

Begegnungsstätte in Trägerschaft der AWO  
**Stadtteil Schmarl**  
R. Amundsen Str. 24, 18106 Rostock  
Tel. 120 99 37



# Monatsplan Juli

## Schmarl



<b>Mo.</b> 01.07.24	13.00 Uhr	<b>Seniorensport mit Frau Michaelis</b>	
		Kaffee und Kuchen	
<hr/>			
<b>Di.</b> 02.07.24	14.00 Uhr	<b>Stuhlgymnastik und Gedächtnistraining</b>	
		Kaffee und Kuchen	
<hr/>			
<b>Mi.</b> 03.07.24	12.00 Uhr	<b>gemeinsames Mittagessen</b>	
	14.00 Uhr	<b>Bingo</b>	
		Kaffee und Kuchen	
<hr/>			
<b>Do.</b> 04.07.24	12.00 Uhr	<b>gemeinsames Mittagessen</b>	
	14.00 Uhr	<b>Scherztombola</b>	
		Kaffee und Kuchen	
<hr/>			
<b>Fr.</b> 05.07.24	10.00 Uhr	<b>Handarbeit</b>	
	13.00 Uhr	<b>ÄR und OV</b>	
		Kaffee und Kuchen	
<hr/>			
<b>Mo.</b> 08.07.24	13.00 Uhr	kein Sport	
		Kaffee und Kuchen	
<hr/>			
<b>Di.</b> 09.07.24	14.00 Uhr	<b>Stuhlgymnastik und Gedächtnistraining</b>	
		Kaffee und Kuchen	
<hr/>			
<b>Mi.</b> 10.07.24	12.00 Uhr	<b>gemeinsames Mittagessen</b>	
	14.00Uhr	<b>Spiele</b>	
		Kaffee und Kuchen	
<hr/>			
<b>Do.</b> 11.07.24	12.00 Uhr	<b>Sommerfest</b>	
		Grillen mit Spiel und Spaß Musik mit Helmut B.	

Fr. 12.07.24

09.30 Uhr

**Frühstück**

Gemeinsames Frühstück in gemütlicher Runde



15.30 Uhr

**AWO-Mitgliederversammlung**

Es erfolgen gesonderte Einladungen. Bitte beachten Sie die Aushänge

---

Mo. 15.07.24

13.00 Uhr

**kein Sport**

Kaffee und Kuchen



Di. 16.07.24

14.00 Uhr

**Stuhlgymnastik und Gedächtnistraining**

Kaffee und Kuchen



Mi. 17.07.24

12.00 Uhr

**gemeinsames Mittagessen**

14.00 Uhr

**Bingo**

Kaffee und Kuchen



Do. 18.07.24



12.00 Uhr

**Thementag Ungarn**

**gemeinsames Mittagessen**

Wir reisen kulinarisch rund um die Welt mit **Musik und Quiz**

Kaffee und Kuchen



Fr. 19.07.24

10.00 Uhr

**Rund ums Digitale**

Haben Sie Problem mit Ihrem PC oder Fragen zur Handhabung Ihres Handys?

Wir helfen Ihnen gerne.



13.00 Uhr

**Spielenachmittag**

Kaffee und Kuchen

---

Mo. 22.07.24

13.00 Uhr

**Seniorenport mit Frau Michaelis**

Kaffee und Kuchen



Di. 23.07.24

**Busreise**

*Floßfahrt mit Rauchwurst und Christiansberg*

*Die Abfahrtszeiten entnehmen Sie bitte den Aushängen.*



Mi. 24.07.24 12.00 Uhr **gemeinsames Mittagessen**  
14.00 Uhr zu Gast: **der Präventionsrat**  
Thema: Enkeltrick



Do. 25.07.24 12.00 Uhr **Mittagsgrillen**  
14.00 Uhr **Tanztee mit Helmut**



Fr. 26.07.24 09.30 Uhr **Frühstück**  
Gemeinsames Frühstück in gemütlicher Runde  
10.30 Uhr **Handarbeit**  
13.00 Uhr **Spielesachmittag**  
Kaffee und Kuchen



Mo. 29.07.24 13.00 Uhr **Seniorensport mit Frau Michaelis**  
Kaffee und Kuchen



Di. 30.07.24 14.00 Uhr **Stuhlgymnastik und Gedächtnistraining**  
Kaffee und Kuchen



Mi. 31.07.24 12.00 Uhr **gemeinsames Mittagessen**  
14.00 Uhr **Bingo**  
Kaffee und Kuchen



Plan unter Vorbehalt - Änderungen sind möglich. Alle Veranstaltungen nur mit Anmeldung. Schauen Sie bei uns rein. Jeder ist willkommen. Wir freuen uns auf Sie.

### **Highlight August 2024**

**01.08.2024 2. Quizrunde mit den Omas for Future**

**28.08.2024 zu Gast: Dr. Toman**

**29.08.2024 wir mixen selber Cocktails**