



Veranstaltungsplan Oktober 2022 Begegnungsstätte „Quartier Friedrich´s“

Montag	03.10.	Tag der Deutschen Einheit	
		Einen schönen Feiertag wünschen wir Ihnen, heute leider geschlossen	
Dienstag	04.10.		8:30 - 9:15 Uhr / 9:30 – 10:15 Uhr 11:00 – 12:00 Uhr 14:00 Uhr
			Seniorensport Zumba Gold mit Sabrina vom Tanzstudio Schlebusch, 7 € pro Kurs ERGO –offene Sprechstunde für unsere Mitglieder Spielenachmittag für Jedermann & Handarbeit
Mittwoch	05.10.		08:00 – 13:00 Uhr 14:00 Uhr
			Qualitätszirkel der ambul. / teilstationären Pflege Herbstfest der Ortsgruppe 104
Donnerstag	06.10.		10:00 Uhr 09:00 - 14:00 Uhr ab 14:00 Uhr
			Vorstandssitzung des Pommern Vereins Qualitätszirkel der ambul. / teilstationären Pflege <u>SPAß MIT DEM ROLLATOR</u>

ROLLATORTRAINING und PARCOURS mit dem Sanitätshaus Hofmann Schwerin

Freitag	07.10.	11:00 – 13:00 Uhr	Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter
		ab 14:00 Uhr geschlossen	



Montag	10.10.	11:00 – 13:00 Uhr	Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter
		14:00 Uhr	Spielenachmittag der OG 114 und Pommern
Dienstag	11.10.		8:30 - 9:15 Uhr / 9:30 – 10:15 Uhr 14:00 Uhr
			Seniorensport Zumba Gold mit Sabrina vom Tanzstudio Schlebusch, 7 € pro Kurs Spielenachmittag für Jedermann Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.
Mittwoch	12.10.	14:00 – 15:00 Uhr	Plattdütscher Nachmittag mit Onkel Manni
		14:30 – 18:00 Uhr	8 € inkl. Kaffee & Kuchen
Donnerstag	13.10.		flotter Tanztee mit DJ Erny, 17 € Eintritt, inkl. Kaffee und Kuchen, Oktober-Geburtstagskinder freier Eintritt
Freitag	14.10.	11:00 – 13:00 Uhr	Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter
		ab 14:00 Uhr geschlossen	



Montag	17.10.		09:30 – 10:30 Uhr 11:00 – 13:00 Uhr ab 13:00 Uhr 14:00 Uhr
			Vortrag „Patientenverfügung“ mit K. Rosendahl Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter persönliche Sozialberatung mit K. Rosendahl Spielenachmittag der Ortsgruppe 114
Dienstag	18.10.		8:30 - 9:15 Uhr / 9:30 – 10:15 Uhr 13:00 – 16:45 Uhr
			Seniorensport Zumba Gold mit Sabrina vom Tanzstudio Schlebusch, 7 € pro Kurs Spielenachmittag für Jedermann & Handarbeit

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

Mittwoch	19.10.	08:00 – 13:00 Uhr ab 13:30 Uhr	Qualitätszirkel der ambul. / teilstationären Pflege interne Veranstaltung der Schuldner- und Insolvenzberatung
Donnerstag	20.10.	14:00 Uhr	Herbstfest der Ortsgruppe 114
Freitag	21.10.	11:00 – 16:00 Uhr	<u>Oktoberfest</u> mit DJ Jürgen, 22 € Eintritt inklusive Kaffee & Kuchen, Weißwurst und hausgemachte Spezialitäten Gäste sind in Dirndl und Lederhos'n gern gesehen



Montag	24.10.	11:00 – 13:00 Uhr 14:00 Uhr	Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter Spielenachmittag der OG 104, 114 & Pommern
Dienstag	25.10.	8:30 - 9:15 Uhr / 9:30 – 10:15 Uhr 14:00 Uhr	Seniorenport Zumba Gold mit Sabrina vom Tanzstudio Schlebusch, 7 € pro Kurs Spielenachmittag für Jedermann Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.
Mittwoch	26.10.	14:00 Uhr	<u>Reisecafé</u> mit <i>Lewitz Reisen</i> bei leckerem Kuchen & frischem Kaffee bitte anmelden
Donnerstag	27.10.	ab 16:00 Uhr	Skat- und Romméabend, 10 € Startgeld
Freitag	28.10.	11:00 – 13:00 Uhr	Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter ab 14:00 Uhr geschlossen



Montag 31.10. Reformationstag
Einen schönen Feiertag wünschen wir Ihnen, heute leider geschlossen

Veranstaltungshighlights im Oktober **Begegnungsstätte „Quartier Friedrich´s**

Seniorenport (dienstags 8:30 – 9:15 Uhr oder 9:30 – 10:15 Uhr) 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

ROLLATORTRAINING mit Sanitätshaus Hofmann am Donnerstag, den 06.10. ab 14:00 Uhr

Das Sanitätshaus Hofmann aus Schwerin gestaltet für die Gäste des Quartier Friedrich´s ein Rollator-Training. Zunächst überprüfen die Mitarbeiter die vorhandenen Rollatoren und stellen sie bei Bedarf neu ein. Anschließend gilt es für die Senioren, einen Geschicklichkeitsparcours zu bewältigen, der mit verschiedenen Hindernissen wie Slalomstrecke, Kippbrett und einer gefalteten Plane versehen ist. Dabei werden die individuellen Möglichkeiten und Voraussetzungen der Teilnehmenden selbstverständlich berücksichtigt. Beim Rollator-Training geht es nicht um einen hohen Krafteinsatz, sondern um die leichte Handhabung und manch einen „Kniff“, der die Bewältigung von Hürden und Hindernissen vereinfachen kann. **Gern melden Sie sich bei uns an.**



Vortrag zum Thema Patientenverfügung am 17.10. ab 09:30 Uhr

Auch wenn Sie noch kerngesund sind, sollten Sie heute schon an morgen denken. Sorgen Sie rechtzeitig vor mit Vorsorgevollmacht, Betreuung und Patientenverfügung... Aber wie geht das? Was ist das genau? Was muss ich alles beachten? Wen kann ich bevollmächtigen? Viele fühlen sich bei dem Thema überfordert. Unsere Leiterin der Schuldner- und Insolvenzberatung der Volkssolidarität Katja Rosendahl berät sie zu diesem Thema und erstellt mit Ihnen Ihre persönliche Patientenverfügung / Vorsorgevollmacht. Ein Unkostenbeitrag von 3 € inkl. Kaffee, Tee oder Softgetränk wird erhoben. Um Anmeldung wird gebeten.

„Dit un dat up hoch un platt“ mit „Onkel Manni“ am 12.10., 14:00 Uhr

Lassen Sie sich von „Onkel Manni“ mit „dit un dat up hoch un platt“ überraschen. Der Alleinunterhalter Manfred Möhr gibt Rudolf Tarnow´s lustige Geschichten und Reime zum Besten. Ganz viel Rudolf Tarnow = ganz viel Unterhaltung. Und wer das gemeinsame Singen mag, ist hier genau richtig. Manni spielt Akkordeon, wir singen!



Reservieren Sie für nur 8,00 € (VS Mitglieder zahlen 6,00 €) inklusive Kaffee und hausgebackenem Kuchen Ihren Platz.

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. Der ehrenamtlich tätige Technikbotschafter des Seniorenbüros, Bernd Goeritz berät 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.

Reisecafé mit Lewitz Reisen am 28.10. ab 14:00 Uhr

DIE NEUEN KATALOGE SIND DA!

Wir laden Sie herzlich ein zum Reisecafé, am 28.10.2022 um 14:00 Uhr, in der Begegnungsstätte „Quartier Friedrich’s“. Egal ob Bus-, Schiff- und Flugreisen sowie Kurztrips und Kurreisen an die polnische Ostseeküste. Entdecken Sie unsere vielfältigen Reiseziele für das Jahr 2023!

Genießen Sie dabei heißen Kaffee und hausgebackenen Kuchen.

Wir freuen uns auf Sie! Ihr Team von Lewitz Reisen

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.

Probieren Sie unser hausgemachtes Schmalz und unsere Marmeladen.

Auch Honig vom Imker aus Sternberg können Sie käuflich erwerben.



☞ 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.