

## Gruppen

### Montag

11:00 – 12:00 Uhr	<b>Walk um die Außenmühle</b> Treff: Buskehre/Außenmühle (nicht am Ostermontag)	Michaela Springer
16:30 – 18:00 Uhr	<b>Chanten</b> 08.04./15.04./22.04./29.04. (in Kooperation mit dem Hafen) im Saal, HdK	Thomas Jüchter
18:15 – 20:15 Uhr	<b>Theatergruppe</b> 15.04./22.04./29.04. Teilnahme nach Absprache	Daniela Menge
16:00 – 17:30 Uhr	<b>Selbstverteidigungskurs</b> 08.04./22.04./ 22.04./26.04* *Achtung Termin am 26.04.ist freitags gleiche Uhrzeit Sporthalle 2.UG, HdK	Chris Lange

### Dienstag

17:00 - 19:00 Uhr	<b>Feierabendgruppe</b> im Gruppenraum	Louisa Leimbach- Michaelis, Thorben Walter, Michaela Springer
-------------------	---	--

### Mittwoch

10:00 – 11:30 Uhr	<b>Tanz und Meditation</b> 03.04./10.04./17.04./24.04. im Saal, HdK	Julia Cordes- Hashim
12:30 – 14:00 Uhr	<b>Dem Künstler über die Schulter schauen</b> 03.04./10.04./17.04./24.04. im Saal, HdK	Ralf Schwinge
15:00 – 18:00 Uhr	<b>Kreativgruppe</b> 03.04./10.04./17.04./24.04. im Saal, HdK	Ralf Schwinge
16:30 – 19:00 Uhr	<b>Männerkochgruppe</b> 03.04.	Michaela Springer

### Mittwoch

16:00 – 17:00 Uhr	<b>QiGong</b> 03.04./10.04./17.04./24.04. im Gruppenraum	Thorben Walter
-------------------	--	----------------

### Donnerstag

10:00 – 11:30 Uhr	<b>Mehr als Angst – Gruppe</b> 04.04. /11.04./18.04. im Gruppenraum	Svenja Thielen
17:00 – 18:30 Uhr	<b>Rhythmus und Gesang</b> 04.04. / 11.04./18.04./25.04 im Saal, HdK	Thomas Jüchter
17:30 – 19:00 Uhr	<b>Meditatives Tanzen</b> 18.04. (in der Brücke) geschlossene Gruppe	
19:00 – 20:30 Uhr	<b>Angehörigengruppe f. Partner von psychisch Erkrankten</b> 18.04. grüner Salon	Bettina von Döhren

### Freitag

14:00 – 15:00 Uhr	<b>Qigong</b> 05.04./12.04./19.04./26.04 im Saal, HdK	Thorben Walter
-------------------	---	----------------

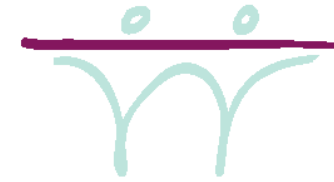
## Veranstaltungen

Di., 02.4.	16:30 – 17:30	Vollversammlung im Saal
So., 07.04.	14 - 16 Uhr	Stille Zeit mit Frühlingsmeditation mit Julia
Sa., 13.04.	19 – 22 Uhr	„Band Nordward Ho, Küstenrock in der Fischhalle zum Tanzen und Mitsingen /Treffen vorher in der Brücke mit Thomas.
So., 21.04.	15 Uhr	Spielenachmittag mit Louisa

[Weiter auf der Rückseite!](#)

- So., 28.04. 14- 16 Uhr Sonntagscafé mit Thorben im Saal
- So., 28.04. 16:15 Uhr Gefühlsflimmern "Mission Joy: Zuversicht und Freude in bewegten Zeiten" mit Thorben im Saal
- Di., 30.04. 17 – 19:30 Uhr Tanz in den Mai mit Julia und Louisa im Saal

**+**) Evangelisch-Lutherischer  
Kirchenkreis Hamburg-Ost



**Brücke Harburg**

**Treffpunkt für seelische Gesundheit**

## Offenes Angebot:

**Montagstreff 14:00 - 16:00 Uhr**  
mit Thomas Jüchter

**Dienstags-Café 14:30 - 16:30 Uhr**  
mit Michaela Springer und Thorben Walter

**Geburtstags-Café**  
Montag, 29.04. und Dienstag 30.04.



**Programm April 2024**

### Haus der Kirche, Hölertwiete 5, 21073 Hamburg

direkt an der S-Bahn-Station Harburg/Rathaus

Web: [www.brueckeharburg.de](http://www.brueckeharburg.de)

Nähere Informationen zu allen Angeboten sowie eine Anmeldung dazu  
(erforderlich für die Teilnahme) im Café oder direkt beim Team.

<p><b>Thomas Klöppel</b> <a href="mailto:t.kloeppeel@kirche-hamburg-ost.de">t.kloeppeel@kirche-hamburg-ost.de</a> 040 / 519 000 – 955</p>	<p><b>Thorben Walter</b> <a href="mailto:t.walter@kirche-hamburg-ost.de">t.walter@kirche-hamburg-ost.de</a> 040 / 519 000 – 956</p>
<p><b>Michaela Springer</b> <a href="mailto:m.springer@kirche-hamburg-ost.de">m.springer@kirche-hamburg-ost.de</a> 040 / 519 000 - 957</p>	<p><b>Louisa Leimbach-Michaelis</b> <a href="mailto:l.leimbach-michaelis@kirche-hamburg-ost.de">l.leimbach-michaelis@kirche-hamburg-ost.de</a> 040 / 519 000 - 958</p>
<p><b>Svenja Thielen</b> <a href="mailto:s.thielen@kirche-hamburg-ost.de">s.thielen@kirche-hamburg-ost.de</a> 040 / 519 000 - 956</p>	<p><b>Ralf Schwinge</b> <a href="mailto:r.schwinge@kirche-hamburg-ost.de">r.schwinge@kirche-hamburg-ost.de</a> 040 / 519 000 - 957</p>
<p><b>Thomas Jüchter</b> <a href="mailto:t.juechter@kirche-hamburg-ost.de">t.juechter@kirche-hamburg-ost.de</a> 040 / 519 000 - 958</p>	<p><b>Julia Cordes-Hashim</b> <a href="mailto:j.cordes-hashim@kirche-hamburg-ost.de">j.cordes-hashim@kirche-hamburg-ost.de</a> 040 / 519 000 – 958</p>

Wir freuen uns über Spenden für unsere Arbeit  
Kontoinhaber: Ev.-Luth. Kirchenkreis Hamburg-Ost  
IBAN: DE36 5206 0410 0406 4021 00

