

## **Vernissage „Malerische Vielfalt“**

Donnerstag, 7. November // 17 UHR

Acht Frauen der Malgruppe vom HdB präsentieren ihre Bilder. Von Stilleben, Landschaften, Architektur, Mensch und Tier, sowie Abstraktem ist alles dabei.

Freuen Sie sich auf einen Ausstellungsrundgang mit Buffet und einen musikalischen Beitrag vom Singekreis des Hauses. Eintritt frei.

---

## **„Geldscheine der Welt“**

Donnerstag, 14. November // 15 – 16 UHR

Roland Hofer, passionierter Sammler von Geldscheinen aus allen Ländern der Welt gibt einen Einblick in seine Schätze.  
Staunen Sie mit ihm!

Ein Nachmittag für alle Interessierten.  
Der Eintritt ist frei.

---

## **Filmvorführung + Gespräch „Vor Zurück Zur Seite Ran“**

Donnerstag, 28. November // 17 – 19 UHR

Eine Dokumentation über Wendegeschichten von sechs Potsdamer Ostkindern.

Anschließend findet ein moderiertes Filmgespräch mit Regisseurin Nora Rättsch und Protagonist Thomas Tack statt.

Der Eintritt ist frei.

**PROGRAMM  
NOVEMBER 2024**



Landeshauptstadt  
Potsdam

**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 + MUSIK

### **Stadtteilfrühstück** *kostenfrei*

Jeden Montag 8 – 11 UHR

### **Räuber-Rommé** *mit Kaffeegedeck*

Jeden Montag 12 – 15.30 UHR

### **Hobbyküche** *Warteliste*

Dienstag 12.11. + 26.11. 11 – 13 UHR

### **Singekreis**

Jeden Dienstag 15.30 – 16.30 UHR

## SELBSTHILFE + BERATUNG

### **Lerncafé für Erwachsene**

Jeden Montag 9 – 12 UHR

### **Offene Sprechstunde Stadtteilkoordinatorin**

Montag 11.11. 9.30 – 11 UHR

### **Computer-, Handy-, & Tablet-Hilfe**

Jeden Montag 10 – 11 UHR

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

Jeden Dienstag *Warteliste* 12 – 19 UHR

### **Stammtisch Männergesundheit**

Mittwoch 20.11. 15 – 17 UHR

### **Familien- und Schwangerschaftsberatung**

Mittwoch 13.11. 15 – 16 UHR

### **Meeting Anonyme Alkoholiker**

Jeden Mittwoch 18.30 – 20.30 UHR

### **Rolliklub**

Donnerstag 14.11. + 28.11. 13 – 17 UHR

### **Repair-Café & Fahrradcheck** *mit Kaffee & Kuchen*

Donnerstag 21.11. 15 – 18 UHR

## KREATIVITÄT + KUNST

### **Encaustic** *Warteliste*

Montag 04.11. + 18.11. 10 – 12 UHR

### **Fotoklub**

Montag 18.11. 14 – 16 UHR

### **Kreatives Schreiben**

Dienstag 12.11. 18.30 – 20 UHR

### **Literaturclub**

Mittwoch 13.11. 16 – 18 UHR

### **Gemeinsam Malen** *Warteliste*

Jeden Mittwoch 9 – 12 UHR

### **Kreativ Malen 2.0**

Jeden Dienstag 11 – 14 UHR

### **Action – Ein Strickkurs für alle**

Jeden Mittwoch 15 – 17 UHR

### **Nähen mit Maschine** *Warteliste*

Mittwoch 13.11. + 27.11. 9 – 13 UHR

### **Upcycling** *Warteliste*

Jeden Donnerstag 10 – 14 UHR

### **Schnitt & Schneidern**

Donnerstag & Freitag 07.11. + 08.11. 9.30 – 14.30 UHR

### **Filzen**

Samstag 16.11. 10 – 14 UHR

### **Friseurin**

Donnerstag 28.11. 12 – 14 UHR

### **Waldstadt-Visionen**

Freitag 15.11. 16.30 – 18 UHR

# 2024 NOVEMBER

## SPORT

### **Hockergymnastik** *Warteliste*

Jeden Dienstag  
14 – 15.15 UHR

### **Aikempo: barrierefreies Kampfkunst-Training**

*für Jugendliche und Erw. mit/  
ohne Handicap*  
Jeden Mittwoch  
18.30 – 20 UHR  
Anmeldung: 0170 3226090

### **Nordic Walking**

Jeden Donnerstag 10 – 12 UHR

### **Tischtennis** *nach Bedarf*

Anmeldung: 0331 - 2702926

### **Qigong** *Warteliste*

Freitag 08.11. + 29.11.  
9.30 – 10.30 UHR

### **Bewegung für Einsteiger**

Freitag 08.11. + 29.11.  
10.45 – 11.30 UHR  
Anmeldung: 0331 - 2702926