



## Veranstaltungsplan Februar 2023 Begegnungsstätte „Quartier Friedrich’s“

<b>Mittwoch</b>	01.02.	10:00 – 12:00 Uhr	<b>Mal- und Kreativzirkel</b>
<b>Donnerstag</b>	02.02.	15:00 Uhr	<b>geschlossene Veranstaltung</b>
<b>Freitag</b>	03.02.	11:00 – 13:00 Uhr ab 14:00 Uhr geschlossen	<b>Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter</b>



<b>Montag</b>	06.02.	11:00 – 13:00 Uhr 14:00 Uhr	<b>Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter</b> <b>Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 &amp; Pommern</b>
	07.02.	8:30 - 9:15 Uhr / 9:15 – 10:00 Uhr 14:00 Uhr	<b>Seniorenport Zumba Gold mit Sabrina vom Tanzstudio Schlebusch, 7 € pro Kurs</b> <b>Spielenachmittag für Jedermann &amp; Handarbeit</b>
<b>Mittwoch</b>	08.02.	13:00 Uhr	<b>geschlossene Veranstaltung des Pflegedienstes</b>
<b>Donnerstag</b>	09.02.	14:30 – 18:00 Uhr inkl. Kaffee und Kuchen, Februar-Geburtstagskinder freier Eintritt	<b>flotter Tanztee mit DJ Erny, 17 € Eintritt,</b> 
			
<b>Freitag</b>	10.02.	11:00 – 13:00 Uhr ab 14:00 Uhr geschlossen	<b>Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter</b>

<b>Montag</b>	13.02.	11:00 – 13:00 Uhr 11:00 – 12:00 Uhr 14:00 Uhr	<b>Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter</b> kostenlose Puls-, Blutdruck-, und Blutzucker- messung mit dem ambulanten Pflegedienst  <b>Spielenachmittag der Ortsgruppe 114</b>
---------------	--------	---	--

<b>Dienstag</b>	14.02.	8:30 - 9:15 Uhr / 9:15 – 10:00 Uhr 14:00 Uhr	<b>Seniorenport Zumba Gold mit Sabrina vom Tanzstudio Schlebusch, 7 € pro Kurs</b> <b>Spielenachmittag für Jedermann</b> <b>Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.</b>
-----------------	--------	--	--

<b>Mittwoch</b>	15.02.	16:00 Uhr	<b>geschlossene Veranstaltung</b>
<b>Donnerstag</b>	16.02.	10:00 Uhr ab 16:00 Uhr	<b>Vorstandssitzung des Pommern Vereins</b> <b>Skat- und Romméabend, 10 € Startgeld</b>



<b>Freitag</b>	17.02.	11:00 – 13:00 Uhr ab 14:00 Uhr geschlossen	<b>Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter</b>
----------------	--------	---	---

<b>Montag</b>	20.02.	11:00 – 13:00 Uhr 14:00 Uhr	<b>Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter</b> <b>Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 &amp; Pommern</b>
---------------	--------	--------------------------------	---



**Dienstag** 21.02. 8:30 - 9:15 Uhr / Seniorensport Zumba Gold mit Sabrina vom  
9:15 – 10:00 Uhr Tanzstudio Schlebusch, 7 € pro Kurs  
13:00 – 16:45 Uhr **Spielenachmittag für Jedermann & Handarbeit**



**ACHTUNG: Spielenachmittag heute nur bis 16:45 Uhr, 13:00 Uhr Beginn**

**Mittwoch** 22.02. 08:00 - 13:00 Uhr **Qualitätszirkel der ambul. / teilstationären Pflege**  
14:00 Uhr **Veranstaltung der Ortsgruppe 104**

**Donnerstag** 23.02. 10:00 Uhr **Vorstandssitzung der Ortsgruppe 114**  
14:30 – 18:00 Uhr **FASCHINGSFEIER mit DJ ERNY, 17 € Eintritt inkl.**  
**Kaffee & Kuchen, Wir starten die Stimmungsrakete und jeder Jeck ist**  
**Willkommen – mit oder ohne Kostüm,**

**Freitag** 24.02. 11:00 – 13:00 Uhr **Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter**  
ab 14:00 Uhr geschlossen



**Montag** 27.02. 11:00 – 13:00 Uhr **Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter**  
14:00 Uhr **Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 & 104**

**Dienstag** 28.02. 8:30 - 9:15 Uhr / Seniorensport Zumba Gold mit Sabrina vom  
9:15 – 10:00 Uhr Tanzstudio Schlebusch, 7 € pro Kurs  
14:00 Uhr **Spielenachmittag für Jedermann**  
**Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.**



## Veranstaltungshighlights im Februar Begegnungsstätte „Quartier Friedrich’s“

### Faschingsfeier am 23.02. ab 14:30 Uhr :

Egal ob Hellau oder Alaaf! Wir starten die Stimmungsrakete und jeder Jeck ist willkommen – mit oder ohne Kostüm. Dazu gibt es Kaffee, Torte & Bütchen ☺

Melden Sie sich gern bei uns an. Wer im Kostüm erscheint, bekommt ein Freigetränk seiner Wahl.



### Seniorensport mit Sabrina vom Tanzstudio Schlebusch:

Spaß haben und fit bleiben ! Aktive Erwachsene im goldenen Alter (60+), die nach einem passenden Zumba® Kurs suchen, der die beliebten Original-Bewegungen mit geringerer Intensität anbietet.

So funktioniert: Der Kurs enthält einfache Zumba® Choreographien, die sich vorrangig auf die Verbesserung von Gleichgewicht, Bewegungsumfang und Koordination konzentrieren. Seien Sie bereit, so richtig zu schwitzen und dann mit neuer Kraft aus dem Kurs zu kommen.

## Umgang mit Ihrem Smartphone oder Tablet, montags und freitags,

### 11:00 – 13:00 Uhr

Seit dem 01. August starteten wir in Kooperation mit dem Seniorenbüro Schwerin ein neues Beratungsangebot. Senioren und Seniorinnen erhalten bei uns Hilfe und Unterstützung im Umgang mit ihren Smartphones. Immer mehr ältere Menschen bedienen sich im Alltag digitaler Medien wie Smartphone und Tablet. Die ehrenamtlich tätigen Technikbotschafter\*innen des Seniorenbüros, Karin Grzesik & Bernd Goeritz beraten Sie dazu. Zum Beispiel wie buche ich digital eine Kurreise, wie benutze ich Onlinebanking, wie kann ich online Bücher / Musik / Filme ausleihen, wie nutze ich als älterer Mensch Sprachassistenten wie z.B. Alexa etc, wie kaufe ich online ein, wie kann ich mit Tablet mit meinen Enkeln / Kindern Videotelefonie betreiben?

Wer die Bedienung des Smartphones oder Tablets erlernen möchte oder Fragen zu seinem Smartphone hat, kann sich gern bei uns anmelden.

### *Schöne Sachen aus unserem Nähstüberl*

Ob handgenähte Mützen, Loop-Schals, Tischläufer, Kissen mit schönem Musterstoff oder auch schöne individuelle Taschen. Stöbern Sie und werden Sie fündig.

Für Inspiration und Ideen für neue Nähprojekte sind wir immer offen.

---

☞ Sie haben für eine Veranstaltung Ihren Platz reserviert und Ihnen ist etwas dazwischen gekommen? Rufen Sie uns bitte rechtzeitig an und wir können Ihren Platz anderweitig vergeben.

☞ Sie suchen eine **Räumlichkeit für Ihre private Familienfeier** ? Sie können unseren Saal auch mieten. Sprechen Sie uns gern an. Wir helfen Ihnen gern weiter.

#### ☞ **Ehrenamt ist Ehrensache**

Ohne ehrenamtliches Engagement ist ein Verband wie die Volkssolidarität Südwestmecklenburg e.V. nicht denkbar. Allein die Arbeit der mehr als 50 Ortsgruppen wird von freiwillig engagierten Menschen übernommen. Wir unterstützen vor allem die Interessen von Kindern und Familien, sowie älteren und sozial benachteiligten Menschen. Lernen Sie die Menschen in Ihrer Nachbarschaft und in Ihrem Ort kennen. Engagieren sie sich in unseren Ortsgruppen. Helfen Sie, organisieren Sie, freuen Sie sich mit.

#### ☞ **Solidarität üben, Einsamkeit verhindern**

Verwirklichen Sie Ihre eigenen Ideen, knüpfen Sie neue Kontakte und Bekanntschaften, bringen Sie Ihre Talente und Ihr Wissen ein. Erhalten Sie Anerkennung, teilen Sie gemeinsam Freude mit anderen und spüren Sie Dankbarkeit. Wir helfen Ihnen, sinnvolle Aufgaben zu finden. Wir geben Ihnen Verantwortung. Wir nehmen Ihnen das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden und sich einsam zu fühlen.

#### ☞ **Ihr Engagement ist das, was wir brauchen!**

Engagieren Sie sich in der Volkssolidarität und übernehmen Sie eine für Sie interessante ehrenamtliche Tätigkeit. Wir beraten Sie gerne. Die Volkssolidarität freut sich über jeden, der seine Fähigkeiten, Talente und Interessen in den Verein einbringen möchte. Deshalb gibt es zahlreiche Möglichkeiten, in den verschiedenen Handlungsfeldern aktiv zu werden. Menschlichkeit und Solidarität sind heute wie auch vor mehr als 75 Jahren für viele Mitglieder eine starke Motivation, sich ehrenamtlich zu engagieren. Eine Mitgliedschaft ist dabei eine zusätzliche Möglichkeit, seiner Unterstützung Ausdruck zu verleihen – aber natürlich keine Bedingung.