

FRÜHSTÜCK MIT INTERESSANTEN GÄSTEN

An jedem ersten Mittwoch im Monat laden wir von 10.00 - 11.00 Uhr zum gemeinsamen Frühstück im Café Lenz ein. Ab 11.00 Uhr besucht uns ein interessanter Gast.
Kosten 4,50 €, bitte bei Thora Rugenstein anmelden

Mittwoch 3. Juli 2024

„Helgoland - klein aber oho“
Eine kleine Insel mit großer Geschichte.
Marion Röhsel erzählt, liest und zeigt Bilder



Mittwoch 7. August 2024

„Silber und Smart“
Altersfreundliche Angebote der Bücherhallen Hamburg.
Überblick über die zahlreichen Kurse, Gruppen und Besucherangebote. Mit **Christine Reißmann**

Mittwoch 4. September 2024

Datenschutz - mehr Sicherheit im Internet
Lydia Roth vom Projekt *Digitale Vorbilder*

Mittwoch 2. Oktober 2024

Von der Blüte ins Glas. Imkerei in der Stadt
Die Imkerin **Edda Gebel** und ihr Mann **Gökhan** erzählen über ihre Arbeit mit Bienen.



Mittwoch 6. November 2024

Überraschungsgast (Stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest)

Mittwoch 4. Dezember 2024

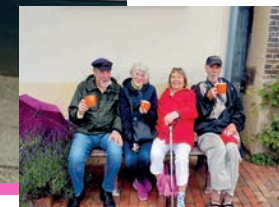
Weihnachtsfeier (am Nachmittag 15.00 - 18.00 Uhr)

BÜRGERHAUS LENZSIEDLUNG

PROGRAMM

Zweites Halbjahr 2024

Treffpunkt für ALT und JUNG



LENZSIEDLUNG eV
VEREIN FÜR KINDER
JUGEND UND
GEMEINWESEN



DIENSTAG

11.00 - 12.30 Uhr

„Gute Laune Chor“

Saal

14.30 - 16.00 Uhr

Rhythmische Bewegung nach Musik

Saal

Kursleitung Angelika Engels, 10er Karte 40,- €

MITTWOCH

10.00 - 13.00 Uhr

Frühstück mit interessanten Gästen

Cafè Lenz, Saal

Kosten 4,50 €

DONNERSTAG

11.00 - 12.30 Uhr

Singkreis „Lenzlerchen“

Salon

14.00 - 15.00 Uhr

Seniorenberatung DRK

Beratungsbüro/Salon

und nach Terminabsprache: 040 - 416 20 190

14.00 - 18.00 Uhr

Kaffee- und SpieleNachmittag

Saal/ Cafè

Von **montags** bis **freitags**

ist der **Seniorentreff** im **Bürgerhauses** geöffnet.

Wir freuen uns über Ideen und neue Gruppen in unseren Räumen.

BINGO TERMINE

Immer am letzten Donnerstag im Monat um 14.30 Uhr
im Cafè/ Saal des Bürgerhauses der Lenzsiedlung

25. Juli, 29. August, **Sept. fällt aus**, 24. Oktober, 28. November 2024

THORA RUGENSTEIN

KONTAKTE:



MONIKA BLAB
Bürgerhaus Lenzsiedlung
Julius-Vosseler Str. 193
22527 Hamburg
Tel.: 040/ 43 09 67 13

buergerhaus@lenzsiedlungev.de



THORA RUGENSTEIN
DRK
Bürgerhaus Lenzsiedlung
Julius-Vosseler Str. 193
22527 Hamburg
Tel.: 040/ 41 62 01 90

servicewohnen@drk-sd-eimsbuettel.de

TANZ DICH FIT!
60 plus..65 plus..

„In einer Tanzstunde kannst du dein Leben verändern!“, sagte ein berühmter Tänzer.
Das Tanzen kombiniert gleich drei Dinge, die für unsere Gesundheit bedeutsam sind:
Tanzen hält beweglich –
fördert richtiges Denken – macht fröhlich!

WAS?

Wir tanzen Standard, Latein, Internationales, Folklore.
In offener Runde – ohne Partner.

WANN?

Immer dienstags – 14.30 bis 15.45 Uhr

WO?

In der Lenzsiedlung
Julius-Vosseler-Str.193

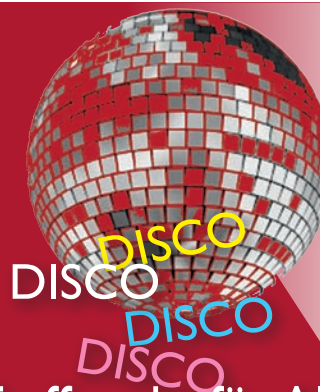
KOSTEN?

40,- € pro Zehnerkarte

KONTAKT:

Angelika Engels
Tanzleitung
0176 41 25 45 41

LENZSIEDLUNG e.V.
VEREIN FÜR JUNGEN
JUGEND UND
GEHTHILFEN



Treffpunkt für Alt
und Jung

Sonntag, 13. Oktober 2024
18.00 - 21.00 Uhr

ENDLICH MAL
WIEDER TANZEN NACH
OLDIES AUS DEN
70er JAHREN

Eintritt frei

Saal, Bürgerhaus

MIT SPASS DAS GEDÄCHTNIS TRAINIEREN

Der neuer Kurs **Gedächtnistraining** startet am Donnerstag
19. September 2024 um **15.00 Uhr**

Kosten: 60,- €

Kursdauer: 10 Termine, je 1,5 Std.

Bei Fragen gerne die Kursleiterin
Kathrin Hubert unter **040 - 49 34 91** anrufen

Bitte anmelden bei **Thora Rugenstein**
Tel. 040 - 41 62 01 90