



HudL Café

Das HudL-Café bietet ●●●

- Individuelles **Frühstück** – auch für Langschläfer
- Montag bis Freitag einen frisch gekochten **Mittagstisch**, einen **Tipp des Tages** sowie einen nach Hausfrauenart gekochten **Eintopf**
- Saisontypische **Suppen**



- Zahlreiche **Kaffeespezialitäten und Heißgetränke**
- Abwechslungsreiche, meist hausgemachte **Kuchen und Torten**, passend zur Jahreszeit

- Freundlichen **Service** und ein nettes Team, das gern auf die Wünsche der Gäste eingeht
- einfach einen gemütlichen Ort zum Verweilen und Begegnen **für Menschen jeden Alters!**

HudL

Bürgerzentrum
Haus unter den Linden

Info
Infotheke
Öffnungszeiten Mo - Fr 9.30 - 16 Uhr
Telefon 05221 / 189-1015

Information und Buchung
Raumvergabe
Das HudL vergibt Räume für Kurse, Tagungen, Fortbildungen und Ihren privaten Anlass - und sorgt für die Bewirtung. Für Gruppen haben wir besonders günstige Angebote.
Telefon Christina Walter 05221 / 189-1013

Informationen
Treffpunkt
zu regelmäßig stattfindenden Angeboten erhalten Sie in unserem Faltblatt **Treffpunkt** Arbeits- und Interessengruppen.
Telefon Hartmut Giebel 05221 / 189-1011

Spende
Sparkasse Herford
BLZ 494 501 20
Konto-Nr. 100 070 572



Förderverein Haus unter den Linden e.V.

HudL

Bürgerzentrum
Haus unter den Linden

Info
Anschrift Unter den Linden 12
32052 Herford
www.HudL.Herford.de

Öffnungszeiten Mo - Do 9 - 17 Uhr | Fr 9 - 14 Uhr
Gruppen und Kurse nach Vereinbarung bis 22 Uhr

Kontakt
05221 / 189-100
05221 / 189-1011
e-mail hartmut.giebel@herford.de
05221 / 189-1013
e-mail christina.walter@herford.de

05221 / 189-1021
05221 / 189-1022
05221 / 189-1023

Fax

Öffnungszeiten Café
Mo - Fr 10 - 17 Uhr
Sa nur nach Ankündigung
So 14 - 17.30 Uhr
und nach Ankündigung für Gruppen auch nach Vereinbarung

Mittagstisch nach Speiseplan
Mo - Fr 12 - 14 Uhr

Kontakt Marita Hüsemann
05221 / 189-1016
marita.huesemann@herford.de

Druck mit Unterstützung des Fördervereins Haus unter den Linden e.V.

HudL

Bürgerzentrum
Haus unter den Linden

Programm

Januar bis
März 2012
www.HudL.Herford.de

Das HudL ist auch
Ladestation für E-Bikes



o! wie engagiert. herford

Januar 2012

- So **08.01.** 14 Uhr **HudL-Café** geöffnet
- Di **10.01.** 15 Uhr Ausstellungseröffnung **Bebilderte Aphorismen** von Annemarie Dragansky
- Do **12.01.** 14:30 Uhr Schnupperstunde **Gedächtnistraining** mit Matthias Schmidt
19 Uhr **Literaturkreis** mit Karin Terberger
- So **15.01.** 14 Uhr **Tanztee** mit Peter Pastore
- Mo **16.01.** 10:45 Uhr Schnupperstunde **Basistechniken der Selbstverteidigung** mit Gerd Kopsieker und Hartmut Giebel, bitte anmelden
- Di **17.01.** 15 Uhr **Entspannung mit Klangschalen** Infoveranstaltung mit Sabine Wiederrich
- Mi **18.01.** 15 Uhr **Liliane Tomasko – Luminous matter** Führung im Pöppelmann-Haus, 5 € bitte anmelden
- Do **19.01.** 15 Uhr **15 Jahre Natur im HudL** Vor- und Rückblick mit Johannes Philippsen bitte anmelden
- So **22.01.** 10 Uhr **Irish Folk** zum Neujahrsfrühstück mit Dave McClusey Clarke, VVK 12 € (ab 04.01.) TK 15 € (Buffet & Konzert)
- Mo **23.01.** 9:30 Uhr Schnupperstunde **Tai Chi** mit Gerd Kopsieker
- Do **26.01.** 9:30 Uhr Schnupperstunde **Qi Gong** mit Gerd Kopsieker
- Fr **27.01.** 15 Uhr Vortrag des Biochemischen Vereins **Sehen im Alter** mit Wolfgang Wessels, Augengesundheitsexperte und -optiker
- Sa **28.01.** 14 Uhr Tagesfahrt zur **RILA Feinkostwelt in Stemwede/Levern** mit Ruth Uebel und Christel Redeker, 21,50 € (Fahrt, Führung, Kaffee & Kuchen), bitte anmelden

- Fr **27.01.** 16:15 Uhr Kursbeginn **Meditatives Tanzen** mit Urlusa Witte
- So **29.01.** 15 Uhr Diavisionsshow **Romantische Straße** mit Günter Hagemeyer, Eintritt 3 €
- Di **31.01.** 15 Uhr **Asche und Gold – Eine Weltenreise** MARTa-Führung, 8 € inkl. Kaffee und Kuchen, bitte anmelden

Februar 2012

- Mi **01.02.** 14 Uhr **Tanztee** mit Frank Schlüter
- Do **02.02.** 18:30 Uhr **Offenes Atelier** malen in Kooperation mit der Lebenshilfe (Ort: Wittekindshof, Salzufler Str. 3), bitte anmelden
- Fr **03.02.** 11 Uhr **Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten** Infoveranstaltung mit „Wir für Uns“, bitte anmelden
- Sa **04.02.** 11 Uhr HudL-Indoor **Spielsachen- und Kinderbekleidungs-flohmarkt**, Standgebühr 8 € Anmeldung ab 04.01.12
- So **05.02.** 14 Uhr **Mensch ärgere Dich nicht** Turnier in Kooperation mit der Lebenshilfe Herford, bitte anmelden
- Mi **08.02.** 17 Uhr Arztvortrag **Schwerhörigkeit** mit Dr. Holger Wrede
- Sa **11.02.** 10:30 Uhr Tagesfahrt zum **Grünkohlessen und Porzellanmanufaktur in Fürstenberg** mit Ruth Uebel und Christel Redeker, 31,50 € (Fahrt, Essen, Eintritt) bitte anmelden
- So **12.02.** 15 Uhr **HudL für Kinder** mit der Lila Bühne, Karten VVK ab 16.01. Kinder 3 €/Erw. 5 €
15 Uhr **Filou, das Känguruh**
16:30 Uhr **Blub-Blub-Blubber blu**
- Do **16.02.** 14 Uhr **Weiberfastnachtstanzee** mit Peter Milev – HudL & Caritas feiern Karneval

- So **19.02.** 14 Uhr **Preisskat** 5 € Startgebühr, bitte anmelden
- Mo **20.02.** 15 Uhr **Rosenmontagsgaudi** mit den Musikfreunden Zeitlos
- Di **21.02.** 15 Uhr Infoveranstaltung **Homebanking** mit Sven Pohlmann, Sparkasse Herford
19 Uhr Erlebnisvortrag **Wer bin ich und wenn jawie viele?** mit Dr. Manfred Hohloch, Eintritt 8 €/erm. 5 €
- Do **23.02.** 20 Uhr **Großes Kino. Jetzt in 3D** Kabarett mit den Mindener Stichlingen VVK 13 €/AK 15 € Karten ab 16.01. im HudL und in der Buchhandlung Otto
- Sa **25.02.** 15 Uhr **Dekoratives aus Moosgummi** basteln in Kooperation mit der Lebenshilfe (Ort: Beratungsstelle Tribenstr. 12) bitte anmelden
- So **26.02.** 14 Uhr **HudL-Café** geöffnet
- Di **28.02.** 15 Uhr Tonbildschau **Vogelleben im Frühjahr** mit Wolfgang Wrenger, Eintritt 3 €

HudL Tipp

März 2012

- Do **01.03.** 15 Uhr Ausstellungseröffnung **Assemblagen – Objektkunst** von Jürgen E. Wagner
18 Uhr Vortrag Schmerzhilfe Herford **Wie komme ich zur richtigen Pflegestufe?** mit Michael Scholz, Caritas
- Fr **02.03.** 11 Uhr **Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten** Infoveranstaltung mit „Wir für Uns“, bitte anmelden
- So **04.03.** 15 Uhr Bildervortrag **Pettycoat und Nierentisch** Erinnerungen an die 50er Jahre mit Hans-Georg Schwarz, Eintritt 3 €

- Di **06.03.** 15 Uhr Infoveranstaltung **Aufstellungsarbeit** Schwierige Lebenssituationen meistern mit Ute Heinemann
- Mi **07.03.** 14 Uhr **Tanztee** mit Peter Pastore
- Sa **10.03.** 11 Uhr HudL-Indoor **Medienflohmarkt** Standgebühr 8 €, Anmeldung ab 04.01.
- So **11.03.** 14:30 Uhr **Behinderte Liebe** Kurzfilme zum Thema Liebe und Sexualität von Menschen mit Behinderung in Kooperation mit der Lebenshilfe Eintritt 1 €
- Mi **14.03.** 18 Uhr Vortrag Biochemischer Verein **Herz-Kreislaufkrankungen** und ihre Behandlung mit Kai Oldmanns, Heilpraktiker
- So **18.03.** 14 Uhr **Tanztee** mit Wilfried Alff
- Di **20.03.** 15 Uhr **Diabetes – die Süße des Lebens** Infoveranstaltung mit Heilpraktikerin Meike Wachholz
- Sa **24.03.** 15 Uhr **Basteln für Ostern** in Kooperation mit der Lebenshilfe (Ort: Beratungsstelle Tribenstr. 12), 8 € inkl. Material bitte anmelden
- So **25.03.** 10 Uhr **Neue deutsche Chansons** zum Kulturfrühstück mit Hendrik „Henk“ Neubauer Karten VVK 11 €/TK 14 € (Buffet & Konzert)
- Mi **28.03.** 15 Uhr Diavisionsshow **Ungarn** mit Günter Hagemeyer, Eintritt 3 €
- Do **29.03.** 7 Uhr Tagesfahrt zum **Düsseldorfer Landtag** mit Ruth Uebel und Christel Redeker, 14 € (Fahrt, Plenarsitzung und Stadtrundfahrt), bitte anmelden
- So **01.04.** 15:30 Uhr Bilderreise **April, April, unglaublich aber wahr** mit Mathias Polster, 5 € inkl. Kaffee und Kuchen