



## Veranstaltungsplan Januar 2026 Begegnungsstätte „Quartier Friedrich's“



<b>Montag</b>	<b>05.01.</b>	 <b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	<b>Digitale Bildung mit der Technik-Botschafterin, 1,50 €</b>
		 <b>13:30 Uhr</b>	<b>Spienenachmittag der Ortsgruppe 114 &amp; Pommern</b>
<b>Dienstag</b>	<b>06.01.</b>	 <b>8:00 – 9:00 Uhr</b>	<b>Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs</b>
		<b>9:15 – 10:15 Uhr</b>	<b>Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs</b>
		<b>14:00 Uhr</b>	 <b>Spielenachmittag für Jedermann &amp; Handarbeit</b>
		<b>14:00 Uhr</b>	<b>Treffen der Rheuma Liga</b>
<b>Mittwoch</b>	<b>07.01.</b>	<b>14:00 Uhr</b>	 <b>Selbsthilfegruppe „Polio“</b>
<b>Donnerstag</b>	<b>08.01.</b>	 <b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	 <b>Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €</b>
		<b>14:00 Uhr</b>	<b>unterhaltsamer Bildervortrag mit dem Schweriner Gästeführer Hans-Joachim Falk</b>

Der **Schweriner Gästeführer Hans-Joachim Falk** lädt zu einem besonderen Bildervortrag ein:  
Unter dem Titel „Die Geschichte der Schweriner Gastronomie und Hotellerie (Teil 1)“ nimmt er die Gäste mit auf einen **virtuellen Rundgang durch die Altstadt** und beleuchtet dabei die traditionsreiche Wirtshauskultur der Landeshauptstadt. Mit historischen Aufnahmen, Anekdoten und kurzweiligen Geschichten **führt Falk von der Puschkinstraße über den Schlachtermarkt und die Schusterstraße bis zur Bischofstraße**. Dabei stehen nicht nur **bekannte Gasthäuser und Hotels** im Mittelpunkt, sondern auch ihre einstigen Inhaber, die oft auf ungewöhnliche Weise Stadtgeschichte mitgeschrieben haben. Der Vortrag bietet einen lebendigen Einblick in das gastronomische Leben Schwerins vergangener Jahrhunderte – unterhaltsam, informativ und mit Liebe zum Detail präsentiert. **7 € inklusive Kaffee und Kuchen, um Anmeldung wird gebeten**

**Freitag** **09.01.** **08:15 Uhr**  **ErlebnisTanz® mit Frau Dr. Marina Hornig, 5 € Kursgebühr**

**10:30 Uhr** **Beratungsangebot vom**  **BilSE-Institut** Bildung und Forschung

Das Beratungsangebot unterstützt ältere Menschen dabei: Leistungen wie **Rente, Grundsicherung** oder **Pflegeleistungen** zu beantragen, Kontakte zu Behörden und Beratungsstellen herzustellen und sie zu begleiten. Persönliche Gespräche zu führen und individuelle Fragen zu klären.

**Montag** **12.01.**  **10:00 – 11:30 Uhr** **Digitale Bildung mit der Technik-Botschafterin, 1,50 €**

**13:00 Uhr** **Spienenachmittag der Ortsgruppe 114**

**17:00 Uhr** **Informationsveranstaltung des Sozialverband**

Deutschland, Kreisverband Schwerin. Willkommen sind nicht nur die Mitglieder vom  **SOVD** sondern auch interessierte Bürger. **THEMA: Lesung mit Jürgen Szybalski** Der Autor liest aus seinem Buch und erzählt offen von seinem Weg durch Alkoholabhängigkeit und Obdachlosigkeit zurück in ein selbstbestimmtes Leben. Eine bewegende Geschichte über Abstieg, Hoffnung und Neubeginn – authentisch und eindringlich.

Dienstag	13.01.	8:00 – 9:00 Uhr  	Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs Spielenachmittag für Jedermann Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.
Mittwoch	14.01.	14:00 Uhr	Veranstaltung der Ortsgruppe 104
Donnerstag	15.01.	10:00 – 11:30 Uhr  Prävention für Senioren	Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 € Vorstandssitzung der Ortsgruppe 114

Herr Steffen Salow von der kriminalpolizeilichen Beratungsstelle informiert über aktuelle Betrugsmaschen, die besonders ältere Menschen betreffen. Dazu gehören unter anderem der Enkeltrick, falsche Polizeibeamte, Schockanrufe, Betrug per WhatsApp, Phishing-Mails oder -SMS sowie Haustürbetrug durch angebliche Handwerker oder Behördenmitarbeiter.

Anschließend erwartet die Teilnehmenden ein gemütlicher musikalischer Ausklang mit bekannten Schlagern, Evergreens und Volksliedern, die zum Mitsingen einladen.

Die Teilnahmegebühr beträgt 8 €, für Mitglieder der Volkssolidarität 7 €.

Freitag	16.01.	08:15 Uhr	 Erlebnistanz® mit Frau Dr. Marina Hornig, 5 € Kursgebühr
		10:30 Uhr	Das  BilSE-Institut bietet im Quartier Friedrich's Bildung und Forschung eine feste Anlaufstelle für Seniorinnen und Senioren. Ziel ist es, ihnen praxisnahe Unterstützung im Alltag zu geben, Hilfestellung im Umgang mit Behörden zu leisten und neue Wege der gesellschaftlichen Teilhabe zu eröffnen. Nähere Informationen finden Sie auf der letzten Seite.

ab 13:30 Uhr geschlossen

Montag	19.01.	10:00 – 11:30 Uhr 	Digitale Bildung mit der Technik-Botschafterin, 1,50 € Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 & Pommern
Dienstag	20.01.	8:00 – 9:00 Uhr  	Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs
Mittwoch	21.01.	14:00 Uhr	Spielenachmittag für Jedermann & Handarbeit  Bei Kaffee und selbst mitgebrachtem Kuchen möchte <b>Mandy Pfeiffer</b> mit Anwohnerinnen, Anwohnern und allen Interessierten ins Gespräch kommen. Im Mittelpunkt stehen der offene Austausch und die Möglichkeit, Fragen zu stellen oder eigene Themen einzubringen – von aktuellen politischen Entwicklungen bis hin zu Anliegen aus dem direkten Wohnumfeld.

Donnerstag 22.01.

10:00 – 11:30 Uhr

Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €



14:30 – 18:00 Uhr



flotter Tanztee mit DJ Erny, 19 € Eintritt,  
inkl. Kaffee und Kuchen,  
Januar-Geburtstagskinder freier Eintritt



Freitag 23.01.

08:15 Uhr

*Erlebnistanz* mit Frau Dr. Marina Hornig, 5 € Kursgebühr

10:30 Uhr

Das **BilSE-Institut** bietet im Quartier Friedrich's

Bildung und Forschung

eine feste Anlaufstelle für Seniorinnen und Senioren. Ziel ist es, ihnen **praxisnahe Unterstützung im Alltag** zu geben, **Hilfestellung im Umgang mit Behörden** zu leisten und neue Wege der gesellschaftlichen Teilhabe zu eröffnen. Das Beratungsangebot unterstützt ältere Menschen dabei: Leistungen wie Rente, Grundsicherung oder Pflegeleistungen zu beantragen, Kontakte zu Behörden und Beratungsstellen herzustellen und sie zu begleiten. Persönliche Gespräche zu führen und individuelle Fragen zu klären. Nähere Informationen finden Sie auf der letzten Seite.



14:00 Uhr

Abschlussfeier der Pommern Freunde



Montag



26.01. Alter Erfahrungsort

10:00 – 11:30 Uhr

Digitale Bildung mit der Technik-Botschafterin, 1,50 €  
Spielenachmittag der Ortsgruppen 114 + 104



13:30 Uhr

Digitale Bildung mit der Technik-Botschafterin, 1,50 €

Dienstag

27.01.

8:00 – 9:00 Uhr

Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs



9:15 – 10:15 Uhr

Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs



14:00 Uhr

Spielenachmittag für Jedermann



Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.

Mittwoch

28.01.

16:00 Uhr

Veteranentreff



Donnerstag 29.01.



10:00 – 11:30 Uhr

Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €

16:00 Uhr

Skat- und Romméabend, 12 € Startgeld



Freitag

30.01.

08:15 Uhr



*Erlebnistanz* mit Frau Dr. Marina Hornig, 5 € Kursgebühr

10:30 Uhr

Das **BilSE-Institut**  
Bildung und Forschung

bietet im Quartier Friedrich's

eine feste Anlaufstelle für Seniorinnen und Senioren. Ziel ist es, ihnen **praxisnahe Unterstützung im Alltag** zu geben, **Hilfestellung im Umgang mit Behörden** zu leisten und neue Wege der gesellschaftlichen Teilhabe zu eröffnen. Nähere Informationen finden Sie auf der letzten Seite.

ab 13:30 Uhr geschlossen



Unsere Tanzsportart „Erlebnistanz“ richtet sich an Jung und Alt –  an alle, die fröhliche Musik mögen, sich gern bewegen und Freude am Tanzen in der Gruppe haben.

Gemeinsam erarbeiten wir abwechslungsreiche Choreografien mit internationalen Einflüssen und Tanzimpulsen aus verschiedenen Ländern. Dabei wechseln sich ruhige und dynamische Bewegungen ab, die nicht nur Spaß machen, sondern auch die körperliche Fitness fördern.

Der Erlebnistanz vermittelt Lebensfreude, stärkt das Gemeinschaftsgefühl und verbessert ganz nebenbei Bewegungssicherheit, Koordination, Reaktion und Konzentration. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, ebenso wenig ein Tanzpartner oder eine Tanzpartnerin. Unter der Leitung einer vom Bundesverband Seniorentanz e.V. ausgebildeten Tanzleiterin gelingt das Lernen spielerisch, stressfrei und mit viel Freude.

☞ Start: Freitag, 09. Januar 2026, um 8:15 Uhr

🕒 Dauer: 1 Stunde

➡ Beitrag: 5 € pro Termin

**Dr. Marina Hornig**

(Vorsitzende „Alles im Grünen!“ e.V., stellv. Landesvorsitzende Seniorentanz im Bundesverband e.V.)

 **unterstützt regelmäßig Senioren im Quartier Friedrich's**

Ab Januar 2026 bietet das Bilse-Institut jeden Freitag (ab 09.01.) ab 10:30 Uhr eine feste Anlaufstelle im Quartier Friedrich's. Ziel ist es, Seniorinnen und Senioren praxisnahe Unterstützung zu geben, ihnen Orientierung im Behördenschubel zu erleichtern und neue Möglichkeiten der Teilhabe zu eröffnen.

Das Beratungsangebot umfasst unter anderem:

- Unterstützung bei der Inanspruchnahme und Beantragung von Leistungen (z. B. Rente, Grundsicherungsleistungen, Wohngeld, Krankenkassen- und Pflegekassenleistungen),
- Begleitung und Vermittlung zu Beratungsstellen, Ämtern und Behörden,
- Raum für persönliche Gespräche und individuelle Fragen,
- Möglichkeiten, eigene Ideen und Erfahrungen einzubringen und so neue Impulse für Projekte und generationsübergreifenden Austausch zu setzen.

„Viele ältere Menschen stehen vor bürokratischen Hürden oder wissen nicht genau, welche Ansprüche und Leistungen sie nutzen können. **Mit dem Angebot des Bilse-Instituts schaffen wir eine direkte Unterstützung vor Ort im Quartier.** Das entlastet die Seniorinnen und Senioren, erleichtert den Zugang zu Leistungen und stärkt ihre Selbstständigkeit“. Darüber hinaus verfolgt das Bilse-Institut einen partizipativen Ansatz: **Seniorinnen und Senioren sollen nicht nur Beratung erhalten, sondern auch ihre wertvollen Lebens- und Berufserfahrungen aktiv in Projekte einbringen.** Dies fördert einen lebendigen Austausch zwischen den Generationen und stärkt das soziale Miteinander im Quartier. Die Verantwortlichen beider Einrichtungen sehen in der Kooperation einen wichtigen Schritt, um Hilfen dort verfügbar zu machen, wo sie gebraucht werden – nah an den Menschen im Stadtteil.

## Einladung zur Informationsveranstaltung am 15.01. ab 14 Uhr



Am 15. Januar ab 14 Uhr lädt das Quartier Friedrichs Seniorinnen und Senioren zu einer wichtigen Informationsveranstaltung ein. Herr Steffen Salow von der kriminalpolizeilichen Beratungsstelle **informiert über aktuelle Betrugsmaschen, die besonders ältere Menschen betreffen.** Dazu gehören unter anderem der **Enkeltrick, falsche Polizeibeamte, Schockanrufe, Betrug per WhatsApp, Phishing-Mails oder -SMS sowie Haustürbetrug durch angebliche Handwerker oder Behördenmitarbeiter.**

Anschließend erwartet die Teilnehmenden ein **gemütlicher musikalischer Ausklang mit bekannten Schlagern, Evergreens und Volksliedern, die zum Mitsingen einladen.**

**Die Teilnahmegebühr beträgt 8 €, für Mitglieder der Volkssolidarität 7 €.**