

L I N
D E N
H O F



Programm 1. Hälfte Februar 2026

MONTAG, 26. JANUAR

09.00–11.30 Internationaler Hobby Nähtrreff

DIENSTAG, 27. JANUAR

08.30–11.30 Sozialberatung Soziale Dienste
09.00–11.00 Deutsch sprechen

MITTWOCH, 28. JANUAR

09.00–11.00 Deutsch sprechen
14.00–16.00 Tigrinisch für Kinder
16.30–17.30 Quartier-Büro

DONNERSTAG, 29. JANUAR

08.30–11.00 Beratung für Familienplanung,
Schwangerschaft & Sexualität¹
09.30–11.00 Frauencafé
10.00–11.00 Quartier-Büro
18.00–19.00 Zumba (Sporthalle Lindenhof)²
19.00–20.00 Yoga

FREITAG, 30. JANUAR

09.00–11.00 Quartier Z'morge

SONNTAG, 1. FEBRUAR

09.30–11.00 Meditation und Entspannung
14.00–16.30 Sonntagstreff

MONTAG, 2.FEBRUAR

09.00–11.30 Internationaler Hobby Nähtrreff
15:30 – 17:00 Schenk mir eine Geschichte

DIENSTAG, 3.FEBRUAR

08.30–11.30 Sozialberatung Soziale Dienste
09.00–11.00 Deutsch sprechen

MITTWOCH, 4.FEBRUAR

09.00–11.00 Deutsch sprechen
14.00–16.00 Tigrinisch für Kinder
16.30–17.30 Quartier-Büro

DONNERSTAG, 5.FEBRUAR

08.30–11.00 Beratung für Familienplanung,
Schwangerschaft & Sexualität¹
09.30–11.00 Frauencafé
10.00–11.00 Quartier-Büro
18.00–19.00 Zumba (Sporthalle Lindenhof)²
19.00–20.00 Yoga

SONNTAG, 8.FEBRUAR

09.30–11.00 Meditation und Entspannung