

## Regelmäßige Angebote

- Gedächtnistraining** – montags 10.30 Uhr
- Tanzkreis** – montags ab 14.30 Uhr
- Gesprächskreis** – dienstags ab 14.00 Uhr
- Handarbeitskreis** – dienstags ab 20.00 Uhr
- Singkreis** – mittwochs, vierzehntägig, ab 14.00 Uhr
- Teddygruppe** – mittwochs, vierzehntägig, ab 14.00 Uhr
- Instrumentalkreis „OldieMusik“** – mittwochs ab 17.00 Uhr
- Canasta** – donnerstags ab 14.00 Uhr
- Bewegungsgruppe** – freitags ab 10.00 Uhr



**Frauengsprächskreis** – freitags, monatlich, 16.00 Uhr

**Musikalische Gruppenarbeit** mit Frau Hanke. Verschiedene Gruppen – Termine bitte im Büro erfragen!

**Mal- und Töpfergruppen** – Termine bitte im Büro erfragen!

## TREFFPUNKT STEILSHOOP

# Miteinander in der „Blauen Kachel“

Oktober 2011 bis Januar 2012

Programm mit dem Schwerpunktthema

„Aktiv und gut informiert – mach mit!“

Wir sind eine Begegnungsstätte für Ältere und laden Sie herzlich ein, bei uns vorbeizuschauen. Wir bieten Ihnen interessante Einzelveranstaltungen, Exkursionen und regelmäßige Gruppen an. Wenn Sie mehr über uns wissen wollen, rufen Sie uns an oder kommen Sie vorbei!

Sie sind immer **HERZLICH WILLKOMMEN** im

## TREFFPUNKT STEILSHOOP

Gemeindezentrum der **Martin Luther King-Kirche**  
Ansprechperson: Andrea Kalter  
Sprechzeit: Montags 9.00 bis 10.00 Uhr  
Gründergenstraße 28  
22309 Hamburg  
Tel: 040 - 639 056-21  
treffpunkt.steilshoop@martin-luther-king-steilshoop.de  
<http://www.martin-luther-king-steilshoop.de>



## Offenes Seniorenfrühstück

Wir frühstücken ab 9.30 Uhr. Im Anschluss finden verschiedene Vorträge in Zusammenarbeit mit dem Malteser Hilfsdienst zu folgenden Themen statt:

**Dienstag den 11.10.11** – Thema siehe Aushang

**Dienstag den 08.11.11** – Patientenverfügung

**Dienstag den 13.12.11** – Sorgloses Wohnen und unabhängige Lebensführung von Senioren.

**Dienstag den 10.01.12** – Gesunde Ernährung im Alter.

## Thema und aktiv am Mittwoch

**12.10. / 26.10. / 09.11. / 16.11. / 23.11. / 30.11.11**  
um 14.30 Uhr

### Plattdeutsche Geschichten

Mit Herrn Götsch und Frau Morgenroth

**26.10. / 30.11.11**

### Achtung, Pst, wir bereiten etwas Großes vor.

Offenes Vorbereitungstreffen aller Aktivitäten für Seniorenadventsfeier.

**16.11.11 um 14.30 Uhr**

### Diabetes – eine Volkskrankheit

Wie lebt man mit der Krankheit, wie beugt man ihr vor? Ein Vortrag in Zusammenarbeit mit dem Malteser Hilfsdienst.

**23.11.11 um 14.30 Uhr**

### Hilfe im Pflegefall

Informationsgespräch mit Beate Christoffel (Diakonisches Werk). Auf dieser Veranstaltung erhalten Sie auch Informationen zur „Hamburger Angehörigen-schule“.

**09.11. um 14.30 Uhr**

### Ein grüner Herr informiert

im Rahmen der Seniorenadventsfeier.

Herr Habicht arbeitet als grüner Herr im AK Barmbek und betreut ehrenamtlich Patienten in der Augenklinik. Er erzählt von seiner Arbeit und informiert über altersabhängige Makulardegeneration (AMD).

## Erzählcafé

Die Familientherapeutin M. Uhl möchte mit Ihnen ins Gespräch kommen

**Donnerstag den 17.11.11 um 15.00 Uhr**

„Menschen, die mir unvergessen sind“

**Donnerstag den 24.11.11 um 15.00 Uhr**

„Ein Erbstück erzählt mir Geschichten“

Teilnahmebeitrag 2,- Euro pro Person/Treffen

## Gespräche am Donnerstag

mit Frau Kalter

**27.10.11 um 15.00 Uhr:** „Wir haben viel gesehen“

Berichte von großen und kleinen Reisen. Wer mag, bringt Ansichtskarten/Fotos mit.

**10.11.11 um 15.00 Uhr:** „Baum des Lebens“

Wir vergleichen unser eigenes Leben mit dem eines Baumes. Wo sind meine Wurzeln? Welche Früchte habe ich getragen?

**01.12.11 um 15.00 Uhr: Offenes Café**

Mit Geschichten bei Kaffee und Tee.

**12.01.12 um 15.00 Uhr:** „Mit einem Lächeln die dunkle Zeit erhellen“

Heitere Geschichten und Spiele beim Punsch.

## Begegnungen

im Theodor Fiedler Heim,  
Evangelisches Seniorenwohn- und Pflegezentrum  
in Bramfeld

**26.10.11** – Ausflug ins TFH mit Besichtigung.

Treffen um 10.10 Uhr an der *Blauen Kachel*.

Rückkehr gegen 13.00 Uhr. Fahrt mit dem HVV. Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

Als besondere Veranstaltung werden wir am

**03.11.11** erneut hinfahren, um beim

**Wii-Bowling** mitzumachen.

Treffen um 9.00 Uhr an der *Blauen Kachel* (oder um 9.30 Uhr direkt am Seniorenwohn- und Pflegezentrum in Bramfeld).

Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

## Unser besonderes Angebot

Die AlterNativen kommen!

**Samstag den 05.11.11 ab 15.30 Uhr**

erklimmen die **AlterNativen** die Bühne im Gemeindezentrum der Martin Luther King Kirche in Steilshoop. Sie spielen alles, was sich die Zuschauer wünschen. Das Publikum bestimmt das Geschehen auf der Bühne.

Die **AlterNativen** machen seit zwei Jahren Improvisationstheater und freuen sich auf neue Herausforderungen. Der Eintritt ist frei, am Ausgang wird um eine Spende gebeten.



## Gemeinsam im Advent

**7.12.2011 – 14.00 Uhr:**

### Bunter Nachmittag

Mit Gesprächen, Liedern und Gedichten. Wer mag, kann Kerzen wickeln oder verzieren.

**9.12.2011 – 15.00 Uhr:**

### Seniorenadventsfeier

Im Feiersaal – mit abwechslungsreichem Programm.

**21.12.2011 – 14.30 Uhr:**

### Bratapfelnachmittag



Um vorherige Anmeldung wird gebeten!