

TREFF A63

Februar 20

Altonaer Straße 63 · 20357 Hamburg
 040/412 635 492 · egh@fuersoziales.de
www.fuersoziales.de



SCHLITTSCHUHLAUFEN - PLANEN UN BLOMEN A

Manch eine*r erinnert sich vielleicht noch an die ersten wackligen Schritte auf dem Eis und das anschließende Glücksgefühl, das einen überkommt, wenn man langsam an Sicherheit gewinnt. Egal, ob Sie schon gekonnt über die Eisbahn schweben oder einen ersten Versuch wagen wollen – Wir fahren gemeinsam!

Am Dienstag, den 14. Februar von 11 bis 14 Uhr gehen wir Schlittschuhlaufen auf der Eisbahn in Planten un Blomen. Anmeldungen bis zum 7. Februar direkt im TREFF oder unter: egh@fuersoziales.de



Work-Life-Balance-TREFF A

Ein gesundes Gleichgewicht zwischen Arbeits- und Privatleben – das wünschen wir uns alle. Nur wie kann ich das erreichen? Wie kann ich die Herausforderungen des Alltags meistern und mich nicht überfordern? Wie finde ich das richtige Maß? Was tut mir gut? Was kann ich mir Gutes tun?

Am 11. Februar 2020 von 16.00 bis 18.00 Uhr tauschen wir uns hierzu aus, üben gemeinsam Entspannungstechniken und finden Wege, dem Gleichgewicht näher zu kommen.

KW 06

Mo 03	10 – 12	Offenes Frühstück
	12 – 14	KreativTREFF
Di 04	10 – 12	Offene Beratung
	10 – 12	FÜR ELTERN Café
	12 – 14	PostTREFF
	15 – 16	YogaTREFF A
Mi 05	11.30 – 14.30	SchlemmerTREFF ♀ A €
	17 – 19	TREFF intern@tional A
Do 06	10 – 11	AchtsamkeitsTREFF A
	15 – 17	Offene Beratung
Fr 07	12 – 15	BackTREFF

KW 07

Mo 10	10 – 12	Offenes Frühstück
	12 – 14	KreativTREFF
Di 11	10 – 12	Offene Beratung
	11 – 14	Schlittschuhlaufen in Planten un Blomen A €
	10 – 12	FÜR ELTERN Café
	12 – 14	PostTREFF
	15 – 16	YogaTREFF A
	16 – 18	Work-Life-Balance-TREFF A
Mi 12	11.30 – 14.30	SchlemmerTREFF ♀ A €
	17 – 19	TREFF intern@tional A
Do 13	10 – 11	AchtsamkeitsTREFF A
	15 – 17	Offene Beratung
Fr 14	12 – 15	BackTREFF

KW 08

Mo 17	10 – 12	Offenes Frühstück
	12 – 14	KreativTREFF
Di 18	10 – 12	Offene Beratung
	10 – 12	FÜR ELTERN Café
	12 – 14	PostTREFF
	15 – 16	YogaTREFF A
Mi 19	11.30 – 14.30	SchlemmerTREFF ♀ A €
	17 – 19	TREFF intern@tional A
Do 20	10 – 11	AchtsamkeitsTREFF A
	15 – 17	Offene Beratung
Fr 21	12 – 15	BackTREFF

KW 09

Mo 24	11 – 14	Faschings-Brunch A €
Di 25	10 – 12	Offene Beratung
	10 – 12	FÜR ELTERN Café
	12 – 14	PostTREFF
	15 – 16	YogaTREFF A
Mi 26	11.30 – 14.30	SchlemmerTREFF ♀ A €
	17 – 19	TREFF intern@tional A
Do 27	10 – 11	AchtsamkeitsTREFF A
	15 – 17	Offene Beratung
Fr 28	12 – 15	BackTREFF

**GROSSER FASCHINGS-
 BRUNCH**
24. FEBRUAR 2020
VON 11.00 BIS 14.00 UHR

