

Veranstaltungen Juli 2026

01.07.26

10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

15 Uhr

02.07.26

10 Uhr
Jasna Haas

15.30 Uhr

Alisia Kaya/
Diana Bersch

03.07.26

13.30-14.30 Uhr
Sven Rhenius

06.07.26

15.30 Uhr
Bille Sedello

07.07.26

12-13 Uhr
Shamima Abbé

15.30 Uhr

Claudia Lemm/
David Lemm

08.07.26

10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

15 Uhr

Mittwoch

Yoga im Sitzen 8 €
Anmeldung unter Tel.:
0151-171 00 705

Bibelgespräch

Donnerstag

Spielfreude ☺
Stadt-Land-Fluss

Karten-, Würfel-,
Brettspiele

Freitag

„Donna Claras“
Chorprobe
mit Kaffee im Anschluss

Montag

Weisheitsgeschichten
hören und ins Gespräch
kommen

Dienstag

Yoga im Sitzen 8 €

Bowling mit der Wii
Spielekonsole

Mittwoch

Yoga im Sitzen 8 €

Bibelgespräch

09.07.26

15.30 Uhr
Alisia Kaya/
Diana Bersch

10.07.26

12 Uhr
Claudia Lemm

14.30 Uhr

Claudia Lemm

13.07.26

15.15 Uhr
Franziska Niemann

14.07.26

9-10.30 Uhr
Claudia Lemm

12-13 Uhr

Shamima Abbé

15.30 Uhr

Pn. Sandra Peters-
Hilberling

15.07.26

10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

15 Uhr

Donnerstag

Spielfreude ☺
Karten-, Würfel-,
Brettspiele

Freitag

Friday Liners
Line Dance
mit Vorkenntnissen

Line Dance

für Fortgeschrittene
(z.Zt. belegt)

Montag

Rhythmik im Sitzen!
Musik bewegt 4 €

Dienstag

Feinkostsalate-
Frühstück 3 €
Bitte anmelden!

Yoga im Sitzen 8 €

Erzählen und Genießen:

„Sommerbowle oder
Limoncello Spritz“ 😊

Was war früher gut?
Was ist heute besser?

Mittwoch

Yoga im Sitzen 8 €

Bibelgespräch

16.07.26

15.30 Uhr
Alisia Kaya/
Diana Bersch

17.07.26

13.30-14.30 Uhr
Walt Sengteller

Donnerstag

Spielfreude ☺
Karten-, Würfel-, Brettspiele

Freitag

„Donna Claras“
Chorprobe
mit Kaffee im Anschluss

**Vom 20.-
macht die
stätte**

Die Yoga-

**31.07.26
Begegnungs-
Urlaub! 😊**

**gruppen finden
statt.**



Symbolfoto Pixabay

Im Gemeindebrief und auf der Homepage der KG Alsterbund finden sie viele weitere Angebote an unseren Standorten:

St. Martinus, Paul-Gerhardt, Martin-Luther und St. Peter.

So finden Sie uns

Begegnungsstätte Martinstraße

Martinstraße 33 Bushaltestelle
20251 Hamburg Julius-Reincke-
Stieg M20 u. M25

Leben im Alter/ Begegnungsstätte

Telefon **Claudia Lemm**
 Anette Riekens
Fax 040- 48 78 39
E-Mail 040- 48 74 52
 leben@alsterbund.de
Homepage www.lebenimalter-hh.de
 www.alsterbund.de
KG Alsterbund

Telefonische Erreichbarkeit

Montag - 9-12 Uhr
Donnerstag
Donnerstag 16-18 Uhr

Café Martin

Zeit zum Klönen und Erzählen
Öffnungszeiten: ab 15 Uhr
(Wenn am Nachmittag Veranstaltungen stattfinden.)



Ev.-Luth. Kirchengemeinde

Alsterbund

Hamburg

Leben im Alter

Begegnungsstätte Martinstraße

Programm Juli 2026



Symbolfoto Pixabay

**Tipp: Erzählen
und Genießen!** 😊

Wir freuen uns auf Sie!