

## Veranstaltungen Juni 2023

- 01.06.23** **Donnerstag**  
15.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Spiele und *Cappuccino*
- 02.06.23** **Freitag**  
13.30-14.30 Uhr  
Sven Rhenius  
„Donna Claras“  
Chorprobe mit  
anschließendem  
Kaffeetrinken
- 03./04.06.23** **Samstag/Sonntag**  
11-18 Uhr  
Team Leben im Alter/  
St. Martinus  
Stand auf dem  
Eppendorfer  
Landstraßenfest
- 05.06.23** **Montag**  
15.30 Uhr  
Brigitte Kersten  
Gedächtnisspiele mit  
Köpfchen!
- 06.06.23** **Dienstag**  
10.30-12 Uhr  
Brigitte Kersten  
Gedächtnistraining 4 €  
z.Zt. belegt
- 15 Uhr  
Dietrich Schilling  
martini erleben-Café:  
Geschichten aus Asien
- 07.06.23** **Mittwoch**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)  
Anmeldung unter Tel.:  
0151-171 00 705
- 15 Uhr  
Pn. Carola Müsse  
Bibelgespräch
- 08.06.23** **Donnerstag**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)

## Veranstaltungen Juni 2023

- 08.06.23** **Donnerstag**  
15.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Spiele und *Cappuccino*
- 09.06.23** **Freitag**  
14.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Line Dance z.Zt. belegt  
(mit Vorkenntnissen)
- 12.06.23** **Montag**  
15.30 Uhr  
Franziska Niemann  
„Musik bewegt“ 4 €  
Rhythmik im Sitzen
- 13.06.23** **Dienstag**  
9-10.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Frühstück 3 €  
*Bitte anmelden!*
- 15.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Stadt-Land-Fluss  
*Bitte anmelden!*
- 14.06.23** **Mittwoch**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr  
P. Ulrich Thomas  
Bibelgespräch
- 15.06.23** **Donnerstag**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Spiele und *Cappuccino*
- 16.06.23** **Freitag**  
13.30-14.30 Uhr  
Sven Rhenius  
„Donna Claras“  
Chorprobe mit  
anschließendem Kaffee

## Veranstaltungen Juni 2023

- 19.06.23** **Montag**  
10 Uhr  
Anette Riekens  
Meister der Malerei:  
Max Beckmann 1884-1950
- 20.06.23** **Dienstag**  
10.30-12 Uhr  
Brigitte Kersten  
Gedächtnistraining 4 €  
z.Zt. belegt
- 15 Uhr  
Leben im Alter Team  
„Gemeinsam und nicht  
einsam“ St. Peter,  
Schrödersweg 1
- 21.06.23** **Mittwoch**  
Treff: 10 Uhr  
Martinistr.33  
Anette Riekens  
Runter vom Sofa:  
„Spaziergang über der  
Autobahn“ (Schnelsen)  
*Bitte anmelden!*
- 10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr  
Pn. Carola Müsse  
Bibelgespräch
- 22.06.23** **Donnerstag**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Spiele und *Cappuccino*
- 23.06.23** **Freitag**  
14.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Line Dance z.Zt. belegt  
(mit Vorkenntnissen)
- 26.06.23** **Montag**  
15 Uhr  
Shamima Abbé/  
Claudia Lemm/  
Anette Riekens  
Ländernachmittag:  
Indien *mit allen Sinnen*  
*entdecken...☺*  
*Bitte anmelden!*

## Veranstaltungen Juni 2023

- |  |  |
|--|--|
| <b>27.06.23</b><br>9-10.30 Uhr<br>Anette Riekens   | <b>Dienstag</b><br>Frühstück 3 €<br><i>Bitte anmelden!</i> |
| <b>28.06.23</b><br>10.30-11.30 Uhr<br>Shamima Abbé | <b>Mittwoch</b><br>Yoga im Sitzen<br>8 € (6 € ermäßigt)    |
| 15 Uhr<br>Pn. Carola Müsse                         | Bibelgespräch  |
| <b>29.06.23</b><br>10.30-11.30 Uhr<br>Shamima Abbé | <b>Donnerstag</b><br>Yoga im Sitzen<br>8 € (6 € ermäßigt)  |
| 15.30 Uhr<br>Claudia Lemm                          | Spiele und <i>Cappuccino</i>                               |
| <b>30.06.23</b><br>15.30 Uhr<br>Mathias Krahn      | <b>Freitag</b><br>Quiz mit Mathias! 😊                      |

**Jeden Dienstag von  
18.30-20 Uhr:**

***Themenspaziergänge im  
Eppendorfer Park***

**Start und Ende:  
Parkeingang gegenüber dem  
Eingang- Ost des UKE**

## 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  
Telefon  
040- 48 74 52  
Fax  
E-Mail [leben@alsterbund.de](mailto:leben@alsterbund.de)  
Homepage [www.lebenimalter-hh.de](http://www.lebenimalter-hh.de)

### Zu Hause alt werden/ Besuchsdienst

**Pastor Veit Buttler**  
040- 46 77 60 95  
Telefon  
E-Mail [veit.buttler@alsterbund.de](mailto: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)

## Begegnungsstätte Martinstraße

## Programm Juni 2023



Pixabay

**Tipp:  
Ländernachmittag  
Indien**

**Wir freuen uns auf Sie!**