



SENIORENARBEIT
GEMEINDE STAHANDORF

Seniorenbegegnungsstätte

Veranstaltungsangebot
im **April 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, 08.04.

Anmeldung für Yoga erforderlich!

- 10:00-11:00 Yoga auf dem Stuhl (UK: 3,50€)
14:00-17:30 Frühjahrsputz rund um die SBS (bitte
Arbeitsgeräte mitbringen)

DIENSTAG, 09.04

Anmeldung für Seniorenfrühstück erforderlich!

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

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

MITTWOCH, 10.04.

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, 11.04.

- 10:00-11:45 Gedächtnistraining fällt wegen
Krankheit aus
14:00-16:30 Smartphone-Kurs für Anfänger (nur
Android)

FREITAG, 12.04.

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

MONTAG, 15.04.

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, 16.04.

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

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

MITTWOCH, 17.04.

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

DONNERSTAG, 18.04.

10:00-11:45 Gedächtnistraining fällt wegen
Krankheit aus

14:00-16:30 Smartphone-Kurs für Anfänger fällt aus

FREITAG, 19.04.

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

MONTAG, 22.04.

Anmeldung für Männerstammtisch erforderlich!

10:00-11:30 Yoga fällt aus

14:00-16:30 Männerstammtisch

Wir wollen das Zelt aufbauen

DIENSTAG, 23.04.

Anmeldung für Pizzabacken erforderlich!

10:00-12:30 Smartphone- Kurs Fortgeschritten
(Workshop- Gruppe A) (UK: 3,50€)

15:30-17:00 Pizzabacken im Holzbackofen im
Rahmen des Familiencafes im Club
(UK: 3,00€)

MITTWOCH, 24.04.

Anmeldung für Mittagessen erforderlich!

10:00-11:00 Energy Dance fällt aus

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, 25.04.

10:00-11:45 Gedächtnistraining fällt wegen
Krankheit aus

14:00-16:30 Smartphone – Kurs für Anfänger (nur
Android) UK:3,50€)

FREITAG, 26.04.

Anmeldung für Fahrradtour erforderlich (max 15 Personen)!

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

10:30 Fahrradtour /Fahrt ins Blaue- ca. 60 km

MONTAG, 29.04

Anmeldung für Klön Café erforderlich!

10:00-11:30 Hui Chun Gong fällt aus

14:00-16:30 „Klön-Café“ bei Café & Tee (UK:2,50€)

DIENSTAG, 30.04.

09:00-10:30 Nordic Walking mit Rüdiger **Treffpunkt:SBS**

14:00-16:00 Spielenachmittag & Rommé mit Barbara
& Rüdiger

MITTWOCH, 01.05.

Feiertag

DONNERSTAG 02.05.

10:00-11:45 Gedächtnistraining

14:00-16:30 Smartphone – Kurs für Anfänger (nur
Android) UK:3,50€)

FREITAG, 03.05.

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



SENIORENARBEIT

GEMEINDE STAHSNDORF

SO ERREICHEN SIE UNS

Öffentl. Verkehrsmittel

Bus 622, 624, 627
(Haltestelle Fr.-Weißler-
Platz)

Bus 601, 602, X1
(Haltestelle
Stahnsdorfer Hof)



Vorschau MAI:

07.05.2024 Maifrühstück im Zelt

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