

Hand in Hand e.V.

Nachbarschaftshilfeverein der Vereinigten Wohnstätten 1889 eG

Montag	Dienstag	Mittwoch
Gymnastik mit Musik Fit in die neue Woche 10.00 - 11.00 Uhr Bruni Kimm	Nordic Walking 8.30 - 9.30 Uhr Treffpunkt Goethestr.154 bei Regen fällt es aus.	Übungen für das Gleichgewicht Regelmäßiges Training beugt Stürzen vor! 15.00 - 16.00 Uhr Bruni Kimm 
Digitale Fotografie Austausch von Erfahrungen und Ideen 2. + 16.5. / 20.6. 13.30 - 15.00 Uhr	Yoga Achtsamer Umgang mit sich selbst, frei fließender Atem und ruhiger Geist1 9.30 - 10.30 Uhr Susanne Zinke	
Hand in Hand aktiv im Stadtteil Treffen zur Planung der Aktivitäten im Stadtteil 9.5. + 13.6., 16.00 Uhr	Café-Treff Andere kennen lernen, schnuddeln & Spaß haben 14.30 - 16.30 Uhr  Lieder & alte Schlager mit Wolfgang Geinitz 24.5. 15.30-16.30 Uhr	Sanftes Training zur Vermeidung dauerhafter Fehlbelastung 17.00 - 18.00 Uhr Anmeldung und Info: Tel. 28 76 2 76
English Chat Come and join us in friendly conversation 2. + 16.5. / 20.6. 16.00 - 17.30 Uhr	Spiele-Treff Karten- und Brettspiele 18.00 Uhr	Handy-Sprechstunde Die Schüler*innen Ayla + Benjamin helfen Ihnen gern weiter bei Einrichtung oder Umgang mit Tablet und Smartphone  Anmeldung: Telefon: 28 76 2 76
Spiele-Treff Wechselnde Brett- und Strategiespiele Neue, auch unerfahrene Mitspieler*innen sind herzlich willkommen. 2. + 16.5. / 20.6. 19.30 Uhr	Lieblingsbücher Monatliches Treffen, um sich über gelesene Bücher auszutauschen 10.5 + 7.6., 18.00 Uhr Corinna Lugert	

Programm Mai und Juni 2022

Nachbarschaftstreff Vorderer Westen

Samuel-Beckett-Anlage 12, 34119 Kassel, Tel. 28 76 2 76

Donnerstag	Weitere Termine
Qi Gong fernöstliches Übungssystem zur geistigen Entspannung 11.00 - 12.30 Uhr Mathias Büchs	20 Jahre Hand in Hand e.V. Wanderungen von Treff zu Treff In unserem Jubiläumsjahr werden wir 4 Wanderungen von Treff zu Treff anbieten. Dabei haben wir Strecken ausgewählt, auf denen wir Natur erleben und ungestört im Gespräch sein können. Die erste Wanderung am Samstag, 14. Mai, 14.00 - 17.00 Uhr startet am Treff Fasanenhof mit einer kleinen musikalischen Einlage und führt über den Gemeinschaftsraum in der Unterneustadt bis zum Nachbarschaftstreff Süd, wo Sie mit einer kleinen Stärkung erwartet werden. Informationen und Anmeldung bei allen 4 Treffs
Meditative & bewegte Kreistänze 5.5. + 2.6., 16.00 Uhr Bitte mit Anmeldung! Anita Clobes	
Digitaler Nachbarschaftstreff Treffen Sie von zuhause aus andere Menschen über das Internet. Wir helfen Ihnen beim Zugang Mi 11.5. + 8.6. Do 19.5. + 23.6.	Grau erobert die bunte digitale Welt Für Sie steht ein Laptop zu Ihrer Nutzung bereit, mit dem Sie auch ins Internet gehen können. Bitte mit Anmeldung: Di-Fr 13 - 16 Uhr
Trauer-Treff Begegnung & Unterstützung für Trauernde 12.5. + 9.6., 17.00 Uhr Kasseler Hospital e.V.	Online Kommunikation Aniane Emde von der Polizei Nordhessen zeigt Ihnen, wie Sie die Online-Kommunikation sicher und souverän für Ihre Zwecke nutzen können: E-Mail, Videotelefonie, Messenger-Nutzung, Schutz vor Viren + Trojanern,.. Montag, 27.6., 15.00 Uhr
Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Begegnung & Austausch zu Schlafstörungen und Atemstillstand 23.6., 19.00 Uhr	Fahrradtouren: Sonntag, 15.5.: Das Leinetal (ca. 40 km) Start: 8.00 Uhr, Nachbarschaftstreff Vorderer Westen Sonntag, 12.6.: Der Fulda-Radweg (ca. 60 km) Start: 7.45 Uhr, Bahnhof Wilhelmshöhe, ca. 60 km Info & Anmeldung: R. Löber Tel. 68409 

Hand in Hand e.V. ist der gemeinnützige Nachbarschaftshilfeverein der Vereinigten Wohnstätten 1889 eG, der **allen Menschen** offensteht.

Hand in Hand e.V. bedeutet **aktiv werden** und eröffnet die Möglichkeit zur Begegnung und zum freiwilligen **Engagement für ein soziales Miteinander**.

Beteiligen auch Sie sich an der Gestaltung des Zusammenlebens und der **Förderung der Lebensqualität im Stadtteil**.

In den Nachbarschaftstreffs Kirchditmold, Fasanenhof, Südstadt und Vorderer Westen bieten wir:

Barrierefreie Begegnungsräume für alle Generationen mit vielfältigen Angeboten der aktiven Vereinsmitglieder und auch für Familienfeiern.

Wohn- und Sozialberatung durch unsere Sozialarbeiterinnen.

Mobile soziale Alltagshilfen durch unsere Beschäftigten im Freiwilligen Sozialen Jahr: Haushalts- und Einkaufshilfen, Begleitdienste, Spaziergänge und Besuchsdienste.

Ansprechpartnerin: Kirsten Salamon

Sprechzeiten: Dienstag – Freitag, 13 - 16 Uhr

Telefon: 28 76 2 76

E-Mail: handinhand-vw@t-online.de



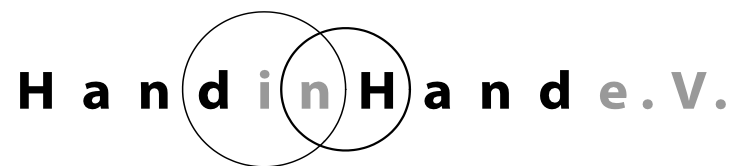
Wenn Sie an unseren Angeboten teilnehmen möchten, Ihnen der Weg zu uns aber zu beschwerlich ist, sprechen Sie uns an. Für unsere Mitglieder organisieren wir gerne einen **Fahrdienst**.

In eigener Sache:

mit dem nahenden Ruhestand verabschiede ich mich von allen Mitgliedern von Hand in Hand e.V. und den Besucherinnen und Besuchern des Nachbarschaftstreffs West.

Nach 17 Jahren sinnstiftender Arbeit mit interessanten Begegnungen und einer erfüllenden Zusammenarbeit mit den aktiven Mitgliedern übergebe ich sie nun an meine Nachfolgerin Kirsten Salamon und wünsche ihr und Ihnen allen alles Gute!

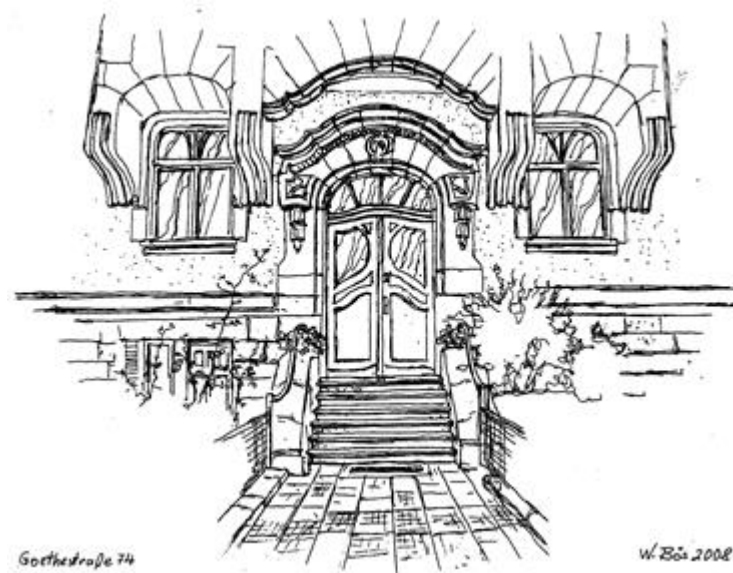
Herzliche Grüße, Bärbel Praßer



Nachbarschaftshilfeverein der Vereinigten Wohnstätten 1889 eG

Nachbarschaftstreff Vorderer Westen

Mai / Juni 2022



Samuel-Beckett-Anlage 12

Tel. 28 76 2 76

[www.handinhand-kassel](http://www.handinhand-kassel.de)