



Frühling im Garten

## Herzlich Willkommen im AWO Treff Bergedorf!

Hier finden Sie Angebote zu Musik und Gesang, Sprachen, Medientechnik, kreativen Aktivitäten, Spiel, Bewegung und Sport bis hin zu Kulturangeboten und Beratung.

Natürlich kommen das gesellige Beisammensein und der Austausch mit anderen nicht zu kurz.

Es darf bei unserem beliebten Tanztee auch das Tanzbein geschwungen werden.

Wir freuen uns, Sie in unseren Räumen zu begrüßen!

**100**  
Echt AWO. Seit 1919.  
Erfahrung für die Zukunft.



**WOCHENProgramm  
ab Februar 2024**



**Landesverband  
Hamburg e.V.**  
Kreis Bergedorf

## AWO Treff Bergedorf

Für Senior:innen 60+ und Jüngere  
Holzhude 1, 21029 Hamburg, Tel. (040) 7210 5875

Leitung: Renate Nasralla, Wolfram Bundesmann

E-Mail: [senioren.bergedorf@awo-hamburg.de](mailto:senioren.bergedorf@awo-hamburg.de)

Öffnungszeiten: siehe Kursprogramm auf den Innenseiten

Büro-Öffnungszeiten:

Mo: 13:00-17:00 Uhr

Di: 9:30-13:00 Uhr

Mi: 9:30-17:00 Uhr

Do: 9:30-16:00 Uhr



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

AWO Kreisverband Bergedorf

Spendenkonto:

Förderverein für ältere Menschen e.V.

HASPA, IBAN: DE93 2005 0550 1034 2256 47

**AWO Treff Bergedorf** für Bildung, Kultur und Freizeit  
 Holzhude 1, 21029 Hamburg, Tel.: 040 7210 5875  
 E-Mail: [senioren.bergedorf@awo-hamburg.de](mailto:senioren.bergedorf@awo-hamburg.de)

**Wochenprogramm**  
 ab Februar 2024



Landesverband  
 Hamburg e.V.  
 Kreis Bergedorf

Leitung: Renate Nasralla und Wolfram Bundsmann

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	9:30 – 10:30 Uhr Raum 204 <b>Gymnastik</b> mit <u>Christa Becker</u>	9:30 – 11:30 Uhr Raum 203 jede gerade Woche <b>Malgruppe</b> mit <u>Monika Großmann</u>	10:00 – 12:00 Uhr Raum 204 2. + 4. Do. <b>Erzählcafe</b> mit <u>Helmuth Sturmhoebel</u>	11:00 – 12:00 Uhr Raum 203 <b>Offene Sprechstunde:</b> <b>Tablet, Smartphone, Internet</b>
13:00 – 15:30 Uhr Raum 204 <b>Gitarrengruppe</b> mit Harald Maruhn	10:30 – 11:30 Uhr Raum 204 <b>Sturzprävention</b> mit <u>Christa Becker</u>		10:00 - 11:30 Uhr Raum 203 <b>iPad-Kurs</b> mit <u>Manfred Picker</u>	mit Irmtraud Bertram, Wolfram Bundesmann oder <u>Helmuth Sturmhoebel</u>
10:00 – 17:00 Uhr Raum 203	10:00 – 11:30 Uhr Raum 203 <b>Android Smartphonekurs</b> mit <u>Wolfgang Schulze</u>	13:00 – 17:00 Uhr im Foyer <b>Skatgruppe</b>	13:00 – 16:00 Uhr Raum 204 <b>Spielegruppe</b>	<b>Nur im April jeden Freitag</b> 10:30 – 11:30 Uhr Raum 204 <b>Sturzprävention</b> - Auf sicheren Beinen durchs Leben bitte ein Handtuch mitbringen <b>um Anmeldung wird gebeten</b> mit <u>Christiane Röhling</u>
<b>Team Tanztee</b>	10:00 – 12:00 Uhr Raum 202  <b>Computer &amp; Co. - was möchten Sie wissen?</b> mit <u>Hans-Joachim Froh</u>	13:00 – 17:00 Uhr Raum 204  <b>Handarbeiten</b> mit <u>Monika Philipp</u>	14:00 - 15:30 Uhr Raum 203  <b>Englisch</b> mit <u>Ilse Scheurer</u>	
14:00 – 16:00 Uhr im Körber Saal Einlass ab 13:30 Uhr	14:30 – 16:00 Uhr Raum 204 jede 2. Woche, bitte erfragen <b>Singgruppe</b> mit <u>Heike Lange</u>	16:00 – 17:00 Uhr Raum 207 Termine bitte im Büro erfragen <b>Tanzen im Sitzen</b> mit <u>Franziska Niemann</u>	19:00 – 21:00 Uhr Raum 204 <b>Leben in Deutschland</b> Beratung für alleinstehende junge Migrant:innen	
	15:00 – 17:00 Uhr Raum 203 jeden 2. Dienstag im Monat <b>Vertrauen im Alter</b> mit <u>Siegrid Buchholz</u>		Kooperationsveranstaltung mit dem Haus für Alle im Verein SerrahnEINS e.V. (Ansprechper- son ist <u>Helmuth Sturmhoebel</u> )	14:00 – 16:00 Uhr Raum 204 jeden 1. Freitag im Monat <b>Auf eine Tasse Kaffee mit ...</b> mit <u>Michael Schütze</u>
	17:45 – 18:30 Uhr Raum 204 <b>Herz-Lungen-Sport,</b> gern auch orthopädischen Er- krankungen, mit <u>Heike Remhof</u>		<b>AWO Kreisverband Bergedorf</b> <b>Spendenkonto: Förderverein für ältere Menschen e.V.</b> <b>HASPA, IBAN: DE93 2005 0550 1034 2256 47</b>	

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