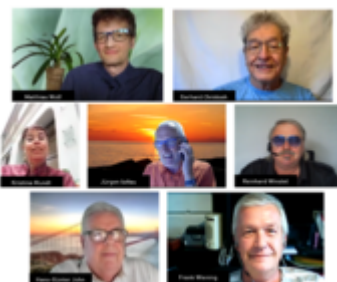


15.02.2024

Ein neues Gerät einrichten



Sie haben ein neues Smartphone, ein neues Tablet, einen neuen Laptop oder einen neuen Computer? Wenn Sie Fragen zu den neuen Geräten haben - oder [...]

[MEHR](#)

15.02.2024

Qi Gong



Qi Gong bedeutet: Übungen zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und zum Abbau von Stress, Stabilisierung des Kreislaufs und Blockaden lösend. Qi [...]

[MEHR](#)

15.02.2024

Stadtteil-Bibliothek Gartenstadt: Time to play



Gezockt wird auf der Spielekonsole Nintendo Switch. Ab 8 Jahren. Benötigt wird die Nutzungserlaubnis der Eltern. Anmeldung unter 0621 504-2588 [...]

[MEHR](#)

15.02.2024

Bitterstoffe – Bodyguards für unsere Gesundheit



Bitterstoffe sind allesamt basisch und wirken als natürliche „Essbremse“. Sie kurbeln die Fettverdauung an und sind ein essentieller Gegenpol zum ständigen [...]

[MEHR](#)

15.02.2024

Geschichtenentdecker

Geschichten, Rätsel, Basteln, Vermittlung von Medienkompetenz und Lesetipps für Kinder von 9 bis 12 Jahren. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. Deshalb ist [...]

[MEHR](#)



15.02.2024

Atemübungen und Energiearbeit



Wer hat Lust, innezuhalten vom Alltag? Sich positiv aufzuladen mit neuer Energie? Durch gemeinsame Atemübungen und die Bewegung unseres Körpers kommen wir [...]

MEHR