

Begegnungsstätte „Heidehaus“
In Trägerschaft der AWO Rostock
Warnemünder Str. 03
18046 Rostock
Tel.: 0381 66 94 10



Rostock

Monatsplan März *Markgrafenheide*



Mo. 02.03.26



14.00 Uhr

Fußpflege

Kaffeeklatsch und Kartenspiele

Di. 03.03.26



08.30 Uhr

09.30 Uhr

13.30 Uhr

Dienstagsfrühstück

Morgengymnastik mit Marianne

Kaffeezeit

Mi. 04.03.26



12.00 Uhr

13.00 Uhr

13.30 Uhr

Gemeinsames Mittagessen

Ältestenrat

Kaffeeklatsch wie zu

Opa's Zeiten

mit Hörbuch aus Omas Zeiten

(Jeder bringt eine Sammeltasse mit und es gibt Kuchen nach altem Hausrezept)

16.30 Uhr

Jeder kann zeichnen

Zeichenkurs mit Martin

Do. 05.03.26

14.00 Uhr

17.00 Uhr

18.30 Uhr

Friseurtag

Kaffeeklatsch und Kartenspiele

Yoga mit Elisabeth

Yoga mit Elisabeth

Fr. 06.03.26

14.00 Uhr



Lesestunde bei Kaffee

und Plätzchen mit Anke

Mo. 09.03.26

14.00 Uhr

18.00 Uhr

Kaffeeklatsch und Kartenspiele

Anwohnerstammtisch



Di. 10.03.26



08.30 Uhr

09.30 Uhr

13.30 Uhr

14.00 Uhr

Dienstagsfrühstück

Morgengymnastik mit Marianne

Kaffeezeit

Ostermarktbasteln mit Liane

Wir gestalten Tontöpfe mit Schablonier Technik.

Mi. 11.03.26



12.00 Uhr

13.30 Uhr

16.30 Uhr

Gemeinsames Mittagessen

Frauentagsfeier

Jeder kann zeichnen

Zeichenkurs mit Martin

Do. 12.03.26



14.00 Uhr

17.00 Uhr

18.30 Uhr

Karaoke mit Steven

Yoga mit Elisabeth

Yoga mit Elisabeth



Mo. 16.03.26

14.00 Uhr

Fußpflege

Kaffeeeklatsch und Kartenspiele



Di. 17.03.26



08.30 Uhr

09.30 Uhr

13.30 Uhr

Dienstagsfrühstück

Morgengymnastik mit Marianne

Kaffeezeit

Mi. 18.03.26



12.00 Uhr

13.30 Uhr

16.30 Uhr

Gemeinsames Mittagessen

Kaffeeplausch und

Besuch des Modemobils

Jeder kann zeichnen

Zeichenkurs mit Martin

Do. 19.03.26

11.30 Uhr

13.00 Uhr

14.00 Uhr

Suppengenuss

Handysprechstunde

Kaffeeeklatsch und Kartenspiele



Fr. 20.03.26

09.30 Uhr

Platt is plietsch

Wi snacken platt bi dat tweede Frühstück.

14.00 Uhr

**Lesestunde bei Kaffee
und Plätzchen mit Anke**



Mo. 23.03.26

14.00 Uhr

Kaffeeeklatsch und Kartenspiele



Di. 24.03.26



08.30 Uhr

09.30 Uhr

13.30 Uhr

Dienstagsfrühstück

Morgengymnastik mit Marianne

Kaffeezeit

Mi. 25.03.26



12.00 Uhr

13.30 Uhr

14.00 Uhr

16.30 Uhr

Gemeinsames Mittagessen

Frühlings-Kaffeeklatsch

Bingo mit Bernd

Jeder kann zeichnen

Zeichenkurs mit Martin

Do. 26.03.26

14.00 Uhr

Kaffeestunde



Fr. 27.03.26



09.00 Uhr

Markgrafenheide on tour

Details erhalten Sie im Treff.

Sa. 28.03.26

11.00 Uhr

Osterspaziergang mit Imbiss



So. 29.03.26

10.00-13.00 Uhr **OSTERMARKT** am Treff mit
den Minis des MKC

Mo. 30.03.26

14.00 Uhr

Fußpflege

Kaffeeklatsch und Kartenspiele



Di. 31.03.26



08.30 Uhr

09.30 Uhr

13.30 Uhr

Dienstagsfrühstück

Morgengymnastik mit Marianne

Kaffeezeit

Plan unter Vorbehalt - Änderungen sind möglich. **Bitte melden Sie sich für alle Veranstaltungen an.** Schauen Sie bei uns rein. Jeder ist willkommen. Wir freuen uns auf Sie.

Highlights April 2026

01.04.2026

Osterkaffee mit Verkostung verschiedener
Kaffeevariationen

15.04.2026

Quartalsgeburtstag vom OV für das 1. Quartal 26

Frühlingskonzert mit dem Chor der VS
(Termin wird noch bekannt gegeben)