



# Wochenübersicht

## Montag

10.00 – 11.30 Nordic Walking wöchentlich

## Dienstag

09.45 – 12.15 Frauenfitness, Kurs I + II wöchentlich  
 14.00 – 15.00 Beweglich im Alltag wöchentlich  
 15.30 – 18.00 Türkische Frauengruppe wöchentlich

## Mittwoch

09.00 – 11.00 Offene Sprechstunde wöchentlich  
 für Fragen rund ums Älterwerden  
 12.00 – 13.30 Mittagstisch wöchentlich  
 15.00 – 18.00 Schularbeitenhilfe wöchentlich  
 → nicht in den Ferien

## Donnerstag

12.00 – 13.30 Mittagstisch wöchentlich  
 14.00 – 17.00 Dulsberger Wohnzimmer wöchentlich  
 & bis 20.00 Uhr an jedem letzten Mo im Monat

## Freitag

09.00 – 13.00 Elternlotsen wöchentlich  
 14.00 – 16.00 Freitagskreis für Senioren wöchentlich  
 17.00 – 20.00 Persische Gruppe wöchentlich

## Samstag

09.30 – 10.30 Kostenloses Samstagsfrühstück wöchentlich

Anmeldung erforderlich

# NACHBARSCHAFTS TREFF

Dulsberg

Elsässer Straße 15  
 22049 Hamburg

Telefon: 040 – 693 00 94

Mail: [nachbarschaftstreff@web.de](mailto:nachbarschaftstreff@web.de)

Web: [www.kirche-dulsberg.de](http://www.kirche-dulsberg.de)

sozial-diakonische-angebote/nachbarschaftstreff

Trägerin:

Ev.-Luth. Kirchengemeinde HH-Dulsberg



Der Weg zu uns:

Mit dem HVV:

**U1** bis „Alter Teichweg“  
 oder „Straßburger Straße“

**S1 / S11** bis „Friedrichsberg“

Mit den **Buslinien 16, 171, 23**  
 bis „Straßburger Platz“

# NACHBARSCHAFTS TREFF

DULSBERG

All Nachbar\*innen sind herzlich willkommen!

# Programm

## Dezember 2022 & Januar 2023

Der Nachbarschaftstreff geht in die Winterpause und ist vom 1.12.22 bis zum 1.1.23 geschlossen



## ir über uns

Der Nachbarschaftstreff Dulsberg versteht sich als Ort der Begegnung und richtet sich mit vielfältigen Angeboten an alle Menschen aus der näheren und weiteren Umgebung.

Hier kann man zwanglos miteinander ins Gespräch kommen, gemeinsam spielen, zusammen feiern, kochen und essen, kreativ sein und in nachbarschaftlicher Gemeinschaft Zeit verbringen.

Alle Gruppenangebote, Veranstaltungen und Aktivitäten des Nachbarschaftstreffs sind kostengünstig und neue, interessierte Nachbar\*innen sind jederzeit willkommen!

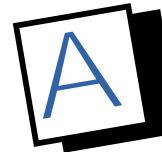


### Ihre Ansprechpartnerinnen:

Petra Schmidt & Katharina Kehrer

### Büro- und Sprechzeiten:

Mo – Fr von 11.00 – 14.00 Uhr



## ktuelle Angebote

### Schwoofen im Advent

Wir laden alle Nachbar\*innen herzlich ein bei guter Musik und leckeren Getränken zu kleinen Preisen das Tanzbein zu schwingen. (ab 60 Jahre)



**Sa 10.12.22** von 15 – 19 Uhr  
Ort: Kirchengemeinde Dulsberg  
1 Glas Punsch & Eintritt frei



### Spieldienstag

In gemütlicher Runde bei Kaffee und Kuchen können nach Herzenslust Gesellschaftsspiele gespielt werden.

**Mo 05.12.22** von 14.30 – 16.30 Uhr

**Mo 02.01.23** von 14.30 – 16.30 Uhr

### Handy-Sprechstunde für Senior\*innen

Gemeinsames Finden von Lösungen bei Fragen und Problemen rund um das Mobiltelefon.

**Do 08.12.22 & Do 12.01.23** von 10 – 11.30 Uhr

**Mo 23.01.23** von 14.30 – 16 Uhr / kostenlos

### Suppenküche

Aus regionalen und saisonalen Produkten wird gemeinsam, gesund, vegetarisch und nachhaltig gekocht.

**Mo 12.12.22: Apfel-Sellerie-Suppe**

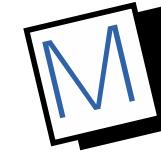
**Mo 09.01.23: Schwarzwurzel-Suppe**

10 Uhr (kochen) / 12 Uhr (essen) / Kosten: 3 €

### Vortrag zum Thema Ordnung

Der Coach und Buchautor Thomas Borchert erläutert, wie man mit Hilfe eines 4-Schritte-Systems zur persönlichen Ordnung finden kann.

**Do 19.01.23** von 10 – 11 Uhr / Eintritt frei



## ittagstisch

Der Mittagstisch findet jeden **Mittwoch und Donnerstag** statt von 12.00 – 13.30 Uhr

**Bitte am Vortag bis 14 Uhr anmelden !**

Kosten: 3,70 € / erm. 3,20 €

Auf Wunsch mit Salat für zzgl. 50 Cent



## äume mieten



Ob Familienfeier oder Kindergeburtstag – Sie können den Nachbarschaftstreff an Samstagen für Ihre private Feier mieten!

Der Raum hat eine Größe von 80 qm, verfügt über eine große Küche und eignet sich für **max. 20 Personen**.

**Kosten pro Stunde:** 15,- € + Kaution 100,- €

**Bitte beachten Sie die aktuellen Corona-Bestimmungen !**