

Veranstaltungen August 2023

07.08.23 15.30 Uhr Claudia Lemm	Montag Stadt-Land-Fluss <i>Bitte anmelden!</i>
08.08.23 9-10.30 Uhr Anette Riekens	Dienstag Frühstück 3 € <i>Bitte anmelden!</i>
09.08.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Mittwoch Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt) Anmeldung unter Tel.: 0151-171 00 705
15 Uhr	Bibelgespräch
10.08.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Donnerstag Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
15.30 Uhr Claudia Lemm	Spiele und <i>Cappuccino</i>
11.08.23 14.30 Uhr Claudia Lemm	Freitag Line Dance (mit Vorkenntnissen)
14.08.23 15.30 Uhr Christian Palmer	Montag Singen tut gut! offenes Singen
15.08.23 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

Veranstaltungen August 2023

16.08.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Mittwoch Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
Treff: 8.45 Uhr Martinistr.33 Hauptbahnhof Südsteig Neben Burger King Anette Riekens	Runter vom Sofa: Ausflug nach Bremerhaven <i>Bitte anmelden!</i>
15 Uhr	Bibelgespräch
17.08.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Donnerstag Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
15.30 Uhr Claudia Lemm	Spiele und <i>Cappuccino</i>
18.08.23 13-14 Uhr Sven Rhenius	Freitag „Donna Claras“ Chorprobe
21.08.23 15.30 Uhr Franziska Niemann	Montag <i>Musik bewegt</i> 4 € Rhythmik im Sitzen
22.08.23 9-10.30 Uhr Claudia Lemm	Dienstag Frühstück 3 € <i>Bitte anmelden!</i>
15.30 Uhr Claudia u. David Lemm	Spiele mit der Wii <i>Bitte anmelden!</i>
23.08.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Mittwoch Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
15 Uhr Pn. Carola Müsse	Bibelgespräch

Veranstaltungen August 2023

24.08.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Donnerstag Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
15.30 Uhr Claudia Lemm	Spiele und <i>Cappuccino</i>
25.08.23 14.30 Uhr Claudia Lemm	Freitag Line Dance (mit Vorkenntnissen)
28.08.23 10 Uhr Anette Riekens	Montag Mit der Kamera auf Entdeckungsreise...! Foto- und Schreibprojekt <i>Bitte anmelden!</i>
15.30 Uhr Norbert Kurzhals	Persönlichkeiten: Mascha Kaléko (1907-1975)
29.08.23 13 Uhr Claudia Lemm/ Steffi Pfeuffer	Dienstag Grillen im Innhof ☺ <i>Bitte anmelden!</i>
30.08.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Mittwoch Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
15 Uhr Pn. Carola Müsse	Bibelgespräch
31.08.23 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	Donnerstag Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
15.30 Uhr Claudia Lemm	Spiele und <i>Cappuccino</i>

Veranstaltungen August 2023



Symbolfoto (Pixabay)

**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
leben@alsterbund.de
E-Mail
www.lebenimalter-
hh.de
Homepage

Zu Hause alt werden/ Besuchsdienst

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

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 August 2023



Stadtpark Hamburg (Pixabay)

**Tipp: 😊
Mit der Kamera auf
Entdeckungsreise...!**

Wir freuen uns auf Sie!