
























Monatsplan April Wandsbek und Bramfeld

		Veranstaltungen		Besonderheiten
1	Samstag			
2	Sonntag			
3	Montag	<u>Spieleabend im BraKula</u> 17:00-19:00 Uhr mit Carlotta		Wir treffen uns im BraKula und spielen Gesellschaftsspiele. Ihr könnt eigene Spiele mitbringen oder wir spielen das, was da ist.
4	Dienstag			
5	Mittwoch	<u>Bewegungsangebot</u> 17:30-18:00 Uhr mit Carlotta Treffpunkt BraKula bitte anmelden!		Wir treffen uns im Bewegungssaal und machen Kraftübungen, Ausdauerübungen und entspannen uns.
6	Donnerstag	<u>Kochgruppe</u> 16:30-19:00 Uhr mit Betty Treffpunkt Karlshöhe Kosten: 2,50 € bitte anmelden!		Wir treffen uns in der Karlshöhe. Wir kochen und essen gemeinsam.
7	Freitag Karfreitag	<u>Café Karl!</u> 15:00-18:00 mit Dajana Treffpunkt Karlshöhe		Wir treffen uns in der Karlshöhe und essen gemeinsam Kuchen und trinken Kaffee. Es können auch Spiele gespielt werden.
8	Samstag	<u>ParkSport Schnupperangebot</u> 14:45-16:30 mit Wim Treffpunkt Stephanstraße		Wir treffen uns an der Stephanstraße 48a. Wir gehen gemeinsam zum Dernauer Treff. Dort lernen wir das Angebot "ParkSport" kennen.
9	Sonntag Ostersonntag	 <u>Osterbrunch</u> 10:00-13:00 mit Carlotta & Alex Treffpunkt BraKula Kosten: 3€ bitte anmelden!		Wir frühstücken gemeinsam was Leckeres und quatschen miteinander.
10	Montag Ostermontag			
11	Dienstag			
12	Mittwoch	<u>Frühlingsdom</u> 18:00 Uhr mit Holger, Jule & Rike Treffpunkt U Feldstraße bitte anmelden!		Wir treffen uns an der U-Bahn Station "Feldstraße". Von da aus gehen wir gemeinsam zum Dom. Nehmt euch genug Geld für die Fahrgeschäfte und Verpflegung mit.
13	Donnerstag	<u>Kochgruppe</u> 16:30-19:00 Uhr mit Betty Treffpunkt Karlshöhe Kosten: 2,50 € bitte anmelden!		Wir treffen uns in der Karlshöhe. Wir kochen und essen gemeinsam.
14	Freitag	<u>Café Karl!</u> 15:00-18:00 mit Dajana Treffpunkt Karlshöhe		Wir treffen uns in der Karlshöhe und essen gemeinsam Kuchen und trinken Kaffee. Es können auch Spiele gespielt werden.
15	Samstag	<u>ParkSport Schnupperangebot</u> 14:45-16:30 mit Rike Treffpunkt Stephanstraße		Wir treffen uns an der Stephanstraße 48a. Wir gehen gemeinsam zum Dernauer Treff. Dort lernen wir das Angebot "ParkSport" kennen.
16	Sonntag			
17	Montag			
18	Dienstag			
19	Mittwoch	<u>Bewegungsangebot</u> 17:30-18:00 Uhr mit Carlotta Treffpunkt BraKula bitte anmelden!		Wir treffen uns im Bewegungssaal und machen Kraftübungen, Ausdauerübungen und entspannen uns.
20	Donnerstag	<u>Kochgruppe</u> 16:30-19:00 Uhr mit Betty Treffpunkt Karlshöhe Kosten: 2,50 € bitte anmelden!		Wir treffen uns in der Karlshöhe. Wir kochen und essen gemeinsam.

Monatsplan April Wandsbek und Bramfeld

		Veranstaltungen		Besonderheiten
21	Freitag	<p>Café Karl 15:00-18:00 mit Dajana Treffpunkt Karlshöhe</p>		Wir treffen uns in der Karlshöhe und essen gemeinsam Kuchen und trinken Kaffee. Es können auch Spiele gespielt werden.
		<p>BraKula Disco 19:00-00:00 Uhr mit Paula, Wim und Rike Kosten: 5€ Treffpunkt BraKula</p>		"Groove your move-hier wird aus der Reihe getanzt". Unter dem Motto wollen wir mit euch zusammen feiern. Bis um 20 Uhr gibt es Essen, danach gibt es Musik auf die Ohren. Nehmt euch bitte Taschengeld für Getränke mit.
22	Samstag	<p>Frühlingsdom 14:00- 19:00 Uhr mit Carlotta & Alex Treffpunkt BraKula</p>		Wir treffen uns am BraKula und fahren gemeinsam zum Hamburger Dom. Vor Ort treffen wir die Teilnehmer*innen der anderen Treffpunkte. Bitte nehmt euch genug Taschengeld mit.
23	Sonntag	<p>Vollglück Tanzworkshop 10:30-13:30 mit Carlotta Treffpunkt BraKula bitte anmelden!</p>		Es kommen zwei Tanzlehrerinnen ins BraKula. Wir bewegen uns zusammen zu Musik und ohne. Wir treffen andere Menschen mit und ohne Assistenzbedarf.
24	Montag	<p>neues Angebot ! Angebotsberatung 16:00- 18:00 Uhr mit Annette Connemann ohne Anmeldung</p>		Hier könnt ihr euch über die verschiedenen Wohnformen und Leistungen informieren.
		<p>Wohnbeirat 16:30-18:00 Uhr mit Petra Steinborn</p>		Treffpunkt: Sievekingsalle 216, 22111 Hamburg
25	Dienstag	<p>Fuchsbau 16:00-19:00 Uhr mit Martina & Carlotta Kosten: 2,50€ Treffpunkt BraKula bitte anmelden!</p>		Wir basteln und bemalen eigene Schatzkisten.
26	Mittwoch			
27	Donnerstag	<p>Kochgruppe 16:30-19:00 Uhr mit Betty Treffpunkt Karlshöhe Kosten: 2,50 € bitte anmelden!</p>		Wir treffen uns in der Karlshöhe. Wir kochen und essen gemeinsam.
28	Freitag	<p>Café Karl 15:00-18:00 mit Dajana Treffpunkt Karlshöhe</p>		Wir treffen uns in der Karlshöhe und essen gemeinsam Kuchen und trinken Kaffee. Es können auch Spiele gespielt werden.
29	Samstag	<p>Schwarzlicht Minigolf 14:30- 18:30 Uhr mit Wim & Jule Treffpunkt BraKula Kosten: 5€ Bitte bis zum 14.04. anmelden!</p>		Wir treffen uns am BraKula und fahren gemeinsam mit dem Biko-Bus zum Schwarzlicht-Minigolf. Bitte nehmt euch etwas zu trinken mit. Vor Ort treffen wir uns mit den Teilnehmer*innen von den anderen Standorten. Das Angebot ist nicht barrierefrei und nicht für Rollstuhlfahrer*innen und Menschen mit Rollator geeignet. <i>Neu: Die Teilnehmergebühr für den Ausflug muss bitte bis zum 25.04 im BraKula abgegeben werden. Nur wer bis dahin bezahlt hat, kann an dem Angebot teilnehmen. Sag bitte rechtzeitig Bescheid, wenn du doch nicht teilnehmen kannst, damit du dein Geld zurück bekommen kannst. Wenn du nicht absagst, können wir dir dein Geld leider nicht zurück erstatten.</i>
30	Sonntag			
31	Montag			

Anmeldung bei Rike
mobil: 0175 1135402
e-mail: brakula@rauheshaus.de

Wem gehören die Bilder?
© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e.V.,
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013