

# Angebote im Vingster Treff

## August - Dezember 2023

### Veranstaltungen

#### Kreatives Gestalten mit Aquarell

ab 25.08. (6 Termine) Freitags 10-12 Uhr  
Süheyla Uğur  
Materialkosten: 3 Euro

#### Grünes Vingst - unser Veedel wird schöner

25.08., 22.09., 27.10. Freitags 16-18 Uhr  
Pia Zander

#### Wasser - Gesundes Trinken im Alter

01.09. Freitag 15-16 Uhr  
Dagmar Kautz, Verbraucherzentrale NRW  
Fatma Dik-Thiel, Gizem Günay

#### Fahrradkurs für Frauen

22.09. bis 24.09., 10-15 Uhr  
im Et Sozi, Heßhofstraße 43  
Eva Schmitz  
Kostenbeitrag: 15 Euro

#### Sport-Camp in den Herbstferien

für Kinder von 6-12 Jahren  
02.10. bis 06.10., 11-15 Uhr

#### Erste Generation-Dokumentarfilm Mehrsprachiger Filmabend

05.10. Donnerstag 17-19.30 Uhr  
Gülstan Çaçan

#### Gesund essen mit wenig Geld

19.10. Donnerstag 10-12 Uhr  
Sonja Henke, Susanne Nassua  
Verbraucherzentrale NRW

#### Erste Hilfe am Kind

26.10. Donnerstag 10-12 Uhr  
Johanniter e.V.

#### Bürgergeld

#### Fortbildung für Fachkolleg:innen

09.11. Donnerstag 9.30-16 Uhr  
Uwe Klerks, Rechtsanwalt  
Kostenbeitrag: 75 Euro

#### Fit mit 60plus

#### Fit - 60 Yaş ve Üstü

10.11. Freitag 15-17 Uhr  
Julia Althof, Fatma Dik-Thiel

#### Bundesweiter Vorlesetag

Motto: Vorlesen verbindet  
17.11. Freitag 16-18 Uhr  
Yuliya Kyoseva, Gülsten Temur

#### Natürliche Duftkerzen selbst gießen Workshop

30.11. Donnerstag 10-12 Uhr  
Patricia Duda

#### Schritt für Schritt in den passenden Beruf

06.12. Mittwoch 10-12 Uhr  
Petra Buchheim

### Regelmäßige Angebote

#### Väter-Kind-Gruppe

13.08., 10.09., 15.10., 05.11., 03.12.  
Sonntags 12.30-14.30 Uhr mit Sefa Tanik  
Anmeldung: Gülsten Temur

#### Digital unterwegs?! - Smartphone, Tablet, PC

ab 25.08. 14-tägig Freitags 13-16 Uhr  
mit Mehmet Ulaş  
Anmeldung: Gülstan Çaçan



#### Sportzeit

Offenes Sportangebot für Kinder von 6-12 Jahren  
Bolzplatz, Würzburger Straße  
Mittwochs 16-18 Uhr

Sonntags 11-14 Uhr  
20.08., 24.09., 22.10., 19.11., 10.12.

mit **Familiencafé**, Gülsten Temur und Julia Althof

#### Miteinander im Veedel

Donnerstags 10-12 Uhr  
mit Ayaç Şimşek  
Anmeldung: Patricia Duda

#### Vingster Nähkästchen

Montags, ab dem 04.09., 10-12 Uhr

#### Nähkurs

04.09. bis 23.10. und 30.10. bis 04.12.  
Montags 12.15-14.30 Uhr mit Martina Pütz  
Materialkosten: 8 Euro  
Anmeldung: Patricia Duda

#### Pilates

23.08. bis 27.09. und 18.10. bis 29.11.  
Mittwochs 11-12 Uhr mit Daria Nadtochii  
im Et Sozi, Heßhofstraße 43  
Kostenbeitrag: 10 Euro  
Anmeldung: Julia Althof

#### Frauencafé mit Frühstück

jeden 1. und 3. Donnerstag 10-12 Uhr  
mit Patricia Duda

#### Kulturcafé

Dienstags 16.45-18.30 Uhr  
Siham Jemaiel  
Anmeldung: Patricia Duda

#### Angebote für Senior:innen

Anmeldungen bei Julia Althof

#### Zusammen Singen

jeden 3. Montag 15-16.30 Uhr mit Martin Herrmann

#### Gymnastik – aktiv im Alter

Dienstags 11-12 Uhr mit Julia Althof

#### Gedächtnistraining

Mittwochs 15-17 Uhr

#### Spielenachmittag

Donnerstags 14-17 Uhr mit Margot Wodzak

#### Senior:innen aus aller Welt

Freitags 15-17 Uhr mit Fatma Dik-Thiel