

Veranstaltungsübersicht für unseren Mitgliedertreff – Einbecker Straße 117



Januar			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
05.01.	06.01.	07.01.	08.01.
Musikunterricht ** ab 15:30 Uhr	Qigong *1 10:00-11:00 Uhr Nintendo Switch 16:00-18:00 Uhr		Kochclub *3 17:30-21:00 Uhr Japanische Küche
12.01.	13.01.	14.01.	15.01.
Basteln *5 10:00-12:00 Uhr	Qigong *1 10:00-11:00 Uhr Sprachcafé English 19:30-21:00 Uhr		
19.01.	20.01.	21.01.	22.01.
Musikunterricht ** ab 15:30 Uhr	Qigong *1 10:00-11:00 Uhr	Spielevormittag 10:00-12:00 Uhr Spielesachmittag 16:00-18:00 Uhr	Basteln für Familien ** 16:00-18:00 Uhr
26.01.	27.01.	28.01.	29.01.
Basteln *5 10:00-12:00 Uhr	Qigong *1 10:00-11:00 Uhr Sprachcafé English 19:30-21:00 Uhr		
Februar			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
02.02.	03.02.	04.02.	05.02.
Musikunterricht ** ab 15:30 Uhr	Qigong *1 10:00-11:00 Uhr Nintendo Switch 16:00-18:00 Uhr		
09.02.	10.02.	11.02.	12.02.
Basteln *5 10:00-12:00 Uhr	Qigong *1 10:00-11:00 Uhr Sprachcafé English 19:30-21:00 Uhr		Kochclub *3 17:30-21:00 Uhr Spanische Küche
16.02.	17.02.	18.02.	19.02.
Musikunterricht ** ab 15:30 Uhr	Qigong *1 10:00-11:00 Uhr	Spielevormittag 10:00-12:00 Uhr Spielesachmittag 16:00-18:00 Uhr	Basteln für Familien ** 16:00-18:00 Uhr
23.02.	24.02.	25.02.	26.02.
Basteln *5 10:00-12:00 Uhr	Qigong *1 10:00-11:00 Uhr Sprachcafé English 19:30-21:00 Uhr		

*1 – der Kurs findet ab 4 Teilnehmer*innen statt – auf Spendenbasis

*2 – Kostenbeitrag von 4,50 EUR für Materialien

*3 – es wird eine Teilnahmegebühr von 10,00 EUR für die verwendeten Lebensmittel erhoben

*4 – je Unterrichtseinheit 5,00 EUR

*5 – Kostenbeitrag von 5,00 EUR für Materialien

Qigong für Einsteiger

Mit sanften Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen wird der Fluss der Lebensenergie reguliert. Der Körper wird bewusster wahrgenommen, der Geist beruhigt sich, sodass innere Spannungen abgebaut werden können. Gezielte Energiearbeit mit den inneren Organen führt zur Stärkung der Selbstheilungskräfte und damit zur Steigerung der Lebensqualität. Die Übungen sind für alle Altersgruppen geeignet. Bedarfsweise können die Übungen im Sitzen durchgeführt werden.

Kochclub – MI(E)TEinander Kochen

Herzlich willkommen bei Miteinander Kochen, wo wir gemeinsam kochen, essen und fachsimpeln können. Ich bin Ferda Nunninger, 43 Jahre alt und ein kochbegeistertes Mitglied der Vorwärts und suche ebenfalls koch-/backbegeisterte Mitglieder. Bei diesem gemeinsamen Kochen können sich alle einbringen. Im besten Fall haben wir jeden Monat Rezepte aus der Community zu einem bestimmten Thema, wie zum Beispiel türkische, russische, polnische, deutsche (etc.) Küche oder auch Spezialitäten wie Plätzchen oder Fingerfood. Ob Anfänger oder erfahrene Hobbyköche, hier steht der Spaß am gemeinsamen Erlebnis im Vordergrund. Tritt unserer Kochgemeinschaft bei und lass uns zusammen köstliche Momente schaffen!

Spiele Vor- und Nachmittag

Egal, ob Karten-, Brett- oder Strategiespiele – gespielt wird was gefällt. Gerne können Sie Ihre Lieblingsspiele mitbringen und den anderen Mitspielern vorstellen.

Basteln für Familien

Der Kurs ist für alle, die Spaß am Gestalten haben. Unter Anleitung wird hier je nach Jahreszeit mit verschiedenen Materialien gebastelt. Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Nintendo Switch

Eine offene Spiel- und Kennenlernrunde für Mitglieder, Freunde und Interessierte. Das Vermitteln, Umgang, Erlernen der Nintendo-Switch Konsole und deren Spiele.

Sprachcafé English – Gemeinsam Englisch sprechen in entspannter Atmosphäre

Sie möchten Ihre Englischkenntnisse verbessern und haben zu selten Gelegenheit, Englisch zu sprechen? Dann ist unser Sprachcafé vielleicht das Richtige für Sie! In lockerer Runde treffen wir uns alle zwei Wochen, um gemeinsam auf Englisch zu sprechen, zu lesen und zu spielen. Ziel ist es, mit Spaß und ohne Druck die Sprache zu üben. Geleitet wird das Sprachcafé von Sheraz Khan und Jörg Weiss. Sheraz ist gebürtiger Kanadier aus Toronto und lebt seit zehn Jahren in Deutschland. Jörg hat ebenfalls einige Zeit in Kanada verbracht und nutzt Englisch regelmäßig in seinem beruflichen Alltag. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Musikunterricht

Ich bin Christine Rehle, studierte Musikerin, und biete Musikunterricht für Blockflöte, Querflöte und Klavier an. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, Kind, Jugendlicher oder Erwachsener, bei mir steht die Freude an der Musik im Mittelpunkt. Für den Unterricht muss eine eigene Flöte mitgebracht werden. Gemeinsam entdecken wir die Welt der Musik mit Spaß, Geduld und Kreativität.

Basteln mit Papier zur Freude für uns und die Empfänger unserer Kreationen

Ich bin Annette und habe das Basteln für mich entdeckt. Meine Vision ist es, gemeinsam mit Ihnen Karten aus Papier zu gestalten. Damit möchten wir Briefkästen füllen und den Empfängern eine kleine Freude bereiten. Außerdem fertigen wir kleine Aufmerksamkeiten und Geschenke an. Alles ist leicht zu handhaben, sodass auch Menschen mit Einschränkungen problemlos mitmachen können. Was Sie mitbringen sollten? Neugier, Freude am Gestalten und vielleicht eine eigene Idee, die Sie einbringen möchten.

Bitte melden Sie sich zu allen Kursen zuvor unter 030/52294184 oder per E-Mail sriedel@wg-vorwaerts.de an
Änderungen oder kurzfristige Kursabsagen vorbehalten
Weitere Nutzungsideen nehmen wir gern entgegen