

OKTOBER 2026



Photo: Pexels, Andrea Piacquadio

**VIelfältiges ONLINEKULTURANGEBOT – PER ZOOM – ZUHAUSE DABEISEIN –
KOSTENFREI – HORIZONT ERWEITERN – AUSTAUSCH MIT KULTURBEGEISTERTEN**

MO+MI+FR

02.–30.10.2026

08:00–08:15

Taiso am Morgen – gemeinsam mit Kultur & Bewegung in den Tag

Belebende japanische Morgengymnastik und ein Kulturimpuls. Gefördert vom Hessischen Ministerium f. Digitalisierung u. Innovation.

DONNERSTAG

01.10.2026

15:00–16:00

Liebe, Leidenschaft und andere Katastrophen – wie entsteht eigentlich eine tägliche TV-Serie? – Einblicke in das Handwerk des Drehbuchschreibens. Ein Gespräch mit der Autorin Silke Nikowski.

MITTWOCH

14.10.2026

15:00–16:30

Einfach Kunst machen! Gemeinsam kreativ sein – mit und für Menschen mit Demenz. Buchvorstellung und Workshop mit der Kulturgeragogin Sophie Voets-Hahne.

DIENSTAG

20.10.2026

15:00–16:00

Wohnen in Farbe

Die Innenarchitektin und Künstlerin Angela Böckmann zeigt Beispiele, wie Farbe & Räume Wirkung auf unser Wohlbefinden haben.

DIENSTAG

27.10.2026

15:00–16:00

Schön! – Lesung mit Felix Römer Der Autor und Comedian Felix Römer lädt zur Guten Stunde und liest einige seiner schönsten Gedichte & Lieblingsgedichte anderer Autoren.

gefördert von:



HESSEN
Hessisches Ministerium
für Digitalisierung und
Innovation

Einfach für den Newsletter anmelden & mitmachen!

Alle Infos unter www.diegutestunde.org oder hier:



Bitte beachten Sie, dass kurzfristige Änderungen möglich sind!