

Dahlhausen, Dr.-C.-Otto-Straße 126, 44879 Bochum, www.freiraum-dahlhausen.de

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**

alle 14 Tage

Gemeinsam mit Übungen für Geist und Körper zu mehr Ruhe.

Teilnahmen nach Anmeldung (info@ifnun.de) bei freien Plätzen möglich.

**Di. 6. &
20.11.**

Offene Impro-Gruppe „Schräge Vögel“ ab 18.30 Uhr

alle 14 Tage

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

Do. 8.1.

Treffpunkt Handarbeit **ab 18 Uhr**

alle 14 Tage

Häkeln, stricken, sticken ... ! *jeden 2. Donnerstag im Monat*
Eingeladen sind auch alle, die noch keine Profis sind.



Fr. 9.1.

Offene Mitgliederversammlung ab 19 Uhr

jeden 2. Freitag im Monat

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen!



Sa. 10.1.

Kreativgruppe

14 - 17 Uhr

jeden 2. Samstag im Monat

Erwachsene sind gemeinsam kreativ.

Anmeldung: info@ifnun.de

**So. 11. &
25.1.**

Achtsamkeit und Meditation **14 - 16 Uhr**

alle 14 Tage

Gemeinsam mit Übungen für Geist und Körper zu mehr Ruhe.

Teilnahmen nach Anmeldung (info@ifnun.de) bei freien Plätzen möglich.

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

Dahlhausen, Dr.-C.-Otto-Straße 126, 44879 Bochum, 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 9 - 11 Uhr jeden 2. Mittwoch im Monat

Süd-West
Anmeldung unter: 0234 58868555
Kostenbeitrag 5 €



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, 11.30 & 11 Uhr

für Kinder bis 3 Jahre mit ihrer erwachsenen Begleitung ca. 20 min.

Do. 22.1. Musik-Stammtisch ab 18 Uh 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.