

Programmangebot QU20 in der Bahnhofstrasse 20



Aktive und passive Meditation mit Alfred Rezabek

Samstags, von 10-11 Uhr

Kontakt: alfred.rezabek@gmail.com



„Café und mehr“ - Das Sonntagscafé für ALLE im QU20

Veranstalter: Inklusionsteam Kirchgarten / Kontakt und Info: tinahog@web.de

Sonntag, den 14.12.2025 ab 14 Uhr (jeder 2. Sonntag im Monat)



Medizinischen Qigong mit Gudrun Simon

Dienstag, 02., 09., und 16.12.2025 von 18:30 – 19:30 Uhr

Kontakt: gudrunsimon777@gmail.com



Come together - Songs zum Mitsingen mit Ananda und Gudrun

Dienstag, 02., 09. und 16.12.2025 von 19:30 – 21:00 Uhr

Kontakt: anandamain@gmail.com



Gemeinsames Ukulelenspiel mit Irene Weidinger

Entfällt im Dezember (sonst jeder letzte Dienstag im Monat)

Kontakt: irene.weidinger@online.de



Spiele-Nachmittag Rummikub und Skip.bo mit Lisa Pirrone

Jeden Mittwoch von 14:30 – 17 Uhr

Kontakt: 0152/53541362



Tai Chi mit Dr. Victor Chu

Jeden Mittwoch Kurs I: 18-19:30 Uhr Kurs II: 20-21:30 Uhr

Angebot startet wieder am 17.09.2025 Kontakt: v.chu@posteo.de



Yoga mit Gabriele Lüdecke / Kontakt: gabi.luedecke@t-online.de

für Senioren donnerstags von 8:45-9:45 Uhr

für den Rücken donnerstags von 10-11 Uhr



Handarbeitstreff mit Nicole Single

Donnerstag, den 04. und 18.12.2025 von 15-17 Uhr

(sonst jeder 1. und 3. Donnerstag im Monat) / Kontakt: Tel.: 07661/2342



Seniorengymnastik mit Sandra King

Donnerstags, 15-16 Uhr

Tel.: 0170 5833939



Sprechzeit im Quartier und offene Bücherei

Dienstags von 16-18 Uhr

Die einzige Sprechzeit ist am 16.12.2025



Nächste Programmplanung / offene Runde des QU20

Dienstag, den 20.01.2026 um 18:30 Uhr



Urlaub vom 01.12.-14.12.2025
Es findet keine Sprechstunde statt!
Am Dienstag, den 16.12.2025 bin ich für Sie da!



Winterpause
Vom 22.12.2025 bis 09.01.2026 findet keine Sprechzeit statt!
Ab Dienstag, den 13.01.2026 bin ich wieder für Sie da!



**Im absoluten Notfall können Sie sich
an Ellen Wendt wenden (0170-5577299).**

Programmangebot QU20 im Kirschenhof 3



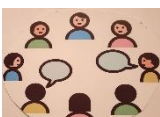
Krabbelgruppe im Kirschenhof mit Stefan Eller
Achtung: Jeden Dienstag außerhalb der Schulferien von 14:30-16:30 Uhr
Kontakt: Krabbelgruppe-kirschenhof@posteo.de



Cego Spieltreff mit Christel Steiert
Freitags, 05. und 19.12.2025 jeweils von 19:00 – 21:00 Uhr
Kontakt: steiert.christel@googlemail.com



Bunter Kreativ-Nachmittag für Familien mit Ellen Wendt
Findet im Dezember nicht statt
Kontakt: ellen.wendt@quartierstreff.de



Gesprächskreis für Deutschinteressierte mit Susann Pantle
Samstags von 16:30-18:00
kontaktieren Sie bitte die Kursleiterin / Anmeldung: S.Pantle@outlook.com



Erzählcafé mit Christa Erschens Thema „Winterzauber“
Im Januar am Samstag, den 31.01.2026 von 15-17 Uhr
Anmeldung und Infos: Christa Erschens: cerschens@hotmail.com

Es ist Weihnachten geworden.
Kalter Wind bläst aus dem Norden
Und hat Eis und Schnee gebracht.

Doch am Weihnachtsbaum die Kerzen,
die erwärmen unsere Herzen,
und des Kindes Auge lacht.

Und man sieht auf den verschneiten
Straßen weiße Engel schreiten
Durch die stille, heil'ge Nacht. (Heinz Erhardt)

Zur Anmeldung für die Kurse und Angebote beachten Sie bitte stets die aktuellen Aushänge und setzen sich mit den jeweiligen Kursleitern in Verbindung (oder melden Sie sich persönlich oder telefonisch im Quartierstreff).
Unsere regelmäßigen Veranstaltungen und Kurse finden Sie unter www.quartierstreff.de

Achtung!

Am 17. Februar 2026, 10. März 2026 und 14. April 2026 findet keine Sprechstunde statt.