



Vernissage mit Musik und Buffet

**Donnerstag, 06. Juni 2019
17.00 Uhr**

Anne Eichhorn präsentiert Fotografien:

„in distant lands - walden“

Bis zum 06.09.2019 kann die Ausstellung zu den Hausöffnungszeiten besucht werden.
Eintritt frei

Gemeinsam Grillen

Ein Angebot für Alleinerziehende und ihre Kinder – Kennenlernen in ungezwungenem Rahmen

**Freitag, 21. Juni 2019
17.00-20.00 Uhr**

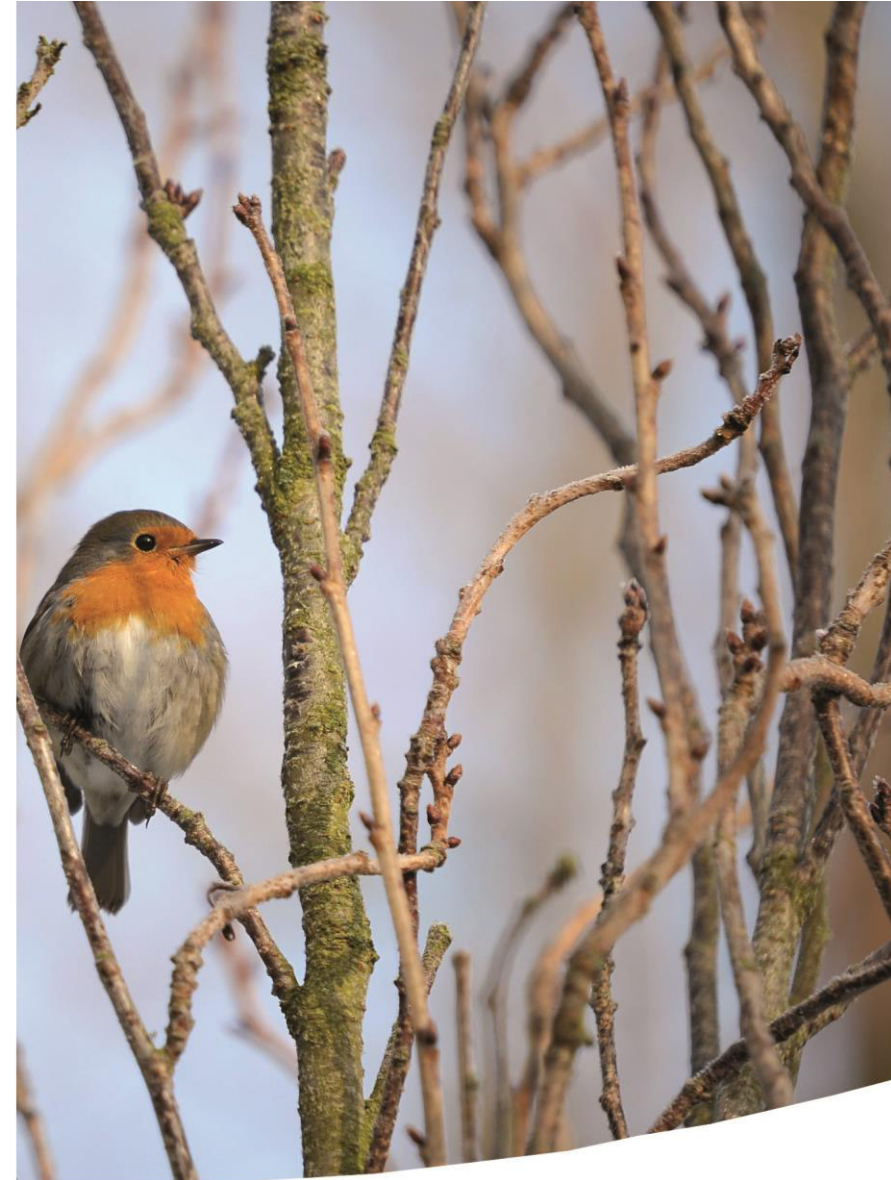
Speisen und Getränke zum Unkostenpreis oder ihr bringt selbst was mit.

Ausstellung

Elena Ternovaja präsentiert Fotoarbeiten:

„Aus dem Archiv der Gedanken“

Die Ausstellung kann noch bis 02.06.19 besichtigt werden. Eintritt frei



Programm

Haus der Begegnung

JUNI 2019

Gefördert durch die
Landeshauptstadt
Potsdam



HAUS DER BEGEGNUNG



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

Kreativität & Kunst

Encaustic für Anfänger 10.00 – 12.00 Uhr
Freitag 07.06. + 21.06.

Encaustic 10.00 – 12.00 Uhr
03.06. + 17.06.

Fotoklub 14.00 – 16.00 Uhr
Montag 24.06.

Handarbeit 14.00 – 16.00 Uhr
Dienstag 25.06.

Gemeinsam Malen 09.30 – 11.30 Uhr
Jeden Mittwoch

Nähen mit Maschine 13.30 – 17.30 Uhr
Mittwoch 26.06.

Literaturklub 16.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch 12.06. + 26.06.

Friseurin 12.00 – 14.00 Uhr
Donnerstag, 27.06.

Filzen
entfällt im Juni

Geselligkeit & Selbsthilfe

Räuber-Rommé 12.00 – 16.00 Uhr
Jeden Montag

Hobbyküche 11.00 – 13.00 Uhr
Dienstag 11.06. + 25.06.

Skat 10.00 – 14.00 Uhr
Jeden Dienstag

Gemeinsam Singen 15.15 – 16.15 Uhr
Jeden Dienstag

Rolliklub 14.00 – 17.00 Uhr
Donnerstag 27.06.

Selbsthilfegruppe Parkinson

entfällt im Juni

Kostenlose Sozialrechtsberatung mit Anmeldung
Jeden Mittwoch 13.00 – 15.00 Uhr
Jeden Donnerstag 15.00 – 17.00 Uhr

Sport & Gesundheit

Kampfkunst mit Handicap 18.30 – 20.30 Uhr
Jeden Montag und Mittwoch

Hockergymnastik 14.00 – 15.15 Uhr
Jeden Dienstag

NEU: Yoga und Meditation
Jeden Dienstag 19.30 – 21.00 Uhr
Jeden Mittwoch 09.30 – 11.00 Uhr

Thiji – zugeschnitten auf Parkinson 14.30 – 15.30 Uhr
Schwungvoll fit werden
Mittwoch 19.06. + 26.06.

Grüne Ringe – Smovey Training 15.30 – 16.30 Uhr
zugeschnitten auf Parkinson
Mittwoch 19.06. + 26.06.

Sportgruppe 17.00 – 18.00 Uhr
Jeden Mittwoch

Nordic Walking 10.00 – 12.00 Uhr
Jeden Donnerstag

Rückenschule 10.00 – 11.00 Uhr
Jeden Freitag

NEU: Wohlfühlmassage für Frauen 16.00 – 18.00 Uhr
Freitag 07.06.

Bitte anmelden bei Carmen Ritschel unter 0176-631 264 19 und ein Handtuch mitbringen! Massage erfolgt auf Spendenbasis.

Qigong Kurs 16.06.19 – 26.07.19
Jeden Freitag, außer 12.06. (6x) 10.15 – 11.15 Uhr

Juni 2019

Ausstellungseröffnung
Donnerstag, 06.06.19
17.00 Uhr

Anne Eichhorn präsentiert
Fotografien:

**„in distant lands -
walden“**

Besuch zu den
Öffnungszeiten, Eintritt frei

Ausstellung

Elena Ternovaja

**„Aus dem Archiv der
Gedanken“**

noch bis 02.06.19

Gemeinsam Grillen

Ein Angebot für
Alleinerziehende und ihre
Kinder – Kennenlernen in
ungezwungenem Rahmen

Freitag, 21.06.19
17.00-20.00 Uhr

Speisen und Getränke zum
Selbstkostenpreis oder ihr
bringt selbst was mit.