**Volkssolidarität Kreisverband Schwerin-Westmecklenburg e.V, Begegnungsstätte „Quartier Friedrich´s“**
**Friedrich-Engels-Str. 38, 19061 Schwerin, Tel.: 0385 / 760 515 20, www.vs-swm.de**

# Veranstaltungsplan September 2025
# Begegnungsstätte „Quartier Friedrich´s

**Montag** **01.09.** **11:00 – 13:00 Uhr** **Digitale Bildung mit den Technik-Botschaftern, 1,50 € p.P.**

**13:30 / 14:00 Uhr** **Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 & Pommern**

**Dienstag** **02.09.** **8:00 – 9:00 Uhr** **Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs**

**14:00 Uhr** **Spielenachmittag für Jedermann & Handarbeit**

**Mittwoch** **03.09.** **14:00 Uhr** **Selbsthilfegruppe Polio**

**Donnerstag** **04.09.** **10:00 – 11:30 Uhr** **Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €**

**15:00 Uhr** **Veteranentreff**

**Freitag** **05.09.** **11:00 – 13:00 Uhr** **Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter, 1,50 € p.P.**

**ab 13:30 Uhr geschlossen**

---

**Montag** **08.09.** **11:00 – 13:00 Uhr** **Digitale Bildung mit den Technik-Botschaftern, 1,50 € p.P.**

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

**17:00 Uhr** **Informationsveranstaltung des Sozialverband Deutschland, Kreisverband Schwerin. Oberärztin Dr. med Katharina Dibbert zum Thema: „Palliativversorgung heute – was bedeutet SAPV, für wen ist sie gedacht und wer hilft weiter?“**

**Dienstag** **09.09.** **8:00 – 9:00 Uhr** **Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs**

**14:00 Uhr** **Spielenachmittag für Jedermann und Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.**

**Mittwoch** **10.09.** **14:00 Uhr** **Modenschau mit SenioModa aus Schwarzenbek, 7 € Eintritt inkl. Kaffee & Kuchen, VS - Mitglieder 6 € leider keine EC-Karten-Zahlung möglich**

**Donnerstag** **11.09.** **heute fällt Gedächtnistraining leider aus**

**14:30 – 18:00 Uhr** **flotter Tanztee mit DJ Erny, 19 € Eintritt, inkl. Kaffee und Kuchen, September-Geburtstagskinder freier Eintritt**

**Freitag** **12.09.** **11:00 – 13:00 Uhr** **Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter, 1,50 € p.P.**

**ab 13:30 Uhr geschlossen**

**Samstag 13.09. Die Volkssolidarität feiert in diesem Jahr ihr 80-jähriges Bestehen.**

**Das möchten wir gemeinsam mit Ihnen, unseren Mitgliedern, Partnern und Freunden gebührend feiern. Am Samstag, 13.09.2025 von 10 – 16 Uhr, verbinden wir unser Jubiläum mit einem Sommerfest im Herzen der Landeshauptstadt Schwerin auf dem Alten Garten zwischen Museum und Schloss. Wir erhalten mit der Ministerpräsidentin von Mecklenburg-Vorpommern, Manuela Schwesig, engagierte Unterstützung als Schirmherrin dieser Veranstaltung. Die Veranstaltung ist offen, der Eintritt ist frei.**

**Bringen Sie Ihre Familie, Freunde, Bekannte mit. Unser buntes Bühnenprogramm wird Sie sicher gut unterhalten, darunter unsere Kitakinder „Pampower Hummeln“, die Burgfestspiele Plau am See, das Helene-Fischer-Double Victoria, der Polizeichor Schwerin e.V. und Busch, der mit Comedy und kleinen magischen Wundern die ganze Familie verzaubert uvm..**

---

**Montag 15.09. 11:00 – 13:00 Uhr Digitale Bildung mit den Technik-Botschaftern, 1,50 € p.P.**

**13:30 / 14:00 Uhr Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 & Pommern**

**Dienstag 16.09. 8:00 – 9:00 Uhr Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs**

**13:00 – 16:45 Uhr Spielenachmittag für Jedermann & Handarbeit**

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

**17:30 – 19:30 Uhr geschlossene Veranstaltung**

**Mittwoch 17.09. 14:00 Uhr plattdeutscher Nachmittag mit Manfred Möhr**

**10 € inkl. Kaffee und Kuchen, für VS Mitglieder 9 € Eintritt**

**Donnerstag 18.09. 10:00 Uhr Vorstandssitzung der OG 114**

**10:00 – 11:30 Uhr Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €**

**14:00 Uhr Pommerntreff der Pommernfreunde**

**Freitag 19.09. Sommerabschlussfest am 19. September – Musik, Flohmarkt, Tombola und mehr**

**Das Quartier Friedrich´s lädt herzlich zum großen Sommerabschlussfest ein! Gefeiert wird am Freitag, den 19. September 2025, von 11:00 bis 16:00 Uhr – offen für alle *Nachbar*innen und Gäste.**

**Für beste Stimmung sorgt DJ Erny, der mit seiner Musikauswahl durch den Tag begleitet. Kulinarisch ist ebenfalls gesorgt: Am Grill gibt es frisch gebratene Bratwürste, und auch für Getränke und andere kleine Snacks ist gesorgt.**

**Ein kleiner Flohmarkt lädt zum Stöbern, Tauschen und Plaudern ein – wer selbst einen Stand aufbauen möchte, kann sich gern im Vorfeld anmelden. Zusätzlich gibt es eine Tombola mit kleinen Gewinnen, bei der jeder Beitrag dem Gemeinschaftsleben im Quartier zugutekommt.**

**„Das Fest ist eine schöne Gelegenheit, um miteinander ins Gespräch zu kommen, gemeinsam den Sommer ausklingen zu lassen und neue Ideen für die kommenden Monate zu sammeln“, so das Organisationsteam des Quartiers.**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Montag** | **22.09.** | **11:00 – 13:00 Uhr** | **Digitale Bildung mit den Technik-Botschaftern, 1,50 € p.P.** |
| | | **13:30 Uhr** | **Spielenachmittag der Ortsgruppe 114 & 104** |
| | | **14:00 Uhr** | **Treff der ehemaligen Wandergruppe** |
| | | **14:00 Uhr** | **Kaffeenachmittag des Chor´s** |
| **Dienstag** | **23.09.** | **8:00 – 9:00 Uhr** | **Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs** |
| | | **14:00 Uhr** | **Spielenachmittag für Jedermann und Schachzirkel mit Schachfreunde Schwerin e.V.** |
| **Mittwoch** | **24.09.** | **14:00 Uhr** | **Veranstaltung mit dem Drehorgelorchester aus Lübstorf 12 € inkl. Kaffee & Kuchen, für Mitglieder 11 €** |
| **Donnerstag** | **25.09.** | **10:00 – 11:30 Uhr** | **Gedächtnistraining mit Bärbel Müller, 2 €** |
| | | **16:00 Uhr** | **Skat- und Romméabend, 12 € Startgeld** |
| **Freitag** | **26.09.** | **11:00 – 13:00 Uhr** | **Digitale Bildung mit dem Technik-Botschafter, 1,50 € p.P.** |
| | | | **ab 13:30 Uhr geschlossen** |
| **Montag** | **29.09.** | **11:00 – 13:00 Uhr** | **Digitale Bildung mit den Technik-Botschaftern, 1,50 € p.P.** |
| | | **13:30 Uhr** | **Spielenachmittag der Ortsgruppe 114** |
| | | **14:00 Uhr** | **Bastelnachmittag der Ortsgruppe 104** |
| **Dienstag** | **30.09.** | **8:00 – 9:00 Uhr** | **Seniorensport mit Bärbel, 5 € pro Kurs** |
| | | **9:30 – 13:00 Uhr** | **Qualitätszirkel (interne Veranstaltung)** |
| | | **14:00 Uhr** | **Spielenachmittag für Jedermann und Handarbeit** |

**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.**

# Veranstaltungshighlights im September Begegnungsstätte „Quartier Friedrich´s“

## Neues Bewegungsangebot für Senioren: Dienstags Seniorensport mit Bärbel

**Ab sofort findet im Quartier Friedrich´s jeden Dienstag von 8:00 bis 9:00 Uhr ein gezieltes Sportangebot für Seniorinnen und Senioren statt. Unter der Anleitung von Bärbel, einer erfahrenen Übungsleiterin, stehen Kraft- und Balancetraining im Mittelpunkt. Ziel ist es, gezielt Muskulatur aufzubauen, den Rücken zu stärken und die Standfestigkeit zu verbessern – ein wichtiger Beitrag zur Sturzprophylaxe im Alter. Das Training umfasst funktionelle Übungen für Beine, Rücken und Gleichgewicht. Zum Einsatz kommen dabei verschiedene Hilfsmittel wie Terrabänder, Bälle und weitere Trainingsgeräte, die gezielt die Koordination und Beweglichkeit fördern.**

**„Regelmäßige Bewegung ist gerade im Alter entscheidend für die Selbstständigkeit und Lebensqualität“, betont Bärbel. „Mein Ziel ist es, die Teilnehmer*innen individuell zu fördern und ihnen mit Freude an Bewegung Sicherheit im Alltag zu geben.“**

**Das Angebot ist offen für alle interessierten Seniorinnen und Senioren aus dem Quartier. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich. Bequeme Kleidung und etwas zu trinken werden empfohlen.**

## Gedächtnistraining mit Bärbel – Donnerstags von 10:00 bis 11:30 Uhr

**Nach dem erfolgreichen Start des Seniorensports erweitert das Quartier Friedrich´s sein Bewegungs- und Gesundheitsangebot für ältere Menschen: Ab sofort bietet Übungsleiterin Bärbel jeden Donnerstag von 10:00 bis 11:30 Uhr ein strukturiertes Gedächtnistraining an.**

**Das Angebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die ihre geistige Fitness aktiv erhalten und fördern möchten. In kleinen Gruppen werden spielerische und alltagsnahe Übungen zur Konzentration, Wortfindung, Merkfähigkeit und Denkflexibilität durchgeführt. Dabei sorgt Bärbel mit ihrer langjährigen Erfahrung und einfühlsamen Art für eine motivierende und entspannte Atmosphäre.**

**„Geistige Bewegung ist genauso wichtig wie körperliche – beides gehört zusammen, besonders im Alter“, so Bärbel. „Beim Gedächtnistraining geht es nicht um Leistung, sondern um gemeinsames Üben, Austausch und Spaß am Denken.“**

**Die Teilnahme ist für alle offen. Es wird ein Unkostenbeitrag von 2 € pro Person erhoben.**

## Palliativversorgung im Fokus: Oberärztin Dr. med. Katharina Dibbert spricht am 08.09. um 17 Uhr im Quartier Friedrich´s über SAPV

**Der Sozialverband lädt herzlich zu einer Informationsveranstaltung mit der renommierten Palliativmedizinerin Dr. med. Katharina Dibbert ins *Quartier Friedrich´s* ein. Im Mittelpunkt des Abends steht ein Thema, das viele Menschen betrifft, aber häufig mit Unsicherheit oder Unwissenheit verbunden ist: die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV).**

**Dr. Dibbert, Oberärztin mit langjähriger Erfahrung in der Palliativmedizin, wird in ihrem Vortrag erläutern, wofür die Abkürzung SAPV steht, für wen dieses besondere Angebot gedacht ist und wer die zentralen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner sind. Ziel ist es, Betroffene, Angehörige und Interessierte umfassend zu informieren und Ängste abzubauen.**

**SAPV – was ist das?**
**Die spezialisierte ambulante Palliativversorgung richtet sich an Menschen mit einer nicht heilbaren, fortschreitenden Erkrankung und begrenzter Lebenserwartung, die eine besonders intensive Betreuung benötigen – und das in ihrer häuslichen Umgebung. SAPV ergänzt die allgemeine Palliativversorgung und wird von spezialisierten Teams aus Ärzt*innen und Pflegekräften geleistet.**

## Modenschau im Quartier Friedrich´s: Senio Moda zu Gast am 10. September

**Am Mittwoch, den 10. September, wird es modisch im Quartier Friedrich´s: Senio Moda ist zu Gast und lädt alle Interessierten zu einer stilvollen Modenschau bei Kaffee und Kuchen ein.**

**Ab 14:00 Uhr präsentiert Manuela von Senio Moda eine Auswahl aktueller Damenmode – geschmackvoll, bequem und zu moderaten Preisen. Die Kollektion wird live präsentiert, und ein Modell aus dem Senio-Moda-Team führt die Stücke auf dem Laufsteg vor. Das Besondere: Wer selbst Lust hat, spontan bei der Modenschau mitzulaufen, ist herzlich eingeladen – ganz ohne Vorkenntnisse.**

**„Mode soll Freude machen, alltagstauglich sein und dabei gut aussehen – unabhängig vom Alter“, sagt Manuela. „Und wer möchte, darf die Stücke auch selbst auf dem Laufsteg zeigen.“**

**Kaffee und Kuchen sorgen für einen gemütlichen Rahmen und laden zum Verweilen ein.**