



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

<b>Montag</b>	<b>02.03.</b>	 <b>DigitalPakt</b> Erfahrungsort	<b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	<b>Digitale Bildung fällt leider aus</b>
			<b>13:30 Uhr</b>	<b>Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 &amp; Pommern</b>
<b>Dienstag</b>	<b>03.03.</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>04.03.</b>		<b>14:00 Uhr</b>	 <b>Selbsthilfegruppe „Polio“</b>
<b>Donnerstag</b>	<b>05.03.</b>	 	<b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	 <b>Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €</b>
			<b>14:00 Uhr</b>	<b>unterhaltsamer Bildervortrag Teil 3 „Geschichte der „Schweriner Gastronomie &amp; Hotellerie mit Gästeführer Hans-Joachim Falk,</b>

Der Schweriner Gästeführer **Hans Joachim Falk** setzt seine erfolgreiche Vortragsreihe zur **Geschichte der Schweriner Gastronomie und Hotellerie** fort. Im Mittelpunkt dieses Nachmittags stehen die traditionsreichen Ausflugs- und Erholungsorte rund um Schwerin, darunter **Zippendorf, Mueß, Friedrichsthal, Görries, und Wickendorf**. Anhand historischer Quellen und Bildmaterials zeigt Hans Joachim Falk, welche Rolle **Gasthäuser, Ausflugslokale, Hotels und Sommerwirtschaften** in diesen Gegendenspielen und warum sie bei den Schwerinern über Jahrzehnte hinweg so beliebt waren.

Der Vortrag macht deutlich, wie eng Gastronomie, Freizeitverhalten und Stadtentwicklung miteinander verbunden waren. Gleichzeitig wird der Wandel dieser Orte bis in die Gegenwart nachvollziehbar: Welche Betriebe prägten das gesellschaftliche Leben? Was ist geblieben, was verschwunden, und wie haben sich Nutzung und Bedeutung verändert. **7 € inklusive Kaffee und Kuchen, um Anmeldung wird gebeten, 6 € für VS Mitglieder**

**Freitag**      **06.03.**      **08:15 Uhr**       **ErlebnisJanz® mit Frau Dr. Marina Hornig, 5 € Kursgebühr**

**10:30 Uhr**      **Beratungsangebot vom BilSE-Institut** 

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



<b>Montag</b>	<b>09.03.</b>	 <b>DigitalPakt Alter</b> Erfahrungsort	<b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	<b>Digitale Bildung fällt leider aus</b>
			<b>14:30 – 18:00 Uhr</b>	<b>FRAUENTAGSFEST MIT PETER HAHN,</b>
				<b>20 € Eintritt</b>
				<b>für VS Mitglieder 19 €, inkl. Begrüßungsgetränk, Kaffee/Kuchen</b>

**Wir wünschen allen Frauen alles Gute zum Frauentag**



Dienstag	10.03.	8:00 – 9:00 Uhr 9:15 – 10:15 Uhr 14:00 Uhr	Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs Spielenachmittag für Jedermann Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.
Mittwoch	11.03.	14:00 Uhr	Frauentagsfeier der Ortsgruppe 104 
Donnerstag	12.03.	10:00 – 11:30 Uhr 14:30 – 18:00 Uhr	Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 € flotter Tanztee mit DJ Erny, 19 € Eintritt, inkl. Kaffee und Kuchen, März-Geburtstagskinder freier Eintritt 
Freitag	13.03.	08:15 Uhr	 Erlebnistanz® mit Frau Dr. Marina Hornig, 5 € Kursgebühr

10:30 Uhr Das BilSE-Institut 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. Unterstützung bei der Inanspruchnahme und Beantragung von Leistungen (z. B. 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.

Montag	16.03. 	10:00 – 11:30 Uhr 13:30 Uhr 17:00 Uhr	Digitale Bildung fällt leider aus Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 & Pommern Informationsveranstaltung des Sozialverband Deutschland
--------	---	---	---

Kreisverband Schwerin. Willkommen sind nicht nur die Mitglieder vom **SOVD** sondern auch interessierte Bürger. Thema: Im Rahmen einer Informationsveranstaltung stellt sich das Sozialmedizinische Erwachsenen-Zentrum Mecklenburg gGmbH vor.

Im Mittelpunkt der Veranstaltung steht die Frage: Was bietet das Sozialmedizinische Erwachsenen-Zentrum Mecklenburg an?

Das SEZ informiert über seine sozialmedizinischen Unterstützungsangebote für erwachsene Menschen mit komplexen gesundheitlichen und sozialen Unterstützungsbedarfen. Ziel ist es, Betroffenen, Angehörigen sowie Fachkräften einen Überblick über Leistungen, Zugangswege und Kooperationsmöglichkeiten zu geben. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der persönlichen Beratung: Interessierte erhalten Informationen dazu, wer Ansprechpartner ist, wie Kontakt aufgenommen werden kann und welche Unterstützung im individuellen Fall möglich ist.

<b>Dienstag</b>	<b>17.03.</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 – 17:30 Uhr</b>	<b>Spielenachmittag für Jedermann &amp; Handarbeit</b>	
		<b>18:00 Uhr</b>	<b>geschlossene Veranstaltung</b>	
<b>Mittwoch</b>	<b>18.03.</b>	<b>14:00 Uhr</b>	 <b>Modenschau mit MODE MOBIL®</b> <small>Mode, die zu Ihnen kommt</small>	

Das ModeMobil ist zu Gast und präsentiert aktuelle Modekollektionen. In einer kompakten Modenschau führen Models ausgewählte Outfits vor und geben Einblicke in aktuelle Trends und stilvolle Kombinationen. Die Veranstaltung bietet Modeinteressierten die Gelegenheit, neue Looks aus nächster Nähe zu erleben und sich inspirieren zu lassen. **7 € Eintritt inkl. Kaffee & Kuchen, VS - Mitglieder 6 €, EC Kartenzahlung und Kauf auf Rechnung möglich**

<b>Donnerstag</b>	<b>19.03.</b>	<b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	<b>Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €</b>
		<b>14:00 Uhr</b>	<b>Informationsveranstaltung mit Hilfsmittelberatung,</b>
			<b>Scooter-Vorstellung und Rollatortraining mit</b> 

Im Rahmen der Veranstaltung werden **verschiedene medizinische Hilfsmittel** vorgestellt, die den Alltag erleichtern und Mobilität sowie Sicherheit unterstützen. Dazu zählen unter anderem **Rollatoren** sowie **Elektromobile (Scooter)**, die vor Ort erläutert und vorgestellt werden. Fachpersonal des Sanitätshauses steht für individuelle Beratung zur Verfügung und informiert über Einsatzmöglichkeiten, Anpassungen und Voraussetzungen. Ein weiterer Bestandteil des Nachmittags ist eine **Venenmessung**, bei der individuelle Messwerte erhoben und erklärt werden. Ergänzend dazu wird ein **Rollatortraining** angeboten. Ziel ist es, den sicheren Umgang mit Rollatoren zu vermitteln, typische Alltagssituationen zu üben und Unsicherheiten im Gebrauch abzubauen. Das Training richtet sich an Rollatornutzerinnen und -nutzer ebenso wie an interessierte Personen ohne Vorerfahrung. Die Veranstaltung richtet sich an alle Interessierten. **Der Eintritt ist frei.**

<b>Freitag</b>	<b>20.03.</b>	<b>08:15 Uhr</b>	 <b>Erlebnistanz® mit Frau Dr. Marina Hornig, 5 € Kursgebühr</b>
----------------	---------------	------------------	---

**10:30 Uhr** Das  **BilSE-Institut** 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. Das **Beratungsangebot** unterstützt ältere Menschen dabei: **Leistungen wie Grundsicherung oder Pflegeleistungen zu beantragen, Kontakte zu Behörden und Beratungsstellen herzustellen und sie zu begleiten. Persönliche Gespräche zu führen und individuelle Fragen zu klären.**



<b>Montag</b>	<b>23.03.</b>	<b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	<b>Digitale Bildung mit der Technik-Botschafterin, 1,50 €</b>
		<b>13:30 Uhr</b>	<b>Spielenachmittag der Ortsgruppe 114</b>
		<b>14:00 Uhr</b>	<b>Kaffe nachmittag des Chor's</b>
		<b>18:00 Uhr</b>	<b>Kleingartenverein „875 Jahre Schwerin“</b>



<b>Dienstag</b>	<b>24.03.</b>	<b>8:00 – 9:00 Uhr</b>	<b>Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs</b>
			
			<b>9:15 – 10:15 Uhr</b>
			<b>14:00 Uhr</b>
<b>Mittwoch</b>	<b>25.03.</b>	<b>14:00 Uhr</b>	<b>Bastelnachmittag der Ortsgruppe 104</b>
<b>Donnerstag</b>	<b>26.03.</b>	<b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	<b>Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €</b>
			 <b>16:00 Uhr</b>
<b>Freitag</b>	<b>27.03.</b>	<b>08:15 Uhr</b>	<b>Erlebnistanz® mit Frau Dr. Marina Hornig, 5 € Kursgebühr</b>
			<b>10:30 Uhr</b>

Das  **BilSE-Institut** 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. Das Beratungsangebot umfasst unter anderem:

- **Unterstützung bei der Inanspruchnahme und Beantragung von Leistungen (z. B. 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.**

<b>Montag</b>	<b>30.03.</b>	<b>10:00 – 11:30 Uhr</b>	<b>Digitale Bildung mit der Technik-Botschafterin, 1,50 €</b>
		<b>13:30 Uhr</b>	<b>Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 &amp; Pommern</b>
<b>Dienstag</b>	<b>31.03.</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>

## Ehrenamtliches Projekt „Wunschgroßeltern“ (Projekt des Seniorenbüros Schwerin)

Sie haben Zeit für ein Ehrenamt mit Herz und Freude am Zusammensein mit Kindern? Dann können Sie Wunsch-Oma, Wunsch-Opa oder Wunsch-Großeltern werden. Sie spielen, lesen vor, machen Ausflüge, verbringen gemeinsame Nachmittage, begleiten die Kinder bei Freizeitaktivitäten u.v.m. Sie sind allerdings keine Babysitter. Die Zeiten und Aktivitäten stimmen Sie nach dem Kennenlernen mit der Familie selbst ab.

Das Seniorenbüro vermittelt zwischen den Generationen. Sie ermutigen, sich gegenseitig zu helfen und zu unterstützen, füreinander da zu sein, wie in der Familie. Als Projektträger bietet das Seniorenbüro Erstgespräche und Vermittlungsgespräche für die Wunsch-Großeltern und die jungen Familien. Das Seniorenbüro begleitet die Wunsch-Großeltern mit Gesprächsrunden, Erfahrungsaustausch sowie Weiterbildung in der ehrenamtlichen Tätigkeit. Interesse geweckt? Für ein persönliches Gespräch steht das Seniorenbüro jeden Dienstag von 10:00 – 12:00 Uhr zur Verfügung. Telefonisch ist das Seniorenbüro unter 0385/55 74 962 erreichbar.



ein Projekt des  
Seniorenbüros  
Schwerin