

Stadtteile Nord und Ost

Angebote für SeniorInnen im Freizeitheim Vahrenwald

Der Kommunale Seniorenservice Hannover (KSH) bietet im Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Straße 92, verschiedene kostenlose Aktivitäten für SeniorInnen an. Eine Anmeldung für die Angebote ist nicht erforderlich. Die Arbeitsmaterialien werden in der Regel von den TeilnehmerInnen selbst gestellt. Weitere Informationen gibt Susanne Hohnhorst beim KSH unter der Rufnummer 168-45238.

Gedächtnistrainingsgruppen

SeniorInnen, die ihr Gedächtnis und ihre Reaktionsfähigkeit schulen möchten, sind in den drei Gedächtnistrainingsgruppen des KSH im Freizeitheim Vahrenwald richtig. Die Angebote finden in der Regel freitags zwischen 15 bis 16.30 Uhr und 16.30 bis 18 Uhr in Raum 13 statt. Die benötigten Materialien können bei den ehrenamtlichen Leitern Reinhard Plagens und Fred Voß vor Ort zum Selbstkostenpreis von drei Euro bezogen werden. Wer neugierig geworden ist, ist herzlich willkommen.

Bewegungsangebot im Freizeitheim Vahrenwald

Der KSH bietet ein Bewegungsangebot im kleinen Saal des Freizeitheimes Vahrenwald, Vahrenwalder Straße 92, an. Interessierte SeniorInnen - auch mit eingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten - können mittwochs von 15.30 bis 16.30 Uhr unter fachkundiger Anleitung leichte gymnastische Übungen ausführen. Geturnt wird insbesondere im Sitzen. Die Bewegungsabläufe unterstützen die

allgemeine Beweglichkeit und können zur Sturzprophylaxe beitragen.

Aquarellmalgruppe sucht Verstärkung

Die Aquarellmalgruppe des KSH hat Plätze für neue TeilnehmerInnen frei. Die Gruppe trifft sich regelmäßig donnerstags von 10 bis 12 Uhr unter der ehrenamtlichen Leitung von Rosa Grapentin im Freizeitheim Vahrenwald (Raum 11), Vahrenwalder Straße 92. SeniorInnen, die bereits Erfahrungen in der Aquarellmalerei haben oder sich in dieser Maltechnik ausprobieren wollen, sind herzlich willkommen. Die Teilnahme am Kurs ist kostenlos. Die Aquarellmaterialien (unter anderem Papier, Pinsel und Farben) müssen selbst mitgebracht werden.

Handarbeitsgruppe

Montag, 14 bis 17 Uhr in Raum 7.

Bewegungsangebot ohne Leistungsdruck

Dienstag, 10 bis 11 Uhr und 11.30 bis 12.30 Uhr im kleinen oder großen Saal.

Donnerstag, jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr sowie von 11 bis 12 Uhr im kleinen Saal oder großen Saal.

Rommégruppe „Gut Spiel“

Dienstag, 13.30 bis 16.30 Uhr in Raum 15.

Chor „Frisch gesungen“ - Probe

Mittwoch, 14 bis 15 Uhr im kleinen Saal.

Aquarellmal- & Zeichengruppe

Donnerstag, 10 bis 12 Uhr in Raum 11.

Seniorenorchester - Probe

Donnerstag, 9.30 bis 11.30 Uhr im kleinen oder großen Saal.

„Club Italia Anni 50/60“- italienischer
Herrengesprächskreis

Freitag, 15 bis 19 Uhr in Raum 12.

Weitere Informationen gibt Susanne Hohnhorst beim KSH
unter der Rufnummer 168-45238.