

02.11.26
15.30 Uhr
Dagmar Claußen

03.11.26
12-13 Uhr
Shamima Abbé

15 Uhr
Klaus Humann
(Verleger)

04.11.26
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

15 Uhr

05.11.26
10 Uhr
Jasna Haas

15.30 Uhr
Diana Bersch

06.11.26
15-16 Uhr
Sven Rhenius

09.11.26
15.30 Uhr
Diana Bersch

10.11.26
9-10.30 Uhr
Claudia Lemm

12-13 Uhr
Shamima Abbé

Montag
Digital unterwegs:
Sicherheit im Netz
Bitte anmelden!

Dienstag
Yoga im Sitzen 8 €
Anmeldung unter Tel.:
0151-171 00 705

martini erleben Café:
„Wie Harry Potter in die
deutschen Buchläden
kam“ Vortrag und Gespräch

Mittwoch
Yoga im Sitzen 8 €

Bibelgespräch

Donnerstag
Spießfreude ☺
Stadt-Land-Fluss

Karten-, Würfel-,
Brettspiele

Freitag
„Donna Claras“
Chorprobe
Kaffee um 14.30 Uhr

Montag
Stadt-Land-Fluss

Dienstag
Frühstück 3 €
Bitte anmelden!

Yoga im Sitzen 8 €

10.11.26
15.30 Uhr
Pn. Sandra Peters-
Hilberling

11.11.26
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

15 Uhr

12.11.26
15 Uhr
(Kaffee/ Kuchen)
Felicita Fischbein

13.11.26
12 Uhr
Claudia Lemm

14.30 Uhr
Claudia Lemm

16.11.26
ab 13 Uhr
siehe Aushang!
Hanmari Spiegel

17.11.26
12-13 Uhr
Shamima Abbé

15 Uhr
Team St. Peter
Borsteler Chaussee
139

Dienstag
„Der Stern als Symbol
des Lebens“
(mit Basteieinheit)

Mittwoch
Yoga im Sitzen 8 €

Bibelgespräch

Donnerstag
„Musikalische
Kreuzfahrt“
Geigenkonzert
Bitte anmelden!

Freitag
Friday Liners
Line Dance
mit Vorkenntnissen

Line Dance
für Fortgeschrittene
(z.Zt. belegt)

Montag
Massagen für Ihr
Wohlbefinden 😊
Bitte anmelden!

Dienstag
Yoga im Sitzen 8 €

Gemeinsam und nicht
einsam in St. Peter:
„Strandsteine und
Eiszeit“ Vortrag mit
Hawi Pau

18.11.26
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

15 Uhr

19.11.26
15.30 Uhr
Diana Bersch

20.11.26
15-16 Uhr
Sven Rhenius

23.11.26
14 Uhr
Bethanien Kirche
Martinistr. 49

24.11.26
9-10.30 Uhr
Anette Riekes

12-13 Uhr
Shamma Abbé

15 Uhr
Barbara Staar

25.11.26
10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

Treffen: 14 Uhr
(Kaffeetrinken)

15 Uhr

Mittwoch
Yoga im Sitzen 8 €

Bibelgespräch

Donnerstag
Spießfreude ☺
Karten-, Würfel-, Brettspiele

Freitag
„Donna Claras“
Chorprobe
Kaffee um 14.30 Uhr

Montag
Konzert mit Live Music Now.
Für das Kaffeetrinken (5 €)
bitte anmelden!

Dienstag
Frühstück 3 €
Bitte anmelden!

Yoga im Sitzen 8 €

Strickkaffee 😊
Gemütliches Stricken für
Anfänger und Fort-
geschrittene

Mittwoch
Yoga im Sitzen 8 €

Runter vom Sofa:
Besuch der Künstlergruppe
„Die Schlumper“ mit Führung
(2,- p. P.) Bitte anmelden!

Bibelgespräch

26.11.26

15.30 Uhr

Diana Bersch

Donnerstag

Spielfreude 😊

Karten-, Würfel-,
Brettspiele

27.11.26

12 Uhr

Claudia Lemm

Freitag

Friday Liners

Line Dance
mit Vorkenntnissen

14.30 Uhr

Claudia Lemm

Line Dance

für Fortgeschrittene
(z.Zt. belegt)

30.11.26

15.30 Uhr

Ursula Schneider

Montag

Senioren-gymnastik
für Alle!

**Im Gemeindebrief und auf der
Homepage der Kirchengemeinde
Alsterbund finden sie viele weitere
Angebote an unseren Standorten:**

**St. Martinus, Paul-Gerhardt,
Martin-Luther und St. Peter.**

So finden Sie uns

Begegnungsstätte Martinstraße

Martinstraße 33

20251 Hamburg

Bushaltestelle

Julius-Reincke-

Stieg M20 u. M25

Leben im Alter/ Begegnungsstätte

Claudia Lemm

Anette Riekes

Telefon

040- 48 78 39

Fax

040- 48 74 52

E-Mail

leben@alsterbund.de

Homepage

www.lebenimalter-hh.de

KG Alsterbund

www.alsterbund.de

Telefonische Erreichbarkeit

Montag -

9-12 Uhr

Donnerstag

Donnerstag

16-18 Uhr

Café Martin

Zeit zum Klönen und Erzählen

Öffnungszeiten: ab 15 Uhr

(Wenn am Nachmittag Veranstaltungen
stattfinden.)

Leben im Alter

Begegnungsstätte Martinstraße

Programm November 2026



Symbolfoto: Pixabay

Tipp: Strickkaffee 😊

Wir freuen uns auf Sie!

