

Treffpunkt HH Ost-Mahlhaus

WOCHENPLAN

Montag

ÖFFNUNGSZEITEN:
10-18 Uhr

12-13 Uhr

Mittagstisch

Ein günstiges Mittagessen in munterer Runde.

Mit Kostenbeitrag.

Bitte anmelden.

14-18 Uhr

Treff mit Beschäftigung

Wir gestalten gemeinsam, vieles ist möglich.

Dienstag

ÖFFNUNGSZEITEN:
14-19 Uhr

14-16 Uhr

Offene Beratung

Beratung und Vermittlung bei behördlichen und alltagsbezogenen Fragen.



Mahlhaus 1b

16-19 Uhr

Gemeinsam kochen

Wir kochen und essen abwechselnd deftige und kalorienarme Gerichte.

Angebot mit Kostenbeitrag

Mittwoch

ÖFFNUNGSZEITEN:
10-12 u. 16-18 Uhr

10-12 Uhr

Frühstück für Frauen

Frauen unter sich beim Frühstück in gemütlicher Runde.

Mit Kostenbeitrag

12-13 Uhr

Peer-Beratung

Beratung von Betroffenen für Betroffene zum Thema psychische Probleme.

16-18 Uhr

Gemeinsames Singen

Schlager und Volkslieder mit Gitarrenbegleitung.

16-18 Uhr

2. Mittwoch im Monat Frauengruppe

Ausflüge und Aktivitäten nur für Frauen

Mit Kostenbeitrag

Donnerstag

ÖFFNUNGSZEITEN:
10-18 Uhr

10-12 Uhr

Frühstück für Männer

Männer unter sich in gemütlicher Runde.

Mit Kostenbeitrag.

10-12 Uhr

Klönssnack mit Frühstück

Das Miteinander pflegen.

Mit Kostenbeitrag. Bitte anmelden.

12-14 Uhr

Offene Beratung

Beratung und Vermittlung bei behördlichen und alltagsbezogenen Fragen.



Mahlhaus 1b

16-18 Uhr

Politikgruppe

"Die Kämpfer von Hamburg": Interessengruppe Barrierefreiheit und Gerechtigkeit im Stadtteil.

Freitag

ÖFFNUNGSZEITEN:
10-14 Uhr

10-12 Uhr

Frühstück für alle

Wir frühstücken in geselliger Runde.

Mit Kostenbeitrag

13-14 Uhr

In Bewegung

Aktivitäten für Körper, Geist und Seele

16-18 Uhr

Gemeinsam kichern

Der Ball rollt, wir haben Spaß.

Samstag

Freizeitgruppe

Je nach Jahreszeit z.B. Ausflüge in und um Hamburg, Theater- und Konzertbesuche oder in die Natur.

Bitte aktuelle Aushänge im Treffpunkt beachten oder telefonisch erfragen.

Sonntag