

HAFERTREFF

HAUS DER
BEGEGNUNG

Haferblöcken 48
22119 Hamburg
040 – 328 928 3700
haferbloecken@jwrg.de
 Johann-Wilhelm-Rautenberg-Gesellschaft e.V.

MONTAG

13:00 - 15:00 Uhr
Die Montagsfrauen
mit Jette

18:00 – 18:45 Uhr
Fit & Vital für ältere Frauen und Schmerzpatienten

mit Anmeldung
16:00 – 16:45 Uhr
Tanzen für Mädchen
9 – 15 Jahre
mit Dilara

mit Anmeldung
17:00 – 17:45 Uhr
Bauch, Beine, Po für Frauen
mit Dilara

Stand 30. Dezember 2025



DIENSTAG

10:00 - 12:00 Uhr
Deutschtraining
mit Parissa

13:00 – 15:00 Uhr
Essen auf die Hand
mit Liebe frisch zubereitet und preiswert

20. Januar 2025

16:00 – 18:00 Uhr
Über Gott und die Welt
Gespräche beim Tee
Kooperation Ev.-Luth. Jubilate

14:00 - 15:00 Uhr
Spielen für Kinder
ab 3 Jahren mit Marlis

10. Januar 2025

14:00 – 16:00 Uhr
Seniorentreff
Bingo spielen, Singen, Kuchen
Kooperation Ev.-Luth. Philippus & Rimbert

16:30 – 17:15 Uhr
Trommeln für Mädchen und Jungen
mit Julian

18:00 – 19:30 Uhr
Häkeln & Stricken
mit Christiane

18:00 - 19:30 Uhr
Trommeln für Erwachsene
mit Julian

MITTWOCH

Bitte melden Sie sich bei allen Angeboten mit Dilara telefonisch vorab unter der Telefonnummer **0151 - 18782729** an.

10:00 - 12:00 Uhr
Deutschtraining für Frauen B1-Niveau
mit Nina

15:00 – 16:00 Uhr
Entspannung für Alle
mit Kristin

15:00 - 17:00 Uhr
Offener Treff bei Kaffee und Keks
mit Julian

9:30 Uhr - 11:30 Uhr
Frühstück für Alle
mit Julian
3 €/ermäßigt 2 €

Quartiersmanagerin
Claudia Deppermann
Mobil: 0172 - 66 44 620
claudia.deppermann@freenet.de

16:15 - 17:15 Uhr
Bewegung und Entspannung für Frauen mit Kristin

17:30 - 18:30 Uhr
Yoga für alle
mit Ayleen
Kooperation mit „Yoga hilft“

DONNERSTAG

10:00 - 12:00 Uhr
Deutschtraining für Frauen A1-Niveau
mit Nina

13:00 - 16:00 Uhr
Kochen für Frauen
Kostenbeitrag 2 €
mit Samira

13:00 - 15:00 Uhr
Spielen für Kinder
ab 3 Jahren
mit Marlis und Nadine

18:00 - 19:30 Uhr
Orientalischer Tanz
mit Christiane

FERIENPROGRAMM

Workshop
Handpuppenbau und -spiel
30. Januar 2026
10:00 - 16:00 Uhr
- siehe Extraaushang -

FREITAG

mit Anmeldung
14:30 – 15:15 Uhr
Tänzerische Früherziehung
3 - 5 Jahre mit Dilara

mit Anmeldung
15:15 – 16:00 Uhr
Kindertanz 4 - 8 Jahre
Jungen und Mädchen mit Dilara

mit Anmeldung
18:00 – 18:45 Uhr
Zumba für Frauen
mit Dilara