

Lesung in Einfacher Sprache und Auftakt Literaturwettbewerb

Mittwoch 11. Januar 16 - 18 Uhr

Der LiteraturClub liest Gedichte und Geschichten
in Einfacher Sprache.

Was es mit dem Wettbewerb auf sich hat, erfahrt
ihr dort.

Der Eintritt ist frei :-)

Ausstellungspräsentation "Streiflichter"

Donnerstag 26. Januar 17 Uhr

Norbert Futschek präsentiert einen Querschnitt
seines fotografischen Schaffens der letzten Jahre.
Freuen Sie sich auf einen Rundgang durch seine
Landschafts- und Reisefotografie.

Die Ausstellung kann bereits jetzt und
bis zum 17. Februar 2023 kostenfrei
besichtigt werden.

**PROGRAMM
JANUAR 2022**



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

WWW.HDB-POTSDAM.DE

Geselligkeit & Treffpunkt

Kostenfreies Stadtteilfrühstück

Jeden Montag (außer 02.01.) 8 – 11 Uhr

Räuber-Rommé

Jeden Montag (außer 02.01.) 12 – 16 Uhr

Hobbyküche (Warteliste)

Dienstag 10.01. + 24.01. 11 – 13 Uhr

Gemeinsames Singen

Jeden Dienstag 15.30 – 16.30 Uhr

Selbsthilfe, Beratung & Bildung

Lerncafé für Erwachsene

Jeden Montag (außer 02.01. + 30.01.) 9 – 12 Uhr

Beratung: Fragen zur Schule von A bis Z

Jeden Montag (außer 02.01. + 30.01.) 8.45 – 9.30 Uhr

Offene Sprechstunde Stadtteilkoordinatorin

Montag 09.01. 9.30 – 11 Uhr

Psychosoziale Sprechstunde für Krebsbetroffene und Angehörige

Montag 09.01. 14 – 16 Uhr

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

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

Spanisch Selbstlernkurs

Jeden Dienstag 18 – 19.30 Uhr

Sprachcafé - language café

Jeden Mittwoch 15 – 17 Uhr

Stammtisch Männergesundheit

Mittwoch 18.01. 15 – 17 Uhr

Familien- und Schwangerschaftsberatung

Mittwoch 11.01. 15 – 16 Uhr

Meeting Anonyme Alkoholiker

Jeden Mittwoch 18.30 – 20.30 Uhr

Rolliklub

Donnerstag 12.01. + 26.01. 14 – 17 Uhr

Digitalsprechstunde zu Smartphone & Co.

Donnerstag 12.01. 13 – 14 Uhr

Repair-Café mit Kaffee & Kuchen

Donnerstag 19.01. 15 – 18 Uhr

Kostenlose Sozialrechtsberatung

Termine nach Vereinbarung (Tel.: 0331-2702926)

Kreativität & Kunst

Encaustic (Warteliste)

Montag 16.01. 10 – 12 Uhr

Fotoklub

Montag 16.01. 14 – 16 Uhr

Handarbeit

Dienstag 31.01. 14 – 16 Uhr

Gemeinsam Malen

Jeden Mittwoch 9.30 – 11.30 Uhr

Literaturclub

Mittwoch 11.01. + 25.01. 16 – 18 Uhr

Nähen mit Maschine

Mittwoch 25.01. 9 – 13 Uhr

Upcycling (Warteliste)

Jeden Donnerstag 10 – 14 Uhr

Musikgarten für Kinder 3 Monate - 5 Jahre

Jeden Donnerstag 15 – 18 Uhr
Anmeldung: Isabell 0176-62880705

2023 JANUAR

Friseurin

Do 26.01. 12 – 14 Uhr

Filzen

Sa 14.01. 10 – 14 Uhr
Anmeldung: 0331-296620

Patchwork

So 22.01. 10.30 – 17 Uhr
Anmeldung: 0177-4125797

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

NEU: Qigong

Fr 20.01. 10 – 11 Uhr
Anmeldung: 2702926

Waldbaden

macht Winterpause