

Veranstaltungen April 2023

- 03.04.23**
15.30 Uhr
Claudia Lemm
Montag
Stadt-Land-Fluss
Bitte anmelden!
- 04.04.23**
10.30-12 Uhr
Brigitte Kersten
Dienstag
Gedächtnistraining 4 €
z.Zt. belegt
- 15 Uhr
Catharina Klein
martini erleben-Café:
Was macht QplusAlter?
- 05.04.23**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Mittwoch
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
Anmeldung unter Tel:
0151-171 00 705
- 15 Uhr
Pn. Carola Müsse
Bibelgespräch
- 06.04.23**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Donnerstag
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr
Claudia Lemm
Spiel und *Cappuccino*
- 11.04.23**
9-10.30 Uhr
Claudia Lemm/
Anette Riekens
Dienstag
Frühstück 3 €
Bitte anmelden!
- 15.30 Uhr
Marion Recht
Veeh-Harfe spielen 4 €
Bitte anmelden!

Veranstaltungen April 2023

- 12.04.23**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Mittwoch
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr
P. Ulrich Thomas
Bibelgespräch
- 13.04.23**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Donnerstag
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr
Claudia Lemm
Spiel und *Cappuccino*
- 14.04.23**
14.30 Uhr
Claudia Lemm
Freitag
Line Dance z.Zt. belegt
(mit Vorkenntnissen)
- 17.04.23**
15.30 Uhr
Franziska Niemann
Montag
„Musik bewegt“ 4 €
Rhythmik im Sitzen
- 18.04.23**
10.30-12 Uhr
Brigitte Kersten
Dienstag
Gedächtnistraining 4 €
z.Zt. belegt
- 15 Uhr
Leben im Alter Team
„Gemeinsam und nicht
einsam“ St. Peter,
Schrödersweg 1
- 19.04.23**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Mittwoch
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr
Pn. Carola Müsse
Bibelgespräch

Veranstaltungen April 2023

- 20.04.23**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Donnerstag
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr
Leben im Alter Team
Vernissage mit Bildern
von Bettina Schwantner
mit Musik und Kaffee
- 21.04.23**
13.30-14.30 Uhr
Sven Rhenius
Freitag
„Donna Claras“ Chorprobe
mit anschließendem
Kaffeetrinken
- 24.04.23**
14.30 Uhr
St. Martinus Kirche
Martinistr. 31
Montag
Konzert mit Live Music
Now. Eintritt frei!
Für das Kaffeetrinken (5 €)
bitte anmelden!
- 25.04.23**
9-10.30 Uhr
Claudia Lemm/
Anette Riekens
Dienstag
Frühstück 3 €
Bitte anmelden!
- 15.30 Uhr
Claudia Lemm
Veeh-Harfe spielen
(freies Üben)
- 26.04.23**
Treff: 10.30 Uhr
Hauptbahnhof
Südsteig, neben
Burger King
Anette Riekens
Mittwoch
Runter vom Sofa:
Ausflug nach Winsen/Luhe
Bitte anmelden!
- 10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr
Pn. Carola Müsse
Bibelgespräch

Veranstaltungen April 2023

27.04.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Donnerstag Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
15.30 Uhr	Spiel und <i>Cappuccino</i>
28.04.23 14.30 Uhr Claudia Lemm	Freitag Line Dance z.Zt. belegt (mit Vorkenntnissen)

**Wir bieten Einzelstunden für
Tablet und Smartphone.
Terminvergabe: Tel. 48 78 39**

So finden Sie uns

Begegnungsstätte Martinstraße

Martinstraße 33 Bushaltestelle
20251 Hamburg Julius-Reincke-Stieg
Linie M20 u. M25

Leben im Alter/ Begegnungsstätte

Claudia Lemm
Anette Riekens
040- 48 78 39
040- 48 74 52
E-Mail leben@alsterbund.de
Homepage www.lebenimalter-hh.de

Zu Hause alt werden/ Besuchsdienst

Pastor Veit Buttler
040- 46 77 60 95
E-Mail veit.buttler@alsterbund.de

QplusAlter

Beratungsangebot für Fragen rund ums Alter
Catharina Klein Tel. 0173 247 68 29
Tel: 040 50 77 33 54
Montags 9-16 Uhr

Café Martin

Zeit zum Klönen und Erzählen
Öffnungszeiten 15 Uhr
(Wenn am Nachmittag Veranstaltungen stattfinden)
Kaffee/ Tee/ Kekse gegen Spende

Begegnungsstätte Martinstraße

Programm April 2023



Bild: Bettina Schwantner

Tipp: Vernissage

Wir freuen uns auf Sie!