

# AWO Seniorentreff Neugraben

## Wochenprogramm 2025



Hamburg

**MO**

10.30–11.45 **Gedächtnistraining**  
14-tägig

12.00–17.00 **Offener Treff**  
Kaffee und Klönen

**DI**

11.00–12.00 **Yoga**



12.00–17.00 **Offener Treff**  
Kaffee und Klönen

**MI**

11.00–12.00 **Senioren-Gymnastik**



14.00–17.00 **Kochprojekt** Kooperation mit dem Gymnasium Süderelbe „JA! Jung und Alt in Süderelbe“  
Nicht in den Schulferien | **Terminausgang im Treff beachten**  
1 x monatl. gemeinsam Kochen  
1 x monatl. gemeinsam Kochen kombiniert mit Digitaler Beratung durch die Jugendlichen

**DO**

11.00–12.30 **Englisch**

12.00–17.00 **Offener Treff** mit Kaffee und Klönen  
Gesellschaftsspiele | Skat | Canasta | Mensch ärgere dich nicht | u.s.w.

**FR**

10.00–11.00 **Yoga**



14.00–16.30 **Computertreff**  
Jeden 4. Freitag im Monat

- **Tagesausflüge:** 1 x monatlich (siehe Aushang)
- **Sonstige Angebote** entnehmen Sie bitte ebenfalls unserem Aushang:  
z.B. Veranstaltungen | Mittagessen | Theaterbesuche

**Informationen direkt bei uns im Treff. Schauen Sie einfach vorbei, wir freuen uns!**

Leitung: Gabriela Heinrich | Neugrabener Markt 7 | 21149 Hamburg | Tel. (040) 702 34 38 |  
awo-neugraben@gmx.de