praxisnah“: Kostenfreier Zugang zum Internet – mit Unterstützung. Smartphone- &amp; Tablethilfe. Ausprobieren von digitalen Alltagshilfen</b>
Dienstag, 5. Sept. von 14 - 16 Uhr	Einzel-Termine mit Anmeldung
Mittwoch, 13. Sept. von 14 Uhr - 16 Uhr	Einzel-Termine mit Anmeldung
Mittwoch, 27. Sept. von 14 Uhr - 16 Uhr	Einzel-Termine mit Anmeldung

<b>BEWEGUNGS-ANGEBOTE IM KUPPELSAAL</b>		
Donnerstags, 10:30-11:30 Uhr   „Locker auf dem Hocker“ mit Henry Thedens		Anmeldung über den Bürgertreff: Tel. (040) 42 10 26 81
Donnerstags, 12-13:30 Uhr   Faszien-Yoga mit Dr. Priyanka Chorge		
<b>NEU Tanzlust</b> Mittwochs, 13:15-14:45 Uhr	Tanzpädagogin Ofelia Renteros leitet unterschiedliche Tänze an	Anmeldung über den AWO-Treff und dieter.zvoll@awo-hamburg.de