Mo 09.11.	Di 10.11.	Mi 11.11.	Do 12.11.	Fr 13.11.	Sa 14.11.	So 15.11.
13:30–15:00 G1 **Smart-Café** 15:30–17:00 G2 **Computer-Café** 17:00–18:30 **Smart-Café für Berufstätige** 14:30–18:00 **Skatnachmittag**	09:30–12:30 **Seniorengruppe Behmenburg** 11:00–12:30 **Eltern-Baby-Café** 14:30–16:00 **Brush up your English** 16:00–18:00 **Aquarelltreff (Anmeldung erforderlich)** 17:00–18:30 **Netzwerk der Generationen: AG Heißen**	09:00–10:00 G1 10:00–11:00 G2 11:00–12:00 G3 **Rehasport** ab 16:00 **Ssinter Mätes (Anmeldung erforderlich)**	08:30–10:00 G1 10:00–11:30 G2 **Marktfrühstück (Anmeldung erforderlich)** 15:00–17:00 **Angehörigencafé Demenz** 16:00–17:00 **Spanischkurs** 17:30–18:30 **Qigong-Kurs** 18:00–21:00 **Skatabend**	9:30–11:00 **Handy-Sprechstunde (Anmeldung erforderlich)** 11:30–12:30 G1 12:45–14:00 G2 **„Probiermahl“ Mittagessen (Anmeldung erforderlich)** 15:00–16:00 **Stuhltiger – Entspannungsgymnastik** 15:00–18:00 **Doppelkopf** 18:30–21:00 **MBSR-Kurs**	11:00–13:00 **Kreativ Kids**	13:00–16:00 **Trödelmarkt**
Mo 16.11.	**Di 17.11.**	**Mi 18.11.**	**Do 19.11.**	**Fr 20.11.**	**Sa 21.11.**	**So 22.11.**
13:30–15:00 G1 **Smart-Café** 15:30–17:00 G2 **Computer-Café** 17:00–18:30 **Smart-Café für Berufstätige** 14:30–18:00 **Skatnachmittag**	09:30–12:30 **Seniorengruppe Behmenburg** 11:00–12:30 **Eltern-Baby-Café** 14:30–16:00 **Brush up your English** 16:00–18:00 **Aquarelltreff (Anmeldung erforderlich)**	09:00–10:00 G1 10:00–11:00 G2 11:00–12:00 G3 **Rehasport** 15:00–17:00 **Spiele für Jung & Alt (Anmeldung erforderlich)** 17:30–18:30 **Trommelkurs**	08:30–10:00 G1 10:00–11:30 G2 **Marktfrühstück (Anmeldung erforderlich)** 15:00–16:30 **Literaturkreis** 16:00–17:00 **Spanischkurs** 17:30–18:30 **Qigong-Kurs** 18:00–21:00 **Skatabend**	9:30–11:00 **Handy-Sprechstunde (Anmeldung erforderlich)** 11:30–12:30 G1 12:45–14:00 G2 **„Probiermahl“ Mittagessen (Anmeldung erforderlich)** 15:00–16:00 **Stuhltiger – Entspannungsgymnastik** 17:00–18:00 **Segenszeit** 18:30–21:00 **MBSR-Kurs**	11:00–13:00 **Kreativ Kids**	15:00–16:30 **Sitztanz**

Montags	Dienstags	Mittwochs	Donnerstags	Freitags	Samstags	Sonntags
Wöchentlich: 13:30–15:00 G1 **Smart-Café** 15:30–17:00 G2 **Computer-Café** 17:00–18:30 **Smart-Café für Berufstätige** 14:30–18:00 **Skatnachmittag**	**Wöchentlich:** 09:30–12:30 **Seniorengruppe Behmenburg** 11:00–12:30 **Eltern-Baby-Café** 14:30–16:00 **Brush up your English** 16:00–18:00 **Aquarelltreff** **(Anmeldung erforderlich)** **Jeden 3. im Monat:** 14:00–17:00 **Linux-Treff**	**Wöchentlich:** 09:00–10:00 G1 10:00–11:00 G2 11:00–12:00 G3 **Rehasport** 15:00–17:00 **Spiele für Jung & Alt / Bingo (im wöchentl. Wechsel)** **(Anmeldung erforderlich)** 17:30–18:30 **Trommelkurs** **Letzter im Monat:** 11:00–13:00 **Videoclub** **Alle 2 Monate (le. Mi. ungerade Monate):** 18:00–21:00 **Bergbaustammtisch**	**Wöchentlich:** 08:30–10:00 G1 10:00–11:30 G2 **Marktfrühstück** **(Anmeldung erforderlich)** 16:00–17:00 **Spanischkurs** 17:30–18:30 **Qigong-Kurs** 18:00–21:00 **Skatabend** **Jeden 2. im Monat:** 15:00–17:00 **Angehörigencafé Demenz** **Jeden 3. im Monat:** 15:00–16:30 **Literaturkreis**	**Wöchentlich:** 9:30–11:00 **Handy-Sprechstunde** **(Anmeldung erforderlich)** 11:30–14:00 **„Probiermahl“ Gemeinsames Mittagessen in zwei Gruppen** **(Anmeldung erforderlich)** 15:00–16:00 **Stuhltiger – Entspannungs-gymnastik** **Alle 14 Tage** 15:00–18:00 **Doppelkopf**	**Wöchentlich:** 11:00–13:00 **Kreativ Kids**	**Wöchentlich:** 15:00–16:30 **Sitztanz**

Das Büro ist Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr besetzt. Ansprechpartner für alle Angebote: Alexandra Teinovic, Isabelle Wojcicki, Daniel Götzen und Svenja Ester.
Tel.: 0208 / 20 58 69 27; E-Mail: kontakt@nachbarschaftshaus-mh.de