

Liebe Leser*innen,

endlich steht der Sommer vor der Tür! Wir freuen uns sehr auf Sonne, Licht und Wärme. So werden wir diese Monate für Ausflüge und unser Sommerfest nutzen und hoffen auf lange, warme Tage. Für Juli, August und September haben wir neben einem Tagesausflug nach Undeloh, Bingo, Köster unterwegs und einem Sommerfest wieder ein buntes Veranstaltungsprogramm geplant.

Wir hoffen, Sie bei zahlreichen Veranstaltungen begrüßen zu können.



Ihre Živilė Meyer
- Leitung Veranstaltungen -

Wichtige Hinweise zur Anmeldung

Alle Veranstaltungen sind offen für unsere Bewohner*innen, Clubmitglieder und Gäste. Die Anmeldungen erfolgen wie immer an unserem Empfang. Dieser ist Montag bis Donnerstag von 8:30 – 17:00 Uhr besetzt, am Freitag bis 13:00 Uhr. Bedenken Sie bitte, dass manche Veranstaltungen schnell ausgebucht sind! Eine Person kann dabei maximal eine zusätzliche Person für eine Veranstaltung anmelden. Erster Anmeldetag ist immer der 15. des Vormonats ab 9:00 Uhr. Ist dieser ein Samstag, Sonntag oder Feiertag, nehmen wir Ihre Anmeldung gern ab dem folgenden Werktag entgegen. Clubmitglieder und Gäste können telefonisch ab 9:00 Uhr auch unter Tel. 040/69 70 62-0 Reservierungen vornehmen. Einlass bei unseren Veranstaltungen ist immer 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn. Bewohner*innen und Clubmitglieder mit geringem Einkommen können gerne Unterstützung für Eintrittspreise bei unserem Unterstützungsfond beantragen..

Bitte beachten Sie: Die kostenpflichtigen Veranstaltungen sind spätestens eine Woche vor der jeweiligen Veranstaltung zu bezahlen. Die Teilnahme an den kostenpflichtigen Veranstaltungen kann nur bis max. 48 Stunden vor den Veranstaltungen storniert und der bezahlte Betrag erstattet werden. Die Teilnahme an den Halbtages- oder Ganztagesausflügen kann max. bis eine Woche vor dem jeweiligen Ausflug storniert und ein gezahlter Teilnahme-Betrag erstattet werden.

Tagesausflug am 9. September 2025 nach Undeloh



© Undeloher-Hof

In diesem Jahr führt uns der Tagesausflug nach Undeloh, mitten ins Herz der Lüneburger Heide. Nach einem reichhaltigen Mittagessen im Undeloher Hof besteigen wir die barrierefreien Kutschen und ge-

nießen eine 1,5-stündige Fahrt durch die Heidelandschaft und den idyllischen Ort Wilsede. Nach der Rückkehr in Undeloh lassen wir uns nochmal mit Kaffee und Kuchen verwöhnen. Nach dem Kaffee haben wir die Gelegenheit, den Ort Undeloh, das Heide-Erlebniszentrum oder die im Jahr 1190 erbaute St. Magdalenen Kirche auf eigene Faust zu erkunden. Der Bus für die Rückfahrt startet um 17:00 Uhr am Undeloher Hof. Bitte beachten Sie: Die Anmeldung ist bereits ab dem 15. Juli möglich! Gefördert ist dieser Ausflug durch die Freie und Hansestadt Hamburg, Bezirksamt Hamburg-Nord.

Die Fensterputzer sind im Haus!



© stock.adobe.com – ercan senkaya

Wenn Sie Martin Harneit und sein Team von „Reini GmbH“ mit der Reinigung Ihrer Fenster beauftragen möchten, melden Sie sich bitte bis eine Woche vor dem jeweiligen Termin am Empfang der Köster-Stiftung an. Die Kosten für eine 1-Zimmer-Wohnung betragen 26,- Euro, für eine 2-Zimmer-Wohnung 36,- Euro und für eine 3-Zimmer-Wohnung 41,- Euro. Termine für das 3. Quartal 2025 waren zum Redaktionsschluss noch nicht bekannt. Die Termine werden im Köster-Aktuell veröffentlicht.

Datum, Uhrzeit	Veranstaltung	Ort, Preis, Infos
Dienstag, 1.7. 10:00–14:00 Uhr	Mode, die zu Ihnen kommt Sommerschlussverkauf mit Irina Store	Café
Donnerstag, 3.7. 18:30 Uhr	Fremde Länder – fremde Menschen Mallorca – Streifzüge durch unbekannte Regionen Foto-Vortrag vom vielreisenden Johannes Lenarz	Saal Anmeldung erforderlich
Montag, 7.7. 18:00 Uhr	Schlemmerabend mit Thorsten Hagemann Pfifferlinge in Rahm mit Schweinefilet und Bratkartoffeln	Saal € 20,50 Anmeldung am 26.6. im Café
Donnerstag, 10.7. 15:30 Uhr	Das Polizeiorchester Hamburg spielt bei uns im Innenhof	Innenhof unserer Wohnanlage
Montag, 14.7. 11:00 Uhr	Tablet-Kurs mit Stefan Bruns, 3 Termine je 2 Stunden Tablets können zur Verfügung gestellt werden	Terrassenzimmer Anmeldung erforderlich
Montag, 14.7. 15:00 Uhr	Köster kreativ Kalligrafie-Workshop „Die Rundschrift“ Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene mit Helga Hamann-Kunstleben	Heinrich-Zimmer Insgesamt 4 Termine, je 2 Stunden: 14.7., 21.7., 11.8., 18.8. Kursgebühr inkl. Skript: € 45,-/€ 38,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich
Dienstag, 15.7. 15:00 Uhr	BINGO!-Nachmittag mit Hildegard Segler und Monika Möller	Saal Anmeldung erforderlich
Donnerstag, 17.7. 14:00 Uhr	Minigolf im Stadtpark mit Živilė Meyer	Treffpunkt Foyer Anreise: mit dem HVV auf eigene Kosten: € 5,50/€ 4,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich
Montag, 28.7. 09:00 Uhr	Köster unterwegs Führung beim NDR-Fernsehen in Lokstedt mit Ilse G. Boésen	Treffen im Foyer Anmeldung erforderlich
Dienstag, 29.7. 15:00 Uhr	Köster informiert Einkaufstraining: Worauf sollte man beim Einkauf achten? mit Frederike Rauer von der Verbraucherzentrale Hamburg e. V.	Saal Anmeldung erforderlich
Mittwoch, 30.7.	Köster unterwegs mit Maxi Engels	Treffpunkt Foyer Nähere Infos zwei Wochen vor dem Ausflug; Optional mit Einkehr Anmeldung erforderlich
Donnerstag, 31.7. 10:00 Uhr	Smartphone im Alltag 6 Termine je 2 Stunden mit Barbara Behrmann	Terrassenzimmer Anmeldung erforderlich

10. Juli

Das Polizeiorchester Hamburg

Das Orchester der Polizei Hamburg unter der Leitung von Ralf Steltner ist eines der ältesten Polizeiorchester der Welt. Es ist ein symphonisches Blasorchester und besteht aus insgesamt 35 Berufsmusiker*innen. In unserem Innenhof kommt das Polizeiorchester mit drei Musiker*innen und bringt moderne Unterhaltungsmusik – alles, „was das Ohr begehrt“ – mit. Das Köster-Café ist geöffnet und bietet Kaffee, Kuchen und Eis an.



© Polizeiorchester Hamburg

28. Juli

Führung beim NDR-Fernsehen in Lokstedt

Bei der kostenlosen Führung beim NDR in Hamburg-Lokstedt werden uns die Fernsehstudios des Hamburg Journals, NDR Info, Markt, DAS! und der NDR-Talkshow gezeigt. Je nach



© ndr.de

aktuellem Tagesablauf sehen wir vielleicht sogar noch weitere Studio-Sets. Außerdem gehen wir in die Regie des Hamburg Journals/NDR Info und in die Kostümausstattung. Also ein richtiger Blick hinter die Kulissen! Mit ein bisschen Glück sehen wir vielleicht sogar noch ein prominentes Gesicht ... Die Tour geht ca. 90 bis 120 Minuten und ist barrierefrei. Ein Personalausweis ist bei sich zu führen. Handtaschen und/oder Rucksäcke müssen während der Führung abgegeben werden. Die Teilnehmer*innen sorgen selbst für die HVV-Fahrscheine.

14. Juli

Kalligrafie-Workshop „Die Rundschrift“



© Helga Hamann-Kunstleben

Auch dieses Jahr bietet Helga Hamann-Kunstleben einen Workshop an. Die Rundschrift wurde ca. 1870 von Friedrich Soennecken entworfen und über Lehrhefte sehr erfolgreich

verbreitet. Soennecken war Inhaber einer Firma, die auch Schreibfedern hergestellt hat. Eines dieser Lehrhefte bringt die Kursleiterin Helga Hamann-Kunstleben mit. Es ist Basis Ihres Skriptes, das die Teilnehmer*innen zu dem Kurs erhalten. Die Rundschrift ist relativ leicht zu lernen, sie ist sehr dekorativ. Es können damit viele schöne Dinge gestaltet werden. Sie üben mit der Bandzugfeder Nr. 3 auf kariertem Papier mit normaler Tinte. Mehr Materialien benötigen die Teilnehmer*innen zu Beginn nicht.

29. Juli

Einkaufstraining: Worauf sollte man beim Einkauf achten?

Welche Tricks und Fallen lauern beim Einkauf? Wo lohnt es sich, genau hinzuschauen? Bei unserem Einkaufstraining klärt Frederike Rauer von der Verbraucherzentrale über versteckte Inhaltsstoffe und Täuschungen in Lebensmitteln auf. Sie geht auf psychologische und sensorische Aspekte des Einkaufens ein und hilft mit Tipps für eine gesunde, bewusste Auswahl. Außerdem werden Hilfestellungen zum Sparen gegeben. Fredericke Raue bringt einen kleinen Einkaufsladen mit, um den Vortrag anschaulicher zu machen.



© Verbraucherzentrale Hamburg

Datum, Uhrzeit	Veranstaltung	Ort, Preis, Infos
<p>Montag, 4.8. 18:00 Uhr</p>	<p>Schlemmerabend mit Thorsten Hagemann Nordseekrabben mit Salat, Rührei und Bratkartoffeln</p>	<p>Saal € 20,50 Anmeldung am 24.7. im Café</p>
<p>Donnerstag, 7.8. 15:00 Uhr</p>	<p>Kultur im Koffer Erich Kästner – scharfsinniger Beobachter (Teil 2) mit Kulturbotschafterin Sabine Beeck</p>	<p>Saal Anmeldung erforderlich</p>
<p>Montag, 11.8. 11:00 Uhr</p>	<p>Tablet-Kurs mit Stefan Bruns, 3 Termine je 2 Stunden Tablets können zur Verfügung gestellt werden</p>	<p>Terrassenzimmer Anmeldung erforderlich</p>
<p>Dienstag, 12.8. 15:30 Uhr</p>	<p>Kultur im Koffer Kindheitsgeschichten der 50er Jahre mit Kulturbotschafterin Rosemarie Jenssen</p>	<p>Saal Anmeldung erforderlich</p>
<p>Dienstag, 19.8. 15:00 Uhr</p>	<p>BINGO!-Nachmittag mit Hildegard Segler und Monika Möller</p>	<p>Saal Anmeldung erforderlich</p>
<p>Donnerstag, 21.8. 14:45 Uhr</p>	<p>Ein neues Wohnquartier entwickelt sich: Zwischen Steilshooper Straße und Dieselstraße Rundgang mit Reinhard Otto von der Geschichtswerkstatt</p>	<p>€ 7,-/€ 5,- mit Clubkarte Treffen an der U-Bahn Habichtstraße Anmeldung erforderlich</p>
<p>Freitag, 22.8. 15:00 Uhr</p>	<p>Sommerfest Freuen Sie sich auf das Programm von und mit Marion von Richly und Kulinarisches</p>	<p>Innenhof unserer Wohnanlage</p>
<p>Montag, 25.8. 15:30 Uhr</p>	<p>Heilsames Singen mit Melanie Wilde</p>	<p>Saal Anmeldung erforderlich</p>
<p>Donnerstag, 28.8. 17:00 Uhr</p>	<p>Vernissage: Neue Farbgeschichten Malerei von Elke Gerken</p>	<p>Foyer Anmeldung erbeten</p>

7. August**Erich Kästner –
scharfsinniger Beobachter – Teil 2**

Die Kulturbotschafterin Sabine Beeck bringt nochmal Ihren Kultur-Koffer über Erich Kästner mit. In Teil 1 ging es über seine Kindheit, in Teil 2 widmet sich die Kulturbotschafterin dem weiteren Leben von Dichter, Kinderbuchautor, Moralist und Humorist. Wussten Sie, dass Erich Kästner mit Vorliebe in Berliner Cafés geschrieben hat? Dort konnte er seiner Leidenschaft nachgehen, Menschen zu beobachten. Die Kulturbotschafterin Sabine Beeck wird den bekannten und beliebten Autor selbst zu Wort kommen lassen, da er lange Zeit für den Rundfunk gearbeitet hat. Viele seiner Gedichte sind mittlerweile von Walter Sittler, Udo Lindenberg und Herman van Veen vertont.



© Kultur im Koffer

21. August**Ein neues Wohnquartier entwickelt sich: Zwischen Steilshooper Straße und Dieselstraße**

© GWB-Archiv

Wo früher einmal die Hamburger Schiffbau Versuchsanstalt stand, erheben sich heute eine Reihe neuer Wohnblöcke. Neben der Geschichte dieses Areals werden wir uns mit den noch vorhandenen, bzw. neu angelegten, Kleingärten beschäftigen. Und natürlich wird auch die Frage beantwortet werden, was es mit dem ‚Wendebecken‘ auf sich hat bzw. hatte. Der Rundgang mit Reinhard Otto von der Geschichtswerkstatt wird zwei Stunden dauern.

12. August**Kindheitsgeschichten der 50er Jahre**

Die Kulturbotschafterin Rosemarie Jensen, Jahrgang 1946, wuchs in dem vom Krieg verschonten Hamburger Stadtteil Ottensen auf. In über 200 Geschichten hat sie ihre bunte Kindheit in den 50er Jahren beschrieben. Mit vielen Fotos lässt sie Hamburger Geschichte lebendig werden.



© Zivile Meyer

Wenn das große Sonnensegel wieder unseren Innenhof zielt, gibt es keinen Zweifel: wir feiern unser alljährliches Sommerfest. Freuen Sie sich auf einen entspannten Nachmittag und Abend mit Live-Musik, Kaffee, Kuchen, Bratwurst, kühlen Getränken und ganz viel guter Laune. Natürlich darf die Line Dance Gruppe der Köster-Stiftung auf unserem Sommerfest nicht fehlen.

25. August**Heilsames Singen mit Melanie Wilde – Der Gesundheitserreger ohne Nebenwirkungen**

Melanie Wilde kommt wieder in die Köster-Stiftung und erfreut uns, wie beim letzten Mal, mit gemeinsamem Singen. Beim leistungs- und notenfreien Singen spüren Sie die Lebensfreude und Verbundenheit und erleben die wohltuende Wirkung der Begegnung. Sie können neue Lebenskraft und Energie tanken, Ihr körperliches und psychisches Wohlbefinden steigern und Ihr Immunsystem stärken. Spaß und Freude stehen im Vordergrund. Es sind keinerlei musikalische Vorkenntnisse erforderlich.



© Melanie Wilde

Datum, Uhrzeit	Veranstaltung	Ort, Preis, Infos
Montag, 1.9. 18:00 Uhr	Schlemmerabend mit Thorsten Hagemann Hirschgulasch mit Waldpilzen, Rosenkohl und Spätzle	Saal € 19,50 Anmeldung am 21.8. im Café
Donnerstag, 4.9. 15:00 Uhr	Köster informiert Testament mit Rechtsanwältin Wahida Wahdat	Saal Anmeldung erforderlich
Montag, 8.9. 11:00 Uhr	Tablet-Kurs 6 Termine je 2 Stunden Tablets können zur Verfügung gestellt werden	Terrassenzimmer Anmeldung erforderlich
Montag, 8.9. 15:00 Uhr	Besinnliche Stunde im September Texte gesprochen von Eva-Maria Langer und Inga Pahlow	Saal Anmeldung erforderlich
Dienstag, 9.9. 11:00 Uhr	Ganztagesausflug nach Undeloh incl. Busfahrt, Mittagessen, Kutschfahrt, Kaffee und Kuchen. Die Ausfahrt ist für Rollatorfahrer*innen geeignet. Gefördert durch die Freie und Hansestadt Hamburg, Bezirksamt Hamburg-Nord	Abfahrt Torbogen Meisenstraße € 57,-/€ 52,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich ab 15.7. Rückkehr ca. 19:00 Uhr
Mittwoch, 10.9.	Köster unterwegs mit Maxi Engels	Treffpunkt Foyer Nähere Infos zwei Wochen vor dem Ausflug; Optional mit Einkehr Anmeldung erforderlich
Donnerstag, 11.9. 10:00 Uhr	Smartphone im Alltag 6 Termine je 2 Stunden mit Barbara Behrmann	Terrassenzimmer Anmeldung erforderlich
Dienstag, 16.9. 15:00 Uhr	BINGO!-Nachmittag mit Hildegard Segler und Monika Möller	Saal Anmeldung erforderlich
Donnerstag, 18.9. 16:00 Uhr	Gemeinsames Singen mit Jan Jahn retten wir die Lagerfeuerklassiker. Wunschlied oder mehrere bei der Anmeldung unbedingt mitteilen	Saal € 5,-/€ 3,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich
Donnerstag, 25.9. 15:00 Uhr	Auf Spurensuche in der Vergangenheit, Teil XII Die Jahre 1968/69 mit Reinhard Otto von der Geschichtswerkstatt	Saal € 6,-/€ 4,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich
Montag, 29.9. 15:00 Uhr	Vortrag Nur der Himmel blieb derselbe – Ostpreußens Hungerkinder erzählen vom Überleben mit dem Buchautor Dr. Christopher Spatz	Saal um Spenden wird gebeten Anmeldung erforderlich
Dienstag, 30.9. 14:00 Uhr ab 15:00 Uhr Modenschau	Irina Store – Mode, die zu Ihnen kommt mit der aktuellen Herbst-Winter-Kollektion	Saal

4. September**Testament**

Ein Testament ist ein wichtiges juristisches Dokument, das hilft, den eigenen Nachlass zu regeln und den letzten Willen zu formulieren. In vielen Fällen kann es jedoch auch zu Konflikten führen, wenn dieses Dokument nicht korrekt verfasst oder rechtzeitig erstellt wird. In diesem Vortrag wird die Rechtsanwältin Wahida Wahdat verschiedene Arten von Testamenten erläutern, auf die rechtlichen Grundlagen und die Bedeutung eines Testaments für die Erbfolge eingehen, sowie darauf, warum es wichtig ist, ein Testament zu erstellen.

18. September**Gemeinsames Singen**

Singen macht Freude, weckt Erinnerungen und ist am schönsten in Gemeinschaft. Es wird sein wie früher. Man sitzt am Lagerfeuer zusammen und hört die Töne der Gitarre von Rock-Pop Klassikern, über Schlager, Chansons bis Volkslieder, Kanons ... Und weil zwar immer alle die Melodien kennen, aber nie jemand die Texte, zeigt Jan Jahn diese auf der Leinwand. Wünschen Sie sich gleich bei der Anmeldung Lieder, die Sie gerne mal wieder singen würden!



© Jan Jahn



© Christopher Spatz

29. September**Nur der Himmel blieb derselbe – Ostpreußens Hungerkinder erzählen vom Überleben**

Nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs kam es im nördlichen Ostpreußen, in Königsberg und der weiteren Umgebung, zu einer humanitären Katastrophe. Mehr als 100.000 Menschen starben an Seuchen und Unterernährung. Die Übriggebliebenen waren oft Kinder. Ohne Eltern, ohne Familie, ohne ein Zuhause waren sie ganz auf sich allein gestellt. Manche kamen in sowjetische Heime, andere flohen nach Litauen, um sich zu retten. Von der Tragödie dieser Kinder nahm die Welt jahrzehntelang nahezu keine Notiz. Erst in den 1990er Jahren wurde die Öffentlichkeit auf ihre Schicksale aufmerksam. Damit begann ein neuerlicher Kampf um die ideelle und politische Anerkennung ihres unerhörten Leids. Der Historiker Christopher Spatz hat die Wege der damaligen Bettelkinder rekonstruiert und die Betroffenen in seinem Buch selbst zu Wort kommen lassen. In mehr als 50 Interviews erzählen die zwischen 1930 und 1940 Geborenen, wie sie das Unmögliche schafften und diese Zeit durchstanden. Ihre Erinnerungen sind ein erschütterndes Dokument. Am Montag, den 29. September berichtet Christopher Spatz im Saal der Köster-Stiftung von seiner Arbeit. Er erzählt von seinen Interviews, wie es den letzten Zeitzeugen heute geht und von der öffentlichen Resonanz auf dieses Thema.

Regelmäßige Termine, Kurse und Gruppen

Montag	10:00–13:00	Mandalas malen/erstellen mit Monika Lipinski	Kreativraum
	11:00–12:00	Atemkurs mit Mark Max Henckel	jeden 3. Montag im Monat, Gymnastikraum
	11:00	Nähservice mit Barbara Behrmann	jeden 2. Montag im Monat, Köster-Zimmer Anmeldung erforderlich
	14:00–17:00	Skat mit Christel Bartels	Bastelraum
	14:30–16:30	Handarbeiten & Klönen mit Ingrid Emken	jeden 2. und 4. Montag im Monat Terrassenzimmer
Dienstag	18:00–20:00	Selbsthilfegruppe mit / nach Krebs	jeden 3. Montag im Monat, Terrassenzimmer
	10:00–12:00	Offene Sprechstunde für Handy, Smartphone, Tablet, Laptop mit Christian Orłowski	jeden <u>letzten Dienstag</u> im Monat Köster-Zimmer
	11:00–13:00	Hobby-Malgruppe I mit Sigrid Hennings und Renate Listemann	Kreativraum
	13:00–14:30	Autogenes Training, Angebot von SC Urania	Gymnastikraum
	14:00	Blutdruckkontrolle	Köster-Zimmer
	15:00–16:00	Chor mit Atena Sabokbar	jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, Heinrich-Zimmer
	15:00–17:00	Bowling Nintendo Switch	jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, Gymnastikraum
	15:00–17:00	Kniffel-Gruppe mit Monika Röder	jeden 2. Dienstag im Monat, Bastelraum
Mittwoch	09:30–10:30	Gymnastik mit Iris Schlippert	Gymnastikraum, 24,-/ 16,- € mit Clubkarte
	10:45–11:45	Sitzgymnastik I mit Iris Schlippert	Gymnastikraum, 24,-/ 16,- € mit Clubkarte
	11:00–15:00	Kartenspiel Phase-10 mit Ursula Spiering	Clubzimmer
	12:00–13:00	Sitzgymnastik II mit Iris Schlippert	Gymnastikraum, 24,-/ 16,- € mit Clubkarte
	14:30–16:30	Kreativ-Team für Köster Feiertagsgrüße mit Eva Langer und Marion Schröder	Bastelraum
	14:30–18:00	Skat und andere Kartenspiele mit Renate Robe	Caroline-Zimmer
	15:00–16:00	Bibelgespräche mit Pastor Ulrich Thomas	jeden 1. Mittwoch im Monat, Terrassenzimmer
	15:00–16:00	Sprechstunde des Bewohnerbeirates	jeden letzten Mittwoch im Monat, Clubzimmer
	15:30–18:00	Nähkästchen-Treffen	jeden 3. Mittwoch im Monat, Terrassenzimmer
Donnerstag	09:00–11:00	Frühstück mit Diskussion	jeden Donnerstag; Café; 5,50/ 4,- € mit Clubkarte Anmeldung bis Mittwoch 11:30 Uhr erforderlich
	10:00–11:00	Qigong mit Michaela Knopf;	Gymnastikraum, 24,-/ 16,- € mit Clubkarte
	11:00–13:00	Hobby-Malgruppe II mit Sigrid Hennings und Renate Rubarth	Kreativraum
	14:00–15:30	Schreibwerkstatt	Jeden 3. Donnerstag im Monat, Terrassenzimmer
	14:15–15:15	Gedächtnistraining mit Petra Ries	jeden 2. u. 4. Donnerstag im Monat, Terrassenzimmer
	15:00–18:00	Klabberjas mit Renate Drochner	Bastelraum
	17:00–18:00	Literarische Begegnungen mit Erich Krieg	Köster-Zimmer
Freitag	09:30–10:30	Yoga-Kurs mit Angela und Ulrich Lucas	Gymnastikraum, 18,-/ 10,- € mit Clubkarte
	13:00–15:00	Line Dance mit Maria Rohwoldt	Gymnastikraum, 14,-/ 10,- € mit Clubkarte
	14:00–17:30	Schach-Gruppe mit Karl-Heinz Menzel	jeden 1. und 3. Freitag im Monat, Heinrich-Zimmer
	15:00–16:30	Platt bi Kösters I und II I: Fr. Malchau II: Fr. Büttner	Terrassenzimmer jeden 2. Freitag im Monat jeden 4. Freitag im Monat
	15:00–18:00	Kleiner Singkreis	letzter Freitag im Monat, Caroline-Zimmer
	16:00–17:00	Bewegung mit Musik mit Anita Volkmer	Gymnastikraum

Die angegebene Preise verstehen sich als Monatsbeiträge. Die Zahlung der Kursgebühr ist ausschließlich für jeweils einen ganzen Monat möglich und nicht anteilig für Einzeltermine.