

März 2025 Programm

Montag:

02. März ist unser Haus wieder Wahllokal!
Aus diesem Grund fallen am Montag, 03. März, wegen der Auszählung der Stimmen, die Gruppen vormittags und nachmittags leider aus.

Am 10.03.2025. um 10:00 Uhr
Frühstück mit der Gymnastikgruppe
Wir bitten um Anmeldung (5,- €)

Apple-iPhone und Smartphone-Kurse
wieder ab dem 10.03.2025
Bitte Termine im Büro absprechen.
*Diese Kurse sind kostenlos

Am 03.03.2025 fallen alle Kurse und Gruppentreffs aus!

12:30 Uhr Spielkreis I
(Kartenspiele, Skatrunde).
14:30 Uhr Kaffeekreis, anschl. wird
weitergespielt.

Dienstag:

10 00- 11:00 Uhr Gymnastik.
Wir nehmen noch Teilnehmer*innen auf!

11:15 -13:00 Uhr Die Selbsthilfegruppe
Parkinson e.V. trifft sich zur
gemeinsamen Gymnastik und
Gesprächen, anschl. Essen in
gemeinsamer Runde.

Spielkreis II
Ab 12:30 Uhr Spielkreis
(Kniffel und Kartenspiele).
14:30 Uhr Kaffeekreis,
anschl. wird weitergespielt.
Es können noch Mitspieler/-innen dazu
kommen!

März 2025 Programm

Mittwoch

Qi Gong Kurs!!

Mittwochs
ab 9:00-10:30 Uhr.

Wir nehmen noch interessierte Teilnehmer/-
innen auf!

Die Rheumagruppe ist am 05.03.2025 um 13:00
Uhr zum gemeinsamen Treffen hier im
Freizeittreff.

Der Freundeskreis Ottensen
trifft sich zum gemeinsamen Kaffeetrinken am
12.03.2025 um 14:00 Uhr.

Blutspende am 19.03.2025 um 14:30 Uhr

Der SoVD trifft sich am 26.03.2025
um 14.00 Uhr
Es gibt immer aktuelle Informationen zu
aktuellen Themen. Bitte auf den Aushang im
Freizeittreff achten!
Gäste sind willkommen, bitte anmelden!
***Dieser Kurs ist kostenlos**

Donnerstag:

Spanisch:

Gruppe I: 10:00-11:00 Uhr

Gruppe II: 11:15-12:15 Uhr

Anfängerkurs

Bitte melden Sie sich im Büro, falls Sie
Interesse an einem Anfängerkurs haben!

Freies Tanzen!

**Der Kurs findet donnerstags vormittags
von 10:00-11:15 Uhr statt. Bei Interesse
melden Sie sich im Büro!**

März 2025 Programm

Donnerstag :

BOWLING :

Die **Wi I** Gruppe trifft sich am 06.03 und am
20.03.2025 um 13:30 Uhr zum Bowling.

Die **Wi II** Gruppe trifft sich am 13.03.2025
um 13.30 Uhr zum Bowling.

Wir suchen noch Mitspieler/innen

Freitag:

Kreatives Malen

Der Malkurs trifft sich um 10:00 Uhr. Jeder
kann seine Kunstwerke selbst gestalten.

**Das Männerkochen findet wieder am
14. März um 13:00 Uhr statt.**

**Es gibt Rahm-Geschnetzeltes mit Nudeln.
Auf das gemeinsame Kaffeetrinken und die
netten Gespräche wollen wir auch nicht
verzichten! 😊**

BINGO für alle Gäste

aus dem Freizeittreff,
am 21.03.2025 um 13.30 Uhr.
Bitte verbindlich anmelden!

**Rommée wird am 28.03.2025 um 13.00 Uhr
in verschiedenen Gruppen gespielt, vorher
wird ein Kaffeegedeck gereicht.
Auch hier bitte anmelden!**

*Für die Teilnahme an den Veranstaltungen fallen
unterschiedliche Kosten an, die Sie bitte erfragen.
Gratisangebote sind jeweils gekennzeichnet.