

## Programm August 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. 3. & 17.8.** **Achtsamkeit und Meditation** **19 – 20.30 Uhr**

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

*alle 14 Tage*

**Di. 4. & 21.8.** **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*



**Fr. 6.8.** **Spieleabend** **ab 18 Uhr** *normal am 1. Donnerstag im Monat*

Spiele mitbringen, altbekannte wiederentdecken und neue kennenlernen.

**!ACHTUNG!**  
Verschoben auf Freitag

**Sa. 8.8.** **Kreativgruppe** **14 - 17 Uhr** *jeden 2. Samstag im Monat*  
Erwachsene sind gemeinsam kreativ. Anmeldung: [info@ifnun.de](mailto:info@ifnun.de)

**So. 9. & 23.8.** **Achtsamkeit und Meditation** **14 - 15:30 Uhr** *alle 14 Tage*  
Gemeinsam mit Übungen für Geist und Körper zu mehr Ruhe.  
Teilnahmen nach Anmeldung ([info@ifnun.de](mailto:info@ifnun.de)) bei freien Plätzen möglich.

**Di. 11. & 25.8.** **Smörrebröd** **ab 18.45 Uhr**  
Die Gruppe macht herzhaftes, fleischofreies Brotaufstrich.



*alle 14 Tage*

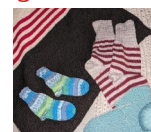
## Programm August 2026

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

**Mi. 12.8. Frühstück des Seniorenbüros 9 - 11 Uhr** *jeden 2. Mittwoch im Monat*  
**Süd-West** Anmeldung unter: 0234 58868555 **Kostenbeitrag 5 €**



**Do. 13.8. Treffpunkt Handarbeit ab 18 Uhr** *jeden 2. Donnerstag im Monat*  
Häkeln, stricken, sticken ... !  
Eingeladen sind auch alle, die noch keine Profis sind.

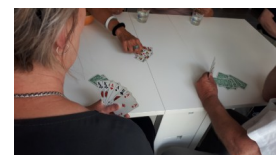


**Fr. 14.8. Offene Mitgliederversammlung ab 19 Uhr** *jeden 2. Freitag im Monat*  
**Alle Interessierten sind herzlich eingeladen!**

**So. 16.8. Treffpunkt Literatur 17 bis 18.30 Uhr** *jeden 3. Sonntag im Monat*  
Austausch von interessanten Buchtipps und Büchern.

**Fällt aus!**

**Do. 20.8. 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. 23.8. Tea Time Englisch Konversation ab 16.30 Uhr** *am 4. Sonntag im Monat*



Do you want to keep up your English but don't have anyone to practice with?

**Do. 27.8. Musik-Stammtisch ab 18 Uhr** *jeden 4. Donnerstag im Monat*  
Gemeinsames Musizieren! Bringt eure  
Liederbücher und Instrumente gern mit.



**Fr. 28.8. Queerer Tresen ab 20 Uhr**  
Tolle Menschen treffen sich zum Plausch, Austausch, Getränk. **Offen für alle!!!**