

Info-Nachmittag: Vitamine

Donnerstag 11. August um 14.30 Uhr

Matthias Gartschock von der Nowawesapotheke Potsdam informiert über Vitamin C und andere Nahrungsergänzungsmittel.

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Vernissage: "Kreative Freizeitgestaltung in der 2. Lebenshälfte"

Donnerstag 25. August um 17 Uhr

Die MOMA´s vom Bürgerhaus Stern*Zeichen präsentieren Malerei. Lasst uns mit einem Sekt den Künstler:innen zuprosten und auf einen Rundgang durch die Ausstellung animieren.

Die Werke werden bis zum 18.11.2022 zu den Öffnungszeiten kostenfrei im Haus zu besichtigen sein.

Obst gesucht!

Wer Obst für unsere Marmeladenküche spenden möchte, kann sich gern bei uns im Haus melden.

Vom 15.8. bis 21.8. hat das Haus wegen Betriebsferien geschlossen.

**PROGRAMM
AUGUST 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 15.8.) 8 – 11 Uhr

Räuber-Rommé

Jeden Montag (außer 15.8.) 12 – 16 Uhr

Hobbyküche

Dienstag 9.8. + 23.8. 11 – 13 Uhr

Gemeinsames Singen

Jeden Dienstag (außer 16.8.) 15.15 – 16.15 Uhr

Selbsthilfe, Beratung & Bildung

Lerncafé für Erwachsene

Montag 22.8. + 29.8. 9 – 12 Uhr

Beratung: Fragen zur Schule von A bis Z

Montag 22.8. + 29.8. 9 – 10 Uhr

Offene Sprechstunde Stadtteilkoordinatorin

Montag 8.8. 9.30 – 11 Uhr

Psychosoziale Sprechstunde für Krebsbetroffene und Angehörige

Montag 8.8. 14 – 16 Uhr

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

Jeden Dienstag (außer 16.8.) 12 – 19 Uhr
Anmeldung: Herr Borchardt 0331-90143553

Spanisch Selbstlernkurs

Jeden Dienstag 18 – 19.30 Uhr

Stammtisch Männergesundheit

(Pause im August)

Familien- und Schwangerschaftsberatung

Mittwoch 10.8. 15 – 16 Uhr

Meeting Anonyme Alkoholiker

Jeden Mittwoch 18.30 – 20.30 Uhr

Rolliklub

Donnerstag 11.8. + 25.8. 14 – 17 Uhr

Digitalsprechstunde zu Smartphone & Co.

Donnerstag 11.8. 13 – 14 Uhr

Repair-Café mit Kaffee & Kuchen

Donnerstag 11.8. 15 – 18 Uhr
Anmeldung: 0331-2702926

Kostenlose Sozialrechtsberatung

Jeden Mittwoch + Freitag 14 – 16 Uhr
Anmeldung: 0331-2702926

Kreativität & Kunst

Encaustic (Warteliste)

Montag 1.8. (15.8. fällt aus) 10 – 12 Uhr

Fotoklub

(Pause im August)

Handarbeit

Dienstag 30.8. 14 – 16 Uhr

Gemeinsam Malen

Jeden Mittwoch (außer 17.8.) 9.30 – 11.30 Uhr

Literaturclub

Mittwoch 10.8. + 24.8. 16 – 18 Uhr

Nähen mit Maschine

(Pause im August)

Musikgarten für Kinder 3 Monate - 5 Jahre

Donnerstag 25.8. 15 – 18 Uhr
Anmeldung: Isabell 0176-62880705

Friseurin

Donnerstag 25.8. 12 – 14 Uhr

AUGUST 2022

Upcycling

Jeden Do (außer 18.8.)
14 Uhr

Schnitt & Schneiden

(Pause im August)

Filzen

(Pause im August)

Patchwork

(Pause im August)

Sport & Gesundheit

Hockergymnastik

(Warteliste)
Jeden Di (außer 16.8.)
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