



## PROGRAMM APRIL 2024

### 2 Jahre Männer\*beratung

Mittwoch, 17. April 17 – 19 Uhr

Rückblicke, Einblicke und Ausblicke auf und in die Beratungspraxis und den Ansatz der Männer\*beratung mit einem Vortrag von Josef Borchardt.

Ein kostenfreies Angebot für die interessierte Öffentlichkeit, ehemalige und potentielle Ratsuchende sowie Fachkräfte der Sozialen Arbeit

---

### Brause, Bratwurst & Beteiligung

Freitag, 26. April 16.30 – 20 Uhr

Ein Nachmittag für die Möglichkeiten der Beteiligung in der Waldstadt.

Die Veranstaltung wird eröffnet von Frau Elona Müller-Preinesberger, Verbandsratsvorsitzende des Paritätischen Landesverbandes Brandenburg.

Anschließend können Interessierte mit Kommunalpolitiker\*innen über folgende Themen diskutieren:

**Was können wir tun, damit Politik und Bürger\*innen einander verstehen?**

**Wie können wir auch im Alter in der Waldstadt bleiben? – Altersgerechtes Leben in der Waldstadt**

**Welche Visionen gibt es für die Waldstadt?**

Der Abend findet bei Bratwurst (auch vegan) und Brause seinen Abschluss.



**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](http://WWW.HDB-POTSDAM.DE)

## GESELLIGKEIT + MUSIK

### **Stadtteilfrühstück *kostenfrei***

Jeden Montag, außer 01.04. 8 – 11 UHR

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

Jeden Montag, außer 01.04. 12 – 15.30 UHR

### **Hobbyküche *Warteliste***

Dienstag 09.04. + 23.04. 11 – 13 UHR

### **Singekreis**

Jeden Dienstag 15.30 – 16.30 UHR

## SELBSTHILFE + BERATUNG

### **Lerncafé für Erwachsene**

Jeden Montag, außer 01.04. 9 – 12 UHR

### **Allgemeine Sozialberatung**

Jeden Montag, außer 01.04. 12.30 – 15.30 UHR  
Anmeldung: Fr. Preuß 0151 - 20456741

### **Offene Sprechstunde Stadtteilkoordinatorin**

Montag 08.04. 9.30 – 11 UHR

### **Spanisch Selbstlernkurs**

Jeden Montag 18 – 19.30 UHR

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

Jeden Dienstag 12 – 19 UHR  
Anmeldung: H. Borchardt 0331 - 90143553

### **Stammtisch Männergesundheit**

Mittwoch 17.04. 15 – 17 UHR

### **Familien- und Schwangerschaftsberatung**

Mittwoch 10.04. 15 – 16 UHR

### **Meeting Anonyme Alkoholiker**

Jeden Mittwoch 18.30 – 20.30 UHR

### **Computer- und Digitalsprechstunde**

Jeden Donnerstag 14 – 15 UHR

### **Rolliklub**

Donnerstag 11.04. + 25.04. 14 – 17 UHR

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

Donnerstag 18.04. 15 – 18 UHR

## KREATIVITÄT + KUNST

### **Encaustic *Warteliste***

Montag 15.04. 10 – 12 UHR

### **Kreatives Schreiben**

Montag 08.04. 18.30 – 20 UHR

### **Fotoklub**

Montag 15.04. 14 – 16 UHR

### **Literaturclub**

Mittwoch 10.04. 16 – 18 UHR

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

Jeden Mittwoch 9 – 12 UHR

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

Jeden Mittwoch 15 – 17 UHR

### **Upcycling *Warteliste***

Jeden Donnerstag 10 – 14 UHR

### **Schnitt & Schneiden**

Donnerstag & Freitag 04.04. + 05.04. 9.30 – 14.30 UHR  
Anmeldung: 0331 - 296620 (mit AB)

### **Filzen**

Samstag 13.04. 10 – 14 UHR  
Anmeldung: 0331 - 296620 (mit AB)

---

### **Friseurin**

Do 25.04. 12 – 14 UHR

# 2024 APRIL

## 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

### **Waldbaden**

Donnerstag 18.04. 16 – 17 UHR

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

Anmeldung: 0331 - 2702926

### **Qigong *Warteliste***

Freitag 05.04. + 19.04. 9.30 – 10.30 UHR

### **Bewegung für Einsteiger**

Freitag 05.04. + 19.04. 10.45 – 11.30 UHR

Anmeldung: 0331 - 2702926  
Kurs findet ab 3 Personen statt.