treffpunkt.fuhlsbüttel Programm Tel.: 040 52 10 87 394



MONTAG (ungrade Wochen)

16–18 Uhr

Lebendige Nachbarschaft

Ort: Ratsmühlendamm 9

Für alle die Lust haben, nette Menschen kennenzulernen, sich gegenseitig zu unterstützen oder etwas gemeinsam zu unternehmen.
Informationen bei Frau Kuhlmann,
Telefon: 040 / 59 79 79
Kosten: keine



DIENSTAG

JEDEN DIENSTAG/ 16:30-17:30 Uhr

Bewegung in Fuhlsbüttel

Ort: Ratsmühlendamm 9

Probieren Sie unser Bewegungs-Angebot aus. Wir laden Sie ein!
Alle im Alter über 60 Jahren können mitmachen, auch wenn man nicht sportlich ist. Bewegung macht Spaß!
Lernen Sie verschiedene Übungen und Spiele kennen. Mit Bewegung können Sie Ihre Gesundheit verbessern
Kosten: keine



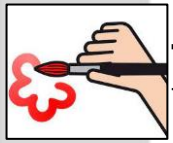
MITTWOCH

JEDEN MITTWOCH / 17:00-19:30 Uhr

Mittwochsköche

Ort: Erdkampsweg 10

Die Rezepte können mitgenommen und zu Hause nachgekocht werden.
Bitte immer anmelden:
0152 0882 10 83
Kosten: 5 Euro pro Person



MTTWOCH

JEDEN MITTWOCH/ 15:30-17:00 Uhr

Kreativangebot

Ort: Ratsmühlendamm 9

Kommt vorbei, wir sind eine nette Gruppe und haben viel Spaß! Jeder kann kreativ sein und werden.
Kosten: keine

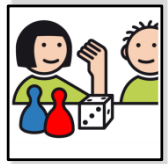


NACH ABSPRACHE

Shiatsu Massage

Ort: Erdkampsweg 10

Shiatsu ist eine Massageform, bei der durch gezielten Druck die Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt werden.
Kosten: Nach Vereinbarung
Christian Blümel: 0151 5010 4830



DONNERSTAG

JEDEN DONNERSTAG/ 17:00-19:00 Uhr

Offener Treff

Ort: Erdkampsweg 10

Wir treffen uns bei einer netten Tasse Kaffee und besprechen, was wir machen wollen: Filme schauen, spielen, spazieren gehen oder was uns sonst noch einfällt.
Kosten: keine



Regelmäßig trifft sich die Selbsthilfegruppe für Frauen mit ADHS/Audhs. Um den sicheren Rahmen zu wahren, können die Treffen unter vanjaschule@gmail.com erfragt werden.