

# BILDUNG FÜR ALLE! E.V.

## KURSANGEBOTE IN GROSSLOHE SOMMER/HERBST 2018



### 1 Essen ist fertig! Eltern kochen mit ihren Kindern (1)

**Eltern und Kinder kochen und essen gemeinsam:** Ob Kochmuffel oder Kochfreunde, alle erhalten Anregungen, probieren Rezepte aus und lernen Neues über eine gesunde und leckere Ernährung, die auch den Geldbeutel schont. 🍷 Leitung: **Angela Nolte**, Ökotrophologin.

**DER ORT:** Küche der Grundschule Großlohering, Großlohering 11, 22143 Hamburg  
**DIE TERMINE:** Ab 20. 8. 2018, Montag von 17.00 bis 19.00 Uhr



### 2 Essen ist fertig! Eltern kochen mit ihren Kindern (2)

**Eltern und Kinder kochen und essen gemeinsam:** Ob Kochmuffel oder Kochfreunde, alle erhalten Anregungen, probieren Rezepte aus und lernen Neues über eine gesunde und leckere Ernährung, die auch den Geldbeutel schont. 🍷 Leitung: **Angela Nolte**, Ökotrophologin.

**DER ORT:** Küche der Grundschule Großlohering, Großlohering 11, 22143 Hamburg  
**DIE TERMINE:** Ab 21. 8. 2018, Dienstag von 17.00 bis 19.00 Uhr



### 3 Bewegung macht Spaß und ist gesund!

**Bewegung für Frauen:** Dieses abwechslungsreiche Fitnessprogramm bringt Sie in Schwung und verbessert Ihr Körpergefühl. Das Ganze mit Musik und Spaß in der Gruppe. Probieren Sie es aus. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! 🍷 Leitung: **Margrid Gerken**, Übungsleiterin.

**DER ORT:** Turnhalle der Grundschule Großlohering, Großlohering 11, 22143 Hamburg  
**DIE TERMINE:** Ab 3. 9. 2018, Montag von 16.00 bis 17.00 Uhr



### 4 Zeitung lesen und miteinander ins Gespräch kommen

**Der Presseclub im Treff Großlohe:** Wir blicken in aktuelle Tageszeitungen und diskutieren die dortigen Meldungen. Dabei vertiefen wir nebenbei auch Deutschkenntnisse und unsere Medienkompetenz. 🍷 Leitung: **Bernhard Schulte**, ehemaliger Geschichtslehrer.

**DER ORT:** Treffpunkt Großlohe, Stapelfelder Straße 108, 22143 Hamburg, Telefon: 040-05790641  
**DIE TERMINE:** Ab 29. 8. 2018, alle zwei Wochen Mittwoch von 17.00 bis 18.30 Uhr



### 5 Den Umgang mit dem Personalcomputer lernen

**Der Computerclub:** Unter erfahrener Anleitung können Sie sich mit dem Computer vertraut machen, Ihre Fragen stellen, Ihre Kenntnisse auffrischen sowie Briefe, E-Mails und Bewerbungen schreiben. Alles in Ihrem eigenen Tempo. 🍷 Leitung: **Daniel Gren**, Koordinator Treff Großlohe.

**DER ORT:** Treffpunkt Großlohe, Stapelfelder Straße 108, 22143 Hamburg, Telefon: 040-05790641  
**DIE TERMINE:** Ab 22. 8. 2018, Mittwoch von 18.00 bis 19.30 Uhr



### 6 Schneiden und Nähen für Anfänger

**Nähen lernen für Anfänger:** Sie lernen die Nähmaschine und ihre unterschiedlichen Funktionen kennen. Danach können Sie leichte Modelle anfertigen und eigene Kleidungsstücke verändern oder fertig nähen. 🍷 Leitung: **Heike Schmäser**.

**DER ORT:** Wohnunterkunft Großlohering, Großlohering 54a, 22143 Hamburg  
**DIE TERMINE:** Ab 20. 8. 2018, Montag von 18.00 bis 21.00 Uhr

**KONTAKT:** 040 / 42841-2138 oder 040 / 677 49 92 (M. Grzempa) **KOSTEN:** 1 – 7 € pro Person/Termin (Selbsteinschätzung)