

COACHING, BERATUNG, AUSTAUSCH

BUSINESS COACHING, TRAININGS, WORKSHOPS

Reflexion, Neuorientierung, Führung, Konflikte, Mitarbeiterentwicklung, Teamentwicklung, Visionsfindung, Zielsetzung, Strukturierung, Kommunikation. Für Einzelpersonen & Gruppen, Termine nach Absprache.

Kontakt:

isa.Hauke@hauke-beratung.de, 0176/25 25 92 40

GRÜNDUNG, TRANSFORMATION, ENGAGEMENT

AngerWERK - Beratung, Qualifizierung, Vernetzung für gemeinwohlorientierte Gründer*innen, Selbständige, Engagierte und Unternehmen.

Mehr Infos & Aktuelles: www.angerwerk.de

Individuelle Termine auf Anfrage unter mail@angerwerk.de

SPRACH-CAFÉ

Neue Kontakte, nette Gespräche, deutsch sprechen üben oder anderen dabei helfen!

Jeden Donnerstag 9-12 Uhr - ohne Anmeldung

Kontakt: Vera Hofmann, hallo@smza.de

VERHÜTUNG MAL ANDERS

Natürlich verhüten

Ganz ohne Hormone, zuverlässiger als die Pille.

Baby-Making-Time

Lerne Dein persönliches Fruchtbarkeitsfenster kennen & finde die optimale Zeit. Individuelle Beratung & Begleitung.

The Power of ME - Teenie Time

Was geschieht in meinem Körper?

Fruchtbarkeit & Co, was hat das mit mir zu tun?

Persönlichkeitsstärkung - wer bin ich?

Vorbereitung auf die erste Periode & den Zyklus.

Kontakt: kontakt@natuerlich-hormonfrei.de

www.natuerlich-hormonfrei.de



MINT-Bildung
und MakerSpaces
in der Uckermark

KONTAKT

Dirk Messer
03331 / 296978-401
dirk@freiraum.one
www.freiraum.one

OFFENE WERKSTATT

Freitag ab 14 Uhr

Bring Dein Projekt mit, lerne andere Maker und Hacker kennen. Ohne Anmeldung.

REPARATURCAFÉ

20.06., 26.09., 28.11. 2025

OPEN LAB

Montags ab 14 Uhr

Spielend Technik lernen für
Forschungsreisende von 9-99 Jahren.

Für alle!

FAHRRAD REPARATUR-STATION

Am Haus mit Zukunft steht eine jederzeit für alle zugängliche Selbsthilfe Reparatur-Station, mit der man am eigenen Fahrrad/Rollstuhl/Kinderwagen die Luft aufpumpen oder mit den Werkzeugen kleinere Reparaturen vornehmen kann.



GARTEN MIT ZUKUNFT

Der Gemeinschaftsgarten hinter dem Haus mit Zukunft lädt zum Mitgärtnern, Pflanzen, Ernten, zum Spielen oder einfach zum Verweilen ein.

In der Gartensaison findet jeden Freitag ab 15 Uhr ein ungezwungenes Treffen aller Garten-FreundInnen statt, neue Mit-GärtnerInnen sind jederzeit herzlich willkommen!



ANGEBOTE 2026

**Bewegung, Entspannung, Kunst, Handwerk,
Technik, Coaching, Beratung, Kurse,
Stammtische, Workshops u.v.m.**

gültig ab 01/26
Änderungen vorbehalten

Schwedter Straße 14
EG + 1.OG
16278 Angermünde

Leider aktuell nicht barrierefrei

www.hausmitzukunft.org



HausmitZukunft

KUNST, HANDWERK, KREATIVES

WOLLWERKSTATT

Wolle kämmen, Spinnen, Stricken, Ideen austauschen.

Montags ab 16 Uhr

Anmeldung: Ulrike Fritz, 01520 455 37 42
ulifrulli.fritz@googlemail.com

NÄHKURSE

Lerne viele Techniken rund ums Nähen, gern auch am mitgebrachten Projekt.

Donnerstags um 17 Uhr und um 19 Uhr;

nach Absprache am Dienstag, Mittwoch ab 15 Uhr oder Freitag ab 14 Uhr möglich.

Anmeldung: Susann Pester, 0152 53 77 17 16 oder
susann.pester@mein.gmx

OFFENER WERKRAUM

Alle zwei Wochen im Wechsel montags und freitags gibt es das offene Atelier von 18.30 - 20.30 Uhr.

Herzliche Einladung, kostenlos teilzunehmen. Jeder kommt mit seiner kreativen Idee oder schließt sich anderen Ideen an. Info & **Anmeldung:**

kathrinbrueggemann@web.de

GLASKUNST

Glasschmelzverfahren & Fusing - Kurse, Verkauf von Glaskunst

Raum für eigene Experimente:

Jeden Mittwoch, 13-16 Uhr

Anmeldung & Infos: Monika Schuh

Tel: 0162 2167007

mo.schuh@t-online.de

Auch für Kinder
und Jugendliche

VOCAL GROOVEN

Mit unseren Stimmen Musik & Beats improvisieren, spielerisch & kreativ Musik gestalten. Einfach ausprobieren!

1x im Monat am Donnerstag, 18-20 Uhr

Anmeldung & Infos unter vocal-grooving@web.de oder bei Sarah (sie*) 0152 023 95 632

BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

AIKIDO

Für Kinder,
Jugendliche und
Erwachsene

Jeden Dienstag

16.15 - 17.00 Uhr Aikido Kinder 5-7

17.00 - 17.45 Uhr Aikido Kinder 7-12

Steffen Rose, Tel: 0151 12 43 83 05

kampfkunst.um@gmail.com, www.kampfkunst-rose.de

AKTIVE MEDITATION

Über Bewegung, Ausdruck und bewusste Wahrnehmung findest du Schritt für Schritt zur inneren Ruhe.

Jeden Montag 17- ca. 18:30 Uhr

Information & aktuelle Termine:

www.juergen-martin.net

YOGA

Kundalini Yoga für Frauen mit Verina

Donnerstag 19-20.30 Uhr und Dienstag 9-10.30 Uhr.

Außerdem Singkreise und Kakao-Zeremonien, ca. 1 mal im Monat am Wochenende.

Interesse? Melde dich bei Verina:

mail@verina-amrita.com

BEWEGEN, UNTERHALTEN, SPASS

Bewegungsprogramm "B.U.S" mit einer Menge Spaß. Bewegungen im Sitzen oder Stehen, auch für Menschen mit z.B. Rollator. Kostenloses Angebot der Initiative "Brücke der Kulturen".

Anmeldung & Infos:

Silke Klein, 01590 1669552

silkymilky@web.de

QIGONG

Ruhe & Bewegung

Jeden Donnerstag 17.00 - 18.30 Uhr

QiGong ist eine sehr wirkungsvolle Energiemethode, um Gesundheit und Lebenskraft zu stärken.

Anmeldung: info@qigong-lamjan.de

Info: www.qigong-lamjan.de

UND VIELES MEHR

STOP MOTION WORKSHOPS

Lerne wie Stop Motion Animation funktioniert und lass uns gemeinsam deine Geschichten in einem Video erzählen. **Termine nach Absprache**

Kontakt: 0173 47 98 727, mail@karlhofmann.de
workshop.frickelfilm.de

KAKAOZEREMONIE

Zeremonieller Kakao als Wegbegleiter zurück zu deinem Herzen. In geschützter Atmosphäre ist Raum für Intuition, Heilung & Verbindung.

Aktuelle Termine: mandy-job.com, Instagram

@on_a_spiritual_journey oder unter 0151/26217328

REGELMÄSSIGE TREFFEN

OFFENER STAMMTISCH FILM

In jedem geraden Monat am vorletzten Donnerstag ab 19 Uhr. Austausch, Diskussion und Filmbeiträge von Filmschaffenden aus der Region.

Anmeldung: mail@karlhofmann.de

OFFENE WERKSTATT

Freitag ab 14 Uhr im freiRAUM

Bring Dein Projekt mit, lerne andere Maker und Hacker kennen. Ohne Anmeldung.

WOMEN CYCLE - FRAUENKREIS

Jeden letzten Mittwoch im Monat, 16.30 - 18 Uhr.

Anmeldung: sabrina.rudick-ner@gmx.de

NEURODIVERSER STAMMTISCH

Raum für Menschen mit neurodiversen Eigenschaften, ihre Angehörigen und Allies.

Jeden 1. Freitag im Monat (außer August)

18 - 19.30 Uhr, kostenlos, ohne Anmeldung

Das Haus mit Zukunft ist ein gemeinsames Projekt von:

STADT Angermünde

Stadt mit Zukunft
Angermünde e.V.

Hochschule
für nachhaltige Entwicklung
Eberswalde