

## 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:  
HVV- 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

<b>28.02.24</b> 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	<b>Mittwoch</b> Yoga im Sitzen 8 € (6 € ermäßigt)
15 Uhr Pn. Carola Müsse	Bibelgespräch
<b>29.02.24</b> 10.30-11.30 Uhr Shamima Abbé	<b>Donnerstag</b> 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](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  
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 Februar 2024



Symbolfoto (Pixabay)

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

**Wir freuen uns auf Sie!**