

Veranstaltungen Februar 2024

- 01.02.24**
15.30 Uhr
Claudia Lemm
Donnerstag
Spiele und *Cappuccino*
- 02.02.24**
13.30-14.30 Uhr
Sven Rhenius
Freitag
„Donna Claras“
Chorprobe mit
anschließendem Kaffee
- 05.02.24**
15.30 Uhr
Ursula Schneider
Montag
Gedächtnisspiele mit
Köpfchen!
- 06.02.24**
10.30-11.30 Uhr
Ursula Schneider
Dienstag
Gedächtnistraining 5 €
- 15 Uhr
Michael Krieger
martini erleben- Café:
HVW- Quiz
- 07.02.24**
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
- 08.02.24**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Donnerstag
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr
Spielenachmittag
- 09.02.24**
14.30 Uhr
Claudia Lemm
Freitag
Line Dance
(mit Vorkenntnissen)

Veranstaltungen Februar 2024

- 12.02.24**
15 Uhr
Claudia Lemm/
Anette Riekens
Rosenmontag
„Von abgeschnittenen
Krawatten und männlichen
Jungfrauen“
Wie und warum
Karneval gefeiert wird.
Mit Kaffee und Krapfen
Bitte anmelden!
- 13.02.24**
9-10.30 Uhr
Anette Riekens
Dienstag
Frühstück 3 €
Bitte anmelden!
- 14.02.24**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Mittwoch
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr
P. Ulrich Thomas
Bibelgespräch
- 15.02.24**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Donnerstag
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr
Claudia Lemm
Spiele und *Cappuccino*
- 16.02.24**
13.30-14.30 Uhr
Sven Rhenius
Freitag
„Donna Claras“
Chorprobe mit
anschließendem Kaffee
- 19.02.24**
15.30 Uhr
Franziska Niemann
Montag
Musik bewegt 4 €
Rhythmik im Sitzen

Veranstaltungen Februar 2024

- 20.02.24**
10.30-11.30 Uhr
Ursula Schneider
Dienstag
Gedächtnistraining 5 €
- 15 Uhr
Team Leben im Alter
Gemeinsam und
nicht einsam, St. Peter
Schrödersweg 1
- 21.02.24**
Treffen: 10 Uhr
Martinistr.33
Anette Riekens
Mittwoch
Runter vom Sofa:
Besuch der C.D. Friedrich
Ausstellung i.d. Kunsthalle
Bitte anmelden!
- 10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr
Pn. Carola Müsse
Bibelgespräch
- 22.02.24**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Donnerstag
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr
Claudia Lemm
Spiele und *Cappuccino*
- 23.02.24**
14.30 Uhr
Claudia Lemm
Freitag
Line Dance
(mit Vorkenntnissen)
- 26.02.24**
15.30 Uhr
Anette Riekens
Montag
Stadt-Land-Fluss
- 27.02.24**
9-10.30 Uhr
Anette Riekens
Dienstag
Frühstück 3 €
Bitte anmelden!

Veranstaltungen Februar 2024

28.02.24 **Mittwoch**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)

15 Uhr
Pn. Carola Müsse
Bibelgespräch

29.02.24 **Donnerstag**
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé
Yoga im Sitzen
8 € (6 € ermäßigt)

15.30 Uhr
Spielenachmittag

**Wir bieten Einzelstunden
Für Tablet und Smartphone.
Terminvergabe: 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)

Begegnungsstätte Martinstraße

Programm Februar 2024



Symbolfoto (Pixabay)

Tipp:
Rosenmontag
**„Von abgeschnittenen
Krawatten und männlichen
Jungfrauen“ 😊**

Wir freuen uns auf Sie!