

# Veranstaltungsprogramm 2025

## Familien- & Seniorenservicebüro Hambühren



Wochentag	Uhrzeit	Veranstaltung	Ort	Kontakt
montags	15:00 - 16:00 Uhr	<b>Offener Treff mit Gymnastikangebot im Sitzen</b> (Frau Mesenbrink)	Obels-Jünemann-Stiftung	Frau Mesenbrink Tel.: 05141 - 951 2232
dienstags	16:00 - 17:00 Uhr	<b>Seniorenkurs für Digitale Medien für Anfänger</b> (Herr Stepanov)	Obels-Jünemann-Stiftung	Frau Kern Tel.: 05084 - 601 118
dienstags	17:00 - 18:00 Uhr	<b>Seniorenkurs für Digitale Medien für Fortgeschrittene</b> (Herr Stepanov)	Obels-Jünemann-Stiftung	Frau Kern Tel.: 05084 - 601 118
dienstags	18:00 - 19:00 Uhr	<b>SOS-Sprechstunde: Digitale Medien für Senioren</b> (Herr Stepanov) <b>Nur mit vorheriger <u>Anmeldung</u> unter Tel.: 015678 - 504 818</b>	Obels-Jünemann-Stiftung	Frau Kern Tel.: 05084 - 601 118
mittwochs	09:00 - 11:00 Uhr	<b>ChaosSocken Eltern-Kind-Treffen (0 - 3 Jahre)</b> <i>Auch für Großeltern mit Enkelkindern geeignet!</i> (Frau Kern & Frau Braun)	ev.-luth. Auferstehungsgemeinde	Frau Kern Tel.: 05084 - 601 118
mittwochs	15:00 - 17:00 Uhr	<b>Senioren - Fitness</b> (Frau Bartsch)	Obels-Jünemann-Stiftung	Frau Bartsch Tel.: 0152 - 209 1017
mittwochs (1 x im Monat)	18:00 - 20:00 Uhr	<b>Phönix-Gruppe</b>	Obels-Jünemann-Stiftung	Frau Kern Tel.: 05084 - 601 118
donnerstags (jede 2. Woche)	16:00 - 18:00 Uhr	<b>Wir singen gemeinsam Volkslieder</b> (Frau Ostermann)	Obels-Jünemann-Stiftung	Frau Kern Tel.: 05084 - 601 118
siehe Übersicht	siehe Übersicht	<b>Seniorenfahrten</b> (Herr Richter)	siehe Übersicht	Herr Richter Tel.: 0170 - 271 7439
samstags (1 x im Monat) siehe Übersicht	10:00 - 14:00 Uhr	<b>Mehrgenerationen - Kochen</b> (Frau Kern)	Manfred-Holz-Grundschule	Frau Kern Tel.: 05084 - 601 118