

Programm Januar 2026

Unsere Angebote sind kostenfrei!
!!!Spenden sind erwünscht!!!

samstags MITBRING-Frühstück 10.00 - 13 Uhr

Gemeinsam frühstücken. Wir machen den Kaffee/Tee und besorgen Brötchen. Bitte Belag mitbringen.

montags Nachbarschaftstreff 10.30 - 12 Uhr

Ein Treffen für alle zum Plaudern, Spielen, Basteln ... - bei Kaffee, Tee und Keksen. Einfach vorbeikommen und gern eigene Ideen, Anliegen, Themen mitbringen.

freitags Eltern-Kind-Treff 9.30 - 11 Uhr

Austausch, Ideen und Erfahrungen teilen in entspannter Atmosphäre für Eltern mit ihren Kleinen bis ca.3 Jahre.



Mo. 5. & 19.1. Achtsamkeit und Meditation 19 – 20.30 Uhr

Gemeinsam mit Übungen für Geist und Körper zu mehr Ruhe.
Teilnahmen nach Anmeldung (info@ifnun.de) bei freien Plätzen möglich.

alle 14 Tage

Di. 6. & 20.11. Offene Impro-Gruppe „Schräge Vögel“ ab 18.30 Uhr

Mit Spaß am Improvisieren versuchen wir verschiedene Spiele. Einfach vorbeikommen und mitmachen. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

alle 14 Tage

Do. 8.1. Treffpunkt Handarbeit ab 18 Uhr

Häkeln, stricken, sticken ... !
Eingeladen sind auch alle, die noch keine Profis sind.

jeden 2. Donnerstag im Monat



Fr. 9.1. Offene Mitgliederversammlung ab 19 Uhr

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen!

jeden 2. Freitag im Monat

Sa. 10.1. Kreativgruppe 14 - 17 Uhr

Erwachsene sind gemeinsam kreativ.

jeden 2. Samstag im Monat
Anmeldung: info@ifnun.de

So. 11. & 25.1. Achtsamkeit und Meditation 14 - 16 Uhr

Gemeinsam mit Übungen für Geist und Körper zu mehr Ruhe.
Teilnahmen nach Anmeldung (info@ifnun.de) bei freien Plätzen möglich.

alle 14 Tage

Alle Termine immer unter: www.freiraum-dahlhausen.de

Programm Januar 2026

Unsere Angebote sind kostenfrei!
!!!Spenden sind erwünscht!!!

Di. 13. & 27.1. **Smörrebröd** **ab 18.45 Uhr** *alle 14 Tage*
Die Gruppe macht herzhafte, fleischfreie Brotaufstriche.

Mi. 14.1. **Frühstück des Seniorenbüros Süd-West** **9 - 11 Uhr** *jeden 2. Mittwoch im Monat*
Anmeldung unter: 0234 58868555
Kostenbeitrag 5 €

Seniorenbüros
in Bochum



Do. 15.1. **Doppelkopf-Abend** **ab 18 Uhr** *jeden 3. Donnerstag im Monat*
In lockerer Runde pro Tisch zu zu viert, fünft oder sechst für drei Stündchen.

So. 18.1. **Treffpunkt Literatur** **17 bis 18.30 Uhr** *jeden 3. Sonntag im Monat*
Austausch von interessanten Buchtipps und auch Büchern.



Di. 20.1. **Kamishibai** **10, 10.30 & 11 Uhr**
für Kinder bis 3 Jahre mit ihrer erwachsenen Begleitung ca. 20 min.



Do. 22.1. **Musik-Stammtisch** **ab 18 Uhr** *jeden 4. Donnerstag im Monat*
Gemeinsames Musizieren! Bringt eure Liederbücher und Instrumente gern mit.

!NEU!

So. 25.1. **Tea Time Englisch Konversation** **ab 18.30 Uhr** *am 4. Sonntag im Monat*
Do you want to keep up your English but don't have anyone to practice with? Then join us for Teatime! We meet in a relaxed and friendly atmosphere to chat in English. It's very informal, but some basic language skills are required.



Fr. 30.1. **Queerer Tresen** **ab 20 Uhr** *monatliche Termine*
Nettes Beisammensein. Offen für alle.