



SENIORENARBEIT
GEMEINDE STAßSUDT

Seniorenbegegnungsstätte

Veranstaltungsangebot
im **MAI 2024**

WIR ÜBER UNS

Ist Ihr bewegtes Arbeitsleben beendet und Sie genießen nun Ihren Ruhestand. Wie oft haben Sie schon gedacht, wie verbringe ich nun meine freie Zeit?

Sie wollten so viel unternehmen wie Ausflüge, gemeinsame gesellige Stunden verbringen und immer schon einem Hobby nachgehen. Dann sind Sie genau bei uns richtig.

Die Seniorenbegegnungsstätte in der Lindenstraße 22 ist ein Raum der Kommunikation und des gemeinsamen Erlebens von Freizeitaktivitäten ohne Leistungsdruck, in den Bereichen Bildung, Hobby, Kultur und Sport.

Schnuppern Sie einfach mal rein. Bei uns ist jeder herzlich willkommen.

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag & Donnerstag:

10:00 – 13:00 Uhr & 14:00 – 17:00 Uhr

Dienstag & Mittwoch:

10:00 – 13:00 Uhr & 14:00 – 17:00 Uhr

Freitag:

09:00 – 10:30 Uhr

MONTAG, 06.05.

Anmeldung für Yoga und Klöncafe erforderlich!

- 10:00-11:00 Yoga auf dem Stuhl (UK: 3,50€)
14:00-16:30 „Klön-Café“ bei Café & Tee (UK:2,50€)

DIENSTAG, 07.05.

Anmeldung für Seniorenfrühstück erforderlich!

- 10:00-12:30 Seniorenfrühstück im Zelt(UK:4,50€)

14:00-16:30 Spielenachmittag, Skat & Rommé mit Rüdiger und Barbara

MITTWOCH, 08.05.

Anmeldung für Energy Dance & Mittagessen erforderlich!

- 10:00-11:00 Energy Dance mit Rosi Hein (UK: 3,50€)
12:30-15:00 Gemeinsames Mittagessen (UK:4,00€)
14:00-16:30 Literatur am Nachmittag bei Kaffee & Kuchen“ mit Marion Storm (UK:2,50€)

DONNERSTAG,09.05.

Himmelfahrt

FREITAG, 10.05.

- 09:15-10:15 Bewegung macht Spaß Balance & muskelkräftigendes Training mit Elke

MONTAG, 13.05.

Anmeldung für Hui Chun Gong und Klön Cafe erforderlich!

- 10:00-11:00 Hui Chun Gong“ (UK: 3,50€)
14:00-16:30 „Klön-Café“ bei Café & Tee (UK:2,50€)

DIENSTAG, 14.05.

09:00-10:30 NW mit Rüdiger Treffpunkt Penny

13:00-15:00 Spielenachmittag Skat & Rommé
mit Barbara und Rüdiger

MITTWOCH, 15.05.

Anmeldung für Energy Dance & Männerstammtisch erforderlich!

- 10:00-11:00 Energy Dance mit Rosi Hein (UK: 3,50€)
11:15-12:30 Meditatives Malen mit Rose Hein
14:00-16:30 Männerstammtisch
Boule im SBS-Garten

DONNERSTAG, 16.05.

- 10:00-11:45 Gedächtnistraining mit Kirsten
14:00-16:00 Smartphoneworkshop für Anfänger

FREITAG, 17.05.

Anmeldung für Fahrradtour erforderlich (max 15 Personen)!

- 09:15-10:15 Bewegung macht Spaß Balance &
muskelkräftigendes Training mit Elke
10:45 Uhr Fahrradtour ca. 25 km

MONTAG, 20.05.

Pfingstmontag

DIENSTAG, 21.05.

- 10:00-12:30 Smartphone- Kurs Fortgeschritten
(**Workshop- Gruppe B**) (UK: 3,50€)
- 14:00-16:30 Spielenachmittag, Skat & Rommé mit
Rüdiger und Barbara

MITTWOCH, 22.05.

Anmeldung für Mittagessen und Energy Dance erforderlich!

- 10:00-11:00 Energy Dance mit Rosi Hein (UK:3,50€)
- 12:30-15:00 Mittagessen (UK:4,00€)
- 14:00-16:30 Literatur am Nachmittag bei Kaffee &
Kuchen“ mit Marion Storm (UK:2,50€)

DONNERSTAG, 23.05.

- 10:00-11:45 Gedächtnistraining mit Kirsten

FREITAG, 24.05.

- 09:15-10:15 Bewegung macht Spaß Balance &
muskelkräftigendes Training mit Elke

MONTAG, 27.05

Anmeldung für Yoga und Klön Café erforderlich!

- 10:00-11:30 Yoga auf dem Stuhl (UK:3,50 €)
14:00-16:30 „Klön-Café“ bei Café & Tee (UK:2,50€)

DIENSTAG, 28.05.

- 09:00-10:30 Nordic Walking mit Rüdiger
Treffpunkt:Waldschänke
10:00-12:30 Smartphone- Kurs Fortgeschritten
(**Workshop- Gruppe A**)(UK: 3,50€)
14:00-16:30 Spielenachmittag & Rommé mit
Barbara & Rüdiger

MITTWOCH, 29.05.

Anmeldung für Energy Dance

- 10:00-11:00 Energy Dance mit Rose Hein (UK:3,50€)
11:15-12:30 Meditatives Malen mit Rose Hein

DONNERSTAG 30.05.

- 10:00-11:45 Gedächtnistraining mit Kirsten
14:00-16:00 Smartphoneworkshop für Anfänger

FREITAG, 31.05.

- 09:15-10:15 Bewegung macht Spaß Balance &
muskelkräftigendes Training mit Elke



SENIORENARBEIT

GEMEINDE STAHNSDORF

SO ERREICHEN SIE UNS

Öffentl. Verkehrsmittel

Bus 622, 624, 627

(Haltestelle Fr.-Weißler-
Platz)

Bus 601, 602, X1

: (Haltestelle
Stahnsdorfer Hof)



Vorschau Juni:

4. Juni Seniorenfrühstück im Garten

24. Juni Fest rund ums Eis

Seniorenbegegnungsstätte
Lindenstraße 22
14532 Stahnsdorf
Ansprechpartnerin: Frau Rothe
Telefon: 03329/699 75 40
Mobil: 0160 8837412
Fax: 03329/646-130
E-Mail: s.rothe@stahnsdorf.de



stahnsdorf.de