# **Treffpunkt HH Ost-Mahlhaus**

### **Montag**

ÖFFNUNGSZEITEN:

10-18 Uhr

### **Dienstag**

ÖFFNUNGSZEITEN:

12-19 Uhr

14-16 Uhr

Beratung und

Mahlhaus 1b

16-19 Uhr

0

Vermittlung bei

behördlichen und

alltagsbezogenen Fragen.

Gemeinsam kochen

Wir kochen und essen

kalorienarme Gerichte.

Mit Kostenbeitrag.

abwechselnd deftige und

Offene Beratung

### Mittwoch

ÖFFNUNGSZEITEN:

10-18 Uhr

## **Donnerstag**

ÖFFNUNGSZEITEN:

Klönschnack mit

Das Miteinander pflegen.

Mit Kostenbeitrag. Bitte

10-18 Uhr

10-12 Uhr

Frühstück

anmelden.

### **Freitag**

ÖFFNUNGSZEITEN:

Frühstück für alle

Wir frühstücken in

Mit Kostenbeitrag.

Gemeinsam kickern

Der Ball rollt, wir haben

geselliger Runde.

10-18 Uhr

10-12 Uhr

16-18 Uhr

Spaß.

## Samstag

### Sonntag

ÖFFNUNGSZEITEN:

14-16 Uhr

### 12-13 Uhr Mittagstisch

Ein günstiges Mittagessen in munterer Runde.

Mit Kostenbeitrag. Bitte anmelden.

#### 14-18 Uhr

### Montagscafé

Wir gestalten gemeinsam, vieles ist möglich.

#### 14-16 Uhr

Jeden 1. Montag im Monat

### **Repair-Sprechstunde**

Defekte Elektrokleingeräte reparieren.

Jeden 2. Montag im

#### Computer-

#### Sprechstunde

### 10-12 Uhr

#### Frauen, Frühstück.

Gemeinsam vorbereiten und genießen.

Mit Kostenbeitrag.

#### 12-13 Uhr

für Betroffene zum



Mahlhaus 1b

## **Peer-Beratung**

Beratung von Betroffenen psychische Probleme.



#### 16-18 Uhr

### Gemeinsam singen

Schlager und Volkslieder mit Gitarrenbegleitung.

#### 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.

#### 16-18 Uhr

Jeden 2. Donnerstag im Monat

#### Frauen. Freizeit.

Aktivitäten gemeinsam planen und erleben.

Kostenbeitrag nach Absprache.

### Freizeitgruppe

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

Bitte aktuelle Aushänge im Treffpunkt beachten oder anrufen.

# 14-16 Uhr

Jeden 1. Sonntag im Monat

#### Sonntagscafé

Gemütlicher Plausch bei Kaffee, Keksen und Tee.

14-16 Uhr

Monat

Fragen zu Smartphone oder Computer?

Bitte anmelden.

#### Treffpunkt HH Ost-Mahlhaus

Mahlhaus 1 b-e 22159 Hamburg T: 040 / 64 42 67 22

treffpunkt-mahlhaus@sozialkontor.de

