



Lesung

„ Erlebt und erdacht – fabuliert und
märchenhaft“

mit **Sylvia Gast**
und **Brigitte G.E. Puzalowski**

Donnerstag 04.04.2019
17.30 Uhr

Mein liebstes Fahrrad

Donnerstag, 25.04.19

10.00-14.00 Uhr: Frühjahrscheck fürs Rad
mit der Fahrradwerkstatt Radstatt bei Kaffee
und selbst gebackenem Kuchen

10.00-12.00 Uhr: Sicherheitscodierung
mit Fahrradpass von
Polizeihauptmeisterin Ilona Bergmann *
für die Codierung bitte den Kaufbeleg
und den Personalausweis mitbringen,
Minderjährige ohne Begleitung brauchen
eine Vollmacht

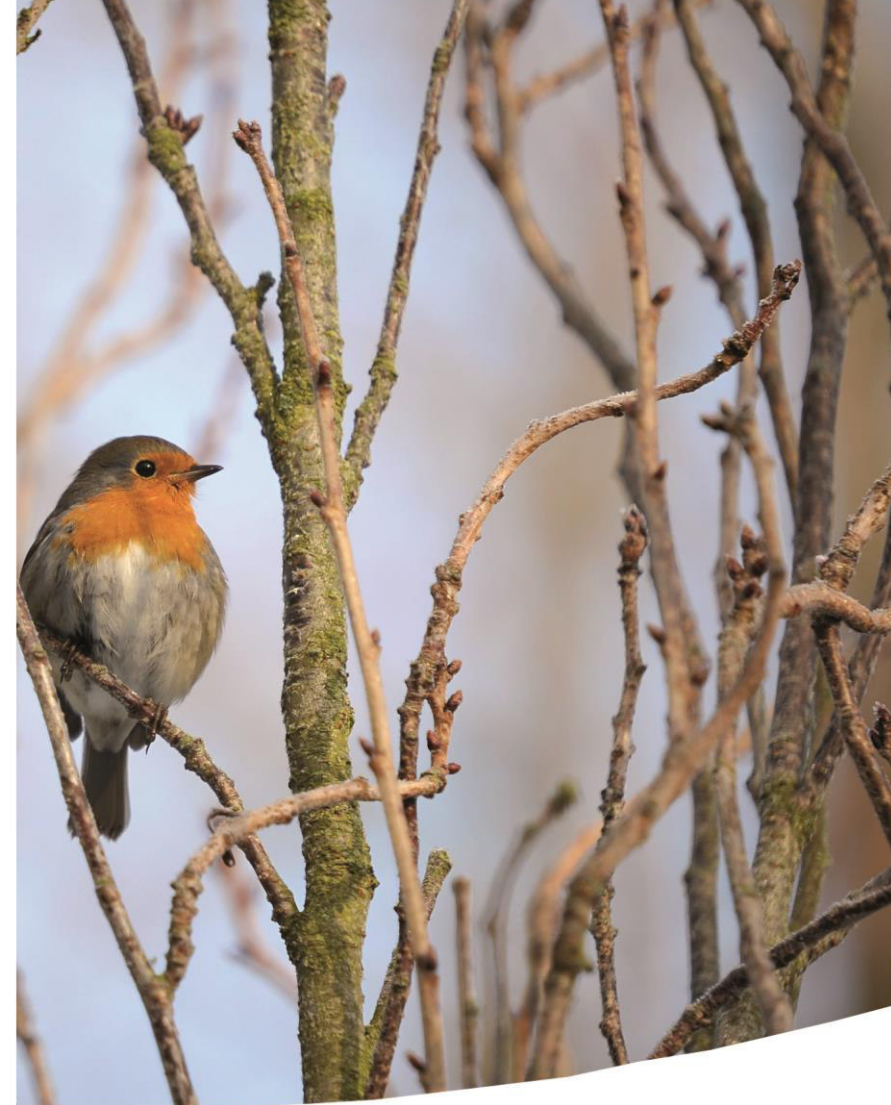
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldungen bis zum 23.04.2019

Ausstellung

Elena Ternovaja präsentiert Fotoarbeiten:

„Aus dem Archiv der Gedanken“

bis 02.06.2019
täglich zu den Hausöffnungszeiten



Programm

Haus der Begegnung

APRIL 2019

Gefördert durch die
Landeshauptstadt
Potsdam



 **DER PARITÄTISCHE**
BRANDENBURG

HAUS DER BEGEGNUNG
PSBZ gGmbH

Zum Teufelssee 30 / 14478 Potsdam
Telefon (0331) 270 29 26
info@hdb-potsdam.de
www.hdb-potsdam.de

Mo bis Do 9 - 17 Uhr / Fr 9 - 13 Uhr



HAUS DER BEGEGNUNG

Kreativität & Kunst

Encaustic für Anfänger Freitag 05.04.	10.00 – 12.00 Uhr
Fotoklub Montag 15.04.	14.00 – 16.00 Uhr
Handarbeit Dienstag 30.04.	14.00 – 16.00 Uhr
Gemeinsam Malen Jeden Mittwoch	09.30 – 11.30 Uhr
Nähen mit Maschine Mittwoch 24.04.	13.30 – 17.30 Uhr
Literaturklub Mittwoch 10.04. + 24.04.	16.00 – 18.00 Uhr
Friseurin Donnerstag 25.04.	12.00 – 14.00 Uhr
Filzen Samstag 27.04.	10.00 – 14.00 Uhr

Geselligkeit & Selbsthilfe

Räuber-Rommé Jeden Montag	12.00 – 16.00 Uhr
Hobbyküche Dienstag 09.04. + 23.04.	11.00 – 13.00 Uhr
Skat Jeden Dienstag	10.00 – 14.00 Uhr
Gemeinsames Singen Jeden Dienstag	15.15 – 16.15 Uhr

Rolliklub

Donnerstag 11.04. + 25.04.

14.00 – 17.00 Uhr

Kostenlose Sozialrechtsberatung mit Anmeldung

Jeden Mittwoch

13.00 – 15.00 Uhr

Jeden Donnerstag

15.00 – 17.00 Uhr

Sport & Gesundheit

Kampfkunst mit Handicap

Jeden Montag und Mittwoch

18.30 – 20.30 Uhr

Hockergymnastik

Jeden Dienstag

14.00 – 15.15 Uhr

NEU: Yoga und Meditation

Jeden Mittwoch, außer 24.04.

09.30 – 11.00 Uhr

Thiji – zugeschnitten auf Parkinson

Schwungvoll fit werden

Mittwoch 10.04. + 17.04. + 24.04.

14.30 – 15.30 Uhr

Grüne Ringe – Smovey Training

zugeschnitten auf Parkinson

Mittwoch 10.04. + 17.04. + 24.04.

15.30 – 16.30 Uhr

Sportgruppe

Jeden Mittwoch

17.00 – 18.00 Uhr

Nordic Walking

Jeden Donnerstag

10.00 – 12.00 Uhr

Rückenschule

Jeden Freitag

10.00 – 11.00 Uhr

Grüne Ringe

Freitag 05.04.

17.00 – 18.00 Uhr

Qigong Kurs 01.03.19 – 12.04.19

Jeden Freitag (6x)

11.00 – 12.00 Uhr

April 2019

Lesung: „Erlebt und erdacht – fabuliert und märchenhaft“

Mit Sylvia Gast und Brigitte G.E. Puzalowski

Donnerstag 04.04.2019
17.30 Uhr

Mein liebstes Fahrrad

Donnerstag 25.04.2019

10.00-14.00 Uhr:
Frühjahrscheck fürs Rad
und
10.00-12.00 Uhr:
Sicherheitscodierung durch
die Polizei

Kostenfreie Veranstaltung
Anmeldung notwendig

Ausstellung

Elena Ternovaja präsentiert
Fotoarbeiten:

„Aus dem Archiv der Gedanken“

bis 02.06.19

Besichtigung zu den
Öffnungszeiten, Eintritt frei