

Vereine im HudL

regelmäßig 19:00 – 21:00 Uhr
an jedem 2. Montag im Monat (April- Sept.)
an jedem 2. und 4. Donnerstag (Okt.-März)
ADFC

dienstags 10:00 – 12:00 Uhr
Biochemischer Verein mit Erhard Strathmann
Vorträge nach Ankündigung

regelmäßig 19:30 – 21:00 Uhr
an jedem 1. Montag (Kreisgruppe)
an jedem 3. Montag (Stadtgruppe)
BUND/BNU

mittwochs 18:00 – 19:30 Uhr
Kneippverein Yoga mit Andreas Büter

freitags 15:00 – 16:00 Uhr
Kneippverein Gymnastik
mit Renate Schlickmann und Roswitha Thüner

regelmäßig 19:30 – 21:00 Uhr
an jedem 4. Freitag im Monat
Attac-Gruppe Herford mit Dirk Lohmeyer

Selbsthilfegruppen

montags 19:30 – 21:30 Uhr
Freundesgruppe Suchtkrankenhilfe
mit Dieter Verhülsdonk

mittwochs 19:00 – 21:00 Uhr
Abstinenter Lady Club mit Brigitte Schröder

regelmäßig 17:30 – 19:00 Uhr
an jedem 1. und 3. Donnerstag im Monat
SHG Schmerzhilfe Herford mit Manfred Wessel
Vorträge nach Ankündigung

regelmäßig 16:00 – 17:30 Uhr
an jedem 4. Donnerstag im Monat
SHG Macula mit Wolfgang Frischmuth

regelmäßig 15:00 – 17:00 Uhr an jedem 2. Freitag im Monat
Tremor Selbsthilfe mit Hermann Grassl

Raumvergabe

Das HudL vergibt Räume
für Kurse, Tagungen, Fortbildungen
und Ihren privaten Anlass
– das Café HudL sorgt gern für die Bewirtung.

Information und Buchung
Christina Büscher
Telefon 05221 / 189 – 1013

Bewirtung Laura Christe
Telefon 05221/189 – 1016

Veranstaltungen

Im HudL ist immer etwas los.
Sie möchten sich für eine Fahrt anmelden,
über den nächsten Flohmarkt stöbern,
beim monatlichen Tanztee das Tanzbein
schwingen oder sich durch interessante
Vorträge weiterbilden?
Informationen zu unserem vielfältigen
Veranstaltungsangebot entnehmen Sie bitte
unserem roten Quartalsprogramm oder
unserer Homepage.

**Leitung Veranstaltungen und
Bürgerschaftliches Engagement**
Hartmut Giebel
Telefon 05221/189 – 1011



Mit Unterstützung des Fördervereins
Haus unter den Linden e.V.

Spende und Mitgliedsbeitrag
Sparkasse Herford

BLZ 49 450 120
Konto-Nr. 100 070 572
IBAN DE 85 4945 0120 0100 0705 72

HudL Bürgerzentrum
Haus unter den Linden

HudL Bürgerzentrum
Haus unter den Linden

Info

Anschrift Unter den Linden 12 | 32052 Herford
Homepage www.hudl.herford.de

Öffnungszeiten
Mo - Do 8:30 – 16:00 Uhr
Fr 8:30 – 14:00 Uhr

Sa und So nach Ankündigung
Gruppen und Kurse nach Vereinbarung bis 22 Uhr

Kontakt
Infotheke 05221 / 189 – 1015
Fax 05221 / 189 – 1029
Hartmut Giebel 05221 / 189 – 1011
hartmut.giebel@herford.de
Christina Büscher 05221 / 189 – 1013
christina.buescher@herford.de

Beratungsbüros
Gehörlosenberatung 05221 / 189 – 1021
emma 05221 / 189 – 1022
Wir für Uns 05221 / 189 – 1023

Café

Öffnungszeiten
Mo – Fr 9:30 – 17:00 Uhr
Sa und So nur nach Ankündigung
oder für Gruppen nach Vereinbarung

Mittagstisch
Mo - Fr 12:00 – 14:00 Uhr
nach Speiseplan

Kontakt
Laura Christe 05221 / 189–1016
cafe.hudl@eis-ggmbh.de

Treffpunkt
Gruppen | Kurse | Vereine

2015 | 2016
www.HudL.Herford.de

! wie engagiert. herford

Beratung

dienstags 15:00 – 17:00 Uhr
Gehörlosenberatung
mit Ralf Isermann, Tel. 05221/189-1021

mittwochs 10:00 – 12:00 Uhr
emma – Ehrenamt macht Menschen Aktiv
Informationen und Beratung zum Ehrenamt
mit dem emma-Team
Tel. 05221/189-1022 www.emma-herford.de

freitags 10:00 – 13:00 Uhr
Wir für Uns – Senioren beraten und
schreiben für Senioren
mit Gisela Niemeier, Bärbel Funk,
Hildegard Ruschke und Renate Kott
Tel. 05221/189-1023

Computerstudio

montags bis freitags
diverse **Computergruppen und Kurse**
Informationen über das aktuelle
Kursangebot erhalten Sie auf Anfrage.

freitags 9:00 – 10:00 Uhr | 10:00 – 13:00 Uhr
Mausführerschein | Einführung in das Internet
Kurse mit P. Wagner und A. Klein
bitte anmelden

Gesprächskreise

regelmäßig 9:30 – 12:00 Uhr
an jedem 1. und 3. Mittwoch im Monat
Frauentreff mit Monika Wörmann

regelmäßig 19:00 – 21:30 Uhr
an jedem 2. Mittwoch im Monat
Literaturkreis mit Dr. Karin Terberger

regelmäßig 14:30 – 16:30 Uhr
an jedem 2. und 4. Freitag im Monat
Kabarett-Werkstatt mit Ursula Schommer

Gemeinschaften

montags 14:00 – 17:00 Uhr
Union Hilfswerk mit Rita Otten

montags 14:30 – 17:00 Uhr
Rommétreff

dienstags 14:00 – 17:00 Uhr
Offene Skatrunde mit Werner Kuhn

regelmäßig 12:00 – 17:00 Uhr
an jedem 1. und 3. Mittwoch im Monat
Seniorentreff mit Edith Beckmann

regelmäßig 15:00 – 17:00 Uhr
an jedem 1. Mittwoch im Monat
Bund der Danziger e.V. mit Walter Kunkel

Musikgruppen

dienstags 10:00 – 11:30 Uhr | 18:00 – 19:30 Uhr
Dusch- und Badewannensingen
Offenes Singen mit Catherine Jolles

mittwochs 10:00 – 12:00 Uhr
HudL-Chor mit Edda Sußdorf

donnerstags 19:15 – 21:00 Uhr
Männerchor Elverdissen-Laar e.V.
mit Fritz Honermeier

freitags 10:00 – 11:00 Uhr (nach Absprache)
Gitarrenspielkreis mit Brunhild Paul

freitags 11:00 – 12:15 Uhr (nach Absprache)
Musikensemble mit Nikolai Bergen

Kegeln

Die Kegelbahn steht Gruppen für regelmäßige
Treffen oder für Einzeltermine zur Verfügung.
Die Aufnahme in eine Gruppe ist auf Anfrage
möglich.
Terminvergabe im Café
Telefon 05221/189-1016

Kreativgruppen

Holzwerkstatt

montags 9:00 – 12:00 Uhr (mit Udo Benstrup)
dienstags 9:00 – 12:00 Uhr (mit Dieter Verhülsdonk)
mittwochs 14:00 – 17:00 Uhr (mit Dieter Verhülsdonk)

dienstags und donnerstags | 14:00 – 17:30 Uhr
Drechselwerkstatt mit Erhard Klose

dienstags 14:00 – 17:00 Uhr
Handarbeitsgruppe
mit Hildegard Lange und Marianne Klemmt

dienstags 14:00 – 17:00 Uhr
AWO Handarbeitsgruppe
mit Herta Schnieder

regelmäßig 14:30 – 16:30 Uhr
14-täglich am Mittwoch
Werkstatt Bärenbasteln mit Christel Krüger

mittwochs 19:30 – 21:00 Uhr (nach Absprache)
Frauenschreibwerkstatt
mit Helga Hindemith

Sprachkurse

montags bis donnerstags | vormittags und abends
Englischkurse
Mortimer English Club mit Roger Stace
Das Kursangebot erhalten Sie auf Anfrage.

Sport | Gesundheit

montags 9:30 – 12:00 Uhr
Radfahrgruppe mit Fred Klose

montags 9:30 – 10:30 Uhr
Tai Chi mit Gerd Kopsieker

montags 10:45 -12:00 Uhr
Selbstbehauptung für Ältere
mit Gerd Kopsieker und Hartmut Giebel

montags 15:30 – 17:00 Uhr
Tischtennis Herrengruppe

Sport | Gesundheit

montags 18:00 - 19:00 Uhr
Reha-Tanzen mit Bettina Riedel

montags, dienstags und freitags | Uhrzeit auf Anfrage
Gymnastik des Kreissportbundes
verschiedene Kurse mit Marianne Kammeier

dienstags, donnerstags und sonntags | 9:30 – 11:00 Uhr
Nordic Fitness mit Siegrid Langenheder
und Annegret Gieselmann
Treffpunkt: Tierpark Waldfrieden

dienstags 11:30 – 12:30 Uhr
Atemgymnastik mit Marianne Kammeier

donnerstags 14:30 – 15:30 Uhr
Lachyoga mit Andrea Betke

mittwochs 11:30 – 12:30 Uhr
HudL-Gymnastik mit Marianne Kammeier

mittwochs 19:45 – 20:45 Uhr
Boxaerobic VHS-Kurs

mittwochs 20:45 – 21:45 Uhr
Bodyforming VHS-Kurs

donnerstags 9:30 – 10:30 Uhr
Qi Gong mit Gerd Kopsieker

donnerstags 11:00 – 12:00 Uhr
Wirbelsäulen-Gymnastik
mit Marianne Kammeier

donnerstags 14:30 – 15:30 Uhr | 15:30 – 16:30 Uhr
Gedächtnistraining mit Matthias Schmidt

donnerstags 18:15 – 19:45
Yoga mit Lucia Lelie (nach Absprache)

freitags 16:15 – 17:45 Uhr (nach Ankündigung)
Meditatives Tanzen mit Ursula Witte

freitags 18:00 – 19:00 Uhr
Qi Gong für Berufstätige mit Gerd Kopsieker