

Seniorentagesstätte der Arbeiterwohlfahrt  
Markgrafenheide  
Warnemünder Straße 3  
18146 Rostock  
Tel: 66 94 10  
Tel Mobil: 0176 15 00 77 33



# Monatsplan

Foto Copyright: Anke Dartsch



Wer genau hinschaut, sieht, dass die ganze Welt ein Garten ist.

## APRIL

Montag 08:00 Uhr  
03.04.2023

Auch heute ist **Frau Subitzki** für Sie da, wenn Sie einen Termin zur **Fußpflege** haben.



14:00 Uhr

Wir wünschen viel Spaß beim gemeinsamen Spielen.  
**Kaffee und Kuchen** stehen bereit.

Dienstag 08:30 Uhr  
04.04.2023

**DIENSTAGSFRÜHSTÜCK**  
Bitte melden Sie sich dazu an.



09:30 Uhr  
14:00 Uhr

**Auf zur Morgengymnastik** mit Marianne Kohlmeyer  
Unser „**Dienstags-Kaffeeklatsch**“ erwartet Sie mit Kaffee und Kuchen. Bitte anmelden.

---

Mittwoch 12:00 Uhr  
05.04.2023

**SENIOREN KOCHEN FÜR SENIOREN**

Bitte dazu anmelden!



14:00 Uhr



**FESTLICHE KAFFEEZEIT**

Der Vorstand des Ortsvereins lädt ein:

Die **Geburtstagskinder** des I. Quartals werden gefeiert.

---

Donnerstag 17:00 Uhr  
06.04.2023

**YOGAKURS – Der Frühjahrskurs endet heute!**

Frau Elisabeth Wagner erwartet die **erste Gruppe um 17:00 Uhr**, die **zweite Gruppe folgt um 18:30 Uhr**.

---

Montag  
10.04.2023



**OSTERMONTAG**

Wir wünschen Ihnen schöne Feiertage im Kreise Ihrer Familie.

---

Dienstag 08:30 Uhr  
11.04.2023

**DIENSTAGSFRÜHSTÜCK**

Bitte melden Sie sich dazu an.



09:30 Uhr

**Auf zur Morgengymnastik** mit Marianne Kohlmeier.

14:00 Uhr

Unser „**Dienstags-Kaffeeklatsch**“ erwartet Sie mit Kaffee und Kuchen. Bitte anmelden.

---

Mittwoch 12:00 Uhr  
12.04.2023

**SENIOREN KOCHEN FÜR SENIOREN**

Bitte dazu anmelden!



14:00 Uhr



**KAFFEEZEIT** und.....

.... danach begrüßen wir mit einem **Yee-Haw** die **LINE DANCER** „**Bilberries**“ des MKC mit neuem Programm



**Bitte um Beachtung!**

**Von 13:00-14:00 Uhr werden im Treff der Mitgliedsbeitrag und die Jahresgebühr für die Monatspläne kassiert.**

---

Donnerstag 08:30 Uhr  
13.04.2023

Heute ist wieder **Friseurtag** bei uns!

Das Friseurteam erwartet Sie, wenn Sie einen Termin haben.



Montag **08:00 Uhr**  
**17.04.2023**

Auch heute ist **Frau Subitzki** für Sie da, wenn Sie einen Termin zur **Fußpflege** haben.

**14:00 Uhr**



Wir wünschen viel Spaß beim gemeinsamen Spielen.  
**Kaffee und Kuchen** stehen bereit.

Dienstag **08:30 Uhr**  
**18.04.2023**

**DIENSTAGSFRÜHSTÜCK**

Bitte melden Sie sich dazu an.



**09:30 Uhr**

**Auf zur Morgengymnastik** mit Marianne Kohlmeyer.

**14:00 Uhr**

Unser „**Dienstags-Kaffeeklatsch**“ erwartet Sie mit Kaffee und Kuchen. Bitte anmelden.

Mittwoch **12:00 Uhr**  
**19.04.2023**

**SENIOREN KOCHEN FÜR SENIOREN**

Bitte dazu anmelden!



**14:00 Uhr**

**KAFFEEZEIT und ...**

... danach Gesprächsrunde mit dem kommunalen Präventionsrat der Hanse- und Universitätsstadt Rostock über Seniorensicherheit, Kriminalprävention und Sicherheit im Straßenverkehr



Freitag **09:30 Uhr**  
**21.04.2023**

**Platt is plietsch** – Wi snacken platt bi dat tweede Frühstück!

Jeder ist dazu herzlich willkommen, bitte unbedingt anmelden!

Samstag **08:30 Uhr**  
**22.04.2023**

**BUSAUSFLUG NACH BERLIN** zur Grand Show „**ARISE**“ im Friedrichstadtpalast. Wir wünschen Ihnen viel Spaß und gute Unterhaltung.



Die genauen Abfahrtszeiten des Busses und Details erhalten Sie zeitnah im Treff.

Montag **14:00 Uhr**  
**24.04.2023**

Wir wünschen viel Spaß beim gemeinsamen Spielen.  
**Kaffee und Kuchen** stehen bereit.



Dienstag 08:30 Uhr  
25.04.2023

## DIENSTAGSFRÜHSTÜCK

Bitte melden Sie sich dazu an.



09:30 Uhr

**Auf zur Morgengymnastik** mit Marianne Kohlmeyer.

14:00 Uhr

Unser „**Dienstags-Kaffeeklatsch**“ erwartet Sie mit Kaffee und Kuchen. Bitte anmelden

Mittwoch 12:00 Uhr  
26.04.2023

## SENIOREN KOCHEN FÜR SENIOREN

Bitte dazu anmelden!



14:00 Uhr

## KAFFEEZEIT und ...

... danach



**mit Bernd** – bitte anmelden!

Donnerstag 08:30 Uhr  
27.04.2023

Heute ist wieder **Friseurtag** bei uns!  
Das Friseurteam erwartet Sie, wenn Sie einen Termin haben.



## Vorausschau Mai:

10.05.2023

14:30 Uhr

Bei uns zu Gast:

### LIVE MUSIC NOW

Genießen Sie ein Konzert, aufgeführt von Studenten der HMT Rostock und finden Sie in dieser Stunde Freude, Entspannung und Kraft.



25.05. 2023

**TAGESFAHRT** zum Spargelessen auf „**Lödings Bauernhof**“ und Besuch von Mölln

Alle Informationen zu unseren Fahrten erhalten Sie im Treff.



**Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Treff.  
Genießen Sie die Vielfalt unserer Veranstaltungsangebote.**

Ihr AWO – Team mit  : Petra Lengies, Margret Denz und Anke Dartsch

*Änderungen vorbehalten.*