

begegnungsstätte.heimfeld Programm Oktober

MONTAG

Jeden Montag / 10:00-12:00 Uhr

Offener Treff

Ein Willkommensort für alle:
Zeit für Gespräche, Begegnungen und ein offenes Ohr.

Planschmiede

Montag, 12.10.2026 / 14:00-15:00 Uhr

Planschmiede
für das „November-Programm“.
Bringen Sie Ihre Ideen ein!

DIENSTAG

Jeden Dienstag / 10:00-12:00 Uhr

Offener Treff

Ein Willkommensort für alle:
Zeit für Gespräche, Begegnungen und ein offenes Ohr.

Jeden Dienstag / 10:00-12:00 Uhr

Offene Beratung

zu sozialen Themen.



Jeden Dienstag / 14:00-16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe - Handy und digitale Medien

In lockerer Runde gibt es Hilfestellungen und Tipps.
Bitte gerne das eigene Digitalgerät mitbringen!

Jeden Dienstag / 16:00-18:00 Uhr

Spielegruppe

MITTWOCH

Jeden Mittwoch / 16:00-17:30 Uhr

Kreativ-Werkstatt

Kreatives Gestalten in netter Runde.

Jeden Mittwoch / 15:30- 17:30 Uhr

Offene Beratung

zu sozialen Themen.



Jeden Mittwoch, 14:00- 16:00 Uhr

Schach spielen!

Entspannendes Gehirnjogging für alle König*innen,
egal ob Anfänger*in oder Profi*.
Bringen Sie gern ein eigenes Brett und Figuren mit.

DONNERSTAG

Jeden Donnerstag/ 10:00-12:00 Uhr

Offener Treff

Ein Willkommensort für alle:
Zeit für Gespräche, Begegnungen und ein offenes Ohr.

Jeden Donnerstag / 13:00-15:00 Uhr

Backen für Freitag

Gemeinsam backen wir den Kuchen für das Café
am Freitag.

Donnerstag, 15.10.2026 / 15:00-17:00 Uhr

Infos zur gesetzlichen Betreuung

Donnerstag, 08.10.2026 / 16:30-18:30 Uhr

Kochgruppe

Wir wollen in einer kleinen Gruppe gemeinsam
kochen und zu Abend essen.
Bitte bis spätestens ein Tag vor dem Termin
telefonisch anmelden bei Frau Hohner.
Tel.: 01623843434.

FREITAG

Jeden Freitag / 15:00-17:00 Uhr

Kaffee und Kuchen

Selbst gebackener Kuchen für alle.
Kosten: 1,50 Euro
Alle sind willkommen!

Freitag, 09.10.2026 / 16:00-18:00 Uhr

Kegeln

Wir gehen gemeinsam in den Räumlichkeiten des
Restaurant Lindenhof kegeln.

Treffpunkt: Restaurant Lindenhof,
Heimfelder Straße 44.
Kosten: 1,50 €. Wenn gewünscht, Geld für Essen
und Trinken einplanen.

PROGRAMM

Oktober 2026

alsterdorf assistenz west

Entdecken Sie Ihre Möglichkeiten.



begegnungsstätte.heimfeld
Alter Postweg 48, 21075 Hamburg
Telefon 040/38 03 67 01
www.alsterdorf-assistenz-west.de

Das Leben ist anders. Wir auch.

alsterdorf assistenz west

Sie haben eine psychische Erkrankung und wünschen sich Unterstützung? Sie möchten gern Kontakte knüpfen? Oder in Ihrem Stadtteil etwas erleben? Kommen Sie in unsere Begegnungsstätte!

Neben persönlicher Begleitung bieten wir Ihnen den Offenen Treff und Gruppen zu verschiedenen Themen sowie Aktivitäten in der Nachbarschaft. Hier entwickeln wir mit Ihnen ein für Sie passendes individuelles Assistenzangebot. Gern beantworten wir Ihre Fragen und stehen Ihnen für Beratungsgespräche zur Verfügung.

begegnungsstätte.heimfeld