

## PROGRAMM SEPTEMBER 2022

### **Auftaktveranstaltung zur Aktionswoche der Selbsthilfe**

**Donnerstag 1. September 15 - 17 Uhr**

Liveübertragung der Veranstaltung im Kinoformat für  
alle Interessierten im HdB. Eintritt frei.

\*\*\*\*\*

### **Info-Nachmittag: Trickbetrüger und ihre Maschen**

**Donnerstag 8. September um 14.30 Uhr**

Die Präventionsabteilung der Polizei informiert über  
Betrugsmaschen und was tun. Eintritt 1€.

\*\*\*\*\*

### **Waldstadtfest – umsonst und draußen**

**Samstag 10. September 14 - 18 Uhr**

Das HdB für euch am Stand mit Kaffee & frisch  
gebackenen Waffeln, dem Repair-Café und einem  
upcycling Mitmachangebot.

Wo: Bernhard-Kellermann-Straße 17-19  
(auf dem Sportplatz).

\*\*\*\*\*

### **Kultur für Jede:n**

**Sonntag 11. September 15 – 16.30 Uhr**

Juliane Löhning (Sopran) präsentiert ihr Programm  
"Musical & Mehr" bei Kaffee & frisch gebackenen  
Waffeln. Eintritt frei.

\*\*\*\*\*

### **Info-Veranstaltung: Potsdamer Inklusionstage im Mai 2023**

**Mittwoch 28. September 16:30 – 18:00 Uhr**

Frau Dr. Denninger, die Beauftragte für Menschen mit  
Behinderung, informiert dazu. Interessierte sind  
herzlich eingeladen.

**HAUS DER  
BEGEGNUNG**  
*Waldstadt*

Zum Teufelssee 30  
14478 Potsdam

**MO - DO 10:00 - 14:00 Uhr**  
**FR 10:00 - 13:00 Uhr**

Telefon 0331 - 2702926  
E-Mail [info@hdb-potsdam.de](mailto:info@hdb-potsdam.de)

**WWW.HDB-POTSDAM.DE**

## Geselligkeit & Treffpunkt

### Kostenfreies Stadtteilfrühstück

Jeden Montag 8 – 11 Uhr

### Räuber-Rommé

Jeden Montag 12 – 16 Uhr

### Hobbyküche

Dienstag 13.9. + 27.9. 11 – 13 Uhr

### Gemeinsames Singen

Jeden Dienstag 15.30 – 16.30 Uhr

## Selbsthilfe, Beratung & Bildung

### Lerncafé für Erwachsene

Jeden Montag 9 – 12 Uhr

### Beratung: Fragen zur Schule von A bis Z

Jeden Montag 8.45 – 9.30 Uhr

### Offene Sprechstunde Stadtteilkoordinatorin

Montag 12.9. 9.30 – 11 Uhr

### Psychoziale Sprechstunde für Krebsbetroffene und Angehörige

Montag 12.9. 14 – 16 Uhr

### „man sieht sich“ – Kostenfreie Beratung für Männer\* und Jungen\*

Jeden Dienstag ab 20.9. 12 – 19 Uhr  
Anmeldung: Herr Borchardt 0331-90143553

### Spanisch Selbstlernkurs

Jeden Dienstag 18 – 19.30 Uhr

### Stammtisch Männergesundheit

Mittwoch 14.9. 14 – 16 Uhr

### Familien- und Schwangerschaftsberatung

Mittwoch 14.9. 15 – 16 Uhr

### Meeting Anonyme Alkoholiker

Jeden Mittwoch 18.30 – 20.30 Uhr

### Rolliklub

Donnerstag 8.9. + 22.9. 14 – 17 Uhr

### Digitalsprechstunde zu Smartphone & Co.

Donnerstag 8.9. 13 – 14 Uhr

### Repair-Café mit Kaffee & Kuchen

Donnerstag 15.9. 15 – 18 Uhr

Samstag 10.9. open – air Waldstadtfest 14 – 18 Uhr

Anmeldung: 0331-2702926

### Kostenlose Sozialrechtsberatung

Jeden Mittwoch + Freitag 14 – 16 Uhr

Anmeldung: 0331-2702926

## Kreativität & Kunst

### Encaustic (Warteliste)

Montag 5.9. + 19.9. 10 – 12 Uhr

### Fotoklub

Montag 19.9. 14 – 16 Uhr

### Junge Kunst Malen und Basteln für Kinder 6 – 10 Jahre

Dienstag 13.9. + 20.9. + 27.9. 14 – 16 Uhr

### Handarbeit

Dienstag 27.9. 14 – 16 Uhr

### Gemeinsam Malen

Jeden Mittwoch 9.30 – 11.30 Uhr

### Literaturclub

Mittwoch 14.9. + 28.9. 16 – 18 Uhr

### Nähen mit Maschine

Mittwoch 28.9. 9 – 13 Uhr

### Musikgarten für Kinder 3 Monate - 5 Jahre

Jeden Donnerstag 15 – 18 Uhr

Anmeldung: Isabell 0176-62880705

# 2022 SEPTEMBER

### Friseurin

Do 29.9. 12 – 14 Uhr

### Upcycling

Jeden Do 10 – 14 Uhr

### Schnitt & Schneiden

Do + Fr 1.9. + 2.9.  
10 – 15 Uhr

### Filzen

Sa 24.9. 10 – 14 Uhr

## Sport & Gesundheit

### Hockergymnastik

(Warteliste) Jeden Di  
14 – 15.15 Uhr

### Tischtennis

Anmeldung: 2702926

### Aikempo: barrierefreies Kampfkunst-Training

Für Jugendliche und Erw.  
mit/ohne Handicap  
Jeden Mi 18.30 – 20 Uhr  
Anmeldung: 0170-3226090

### Nordic Walking

Jeden Do 10 – 12 Uhr

### Waldbaden - Geführter

Waldspaziergang  
Jeden Do 16 – 17 Uhr