



regelmäßige Angebote

Stand Oktober 2025

täglich montags bis freitags

10.00 - 16.00 (freitags nur bis 15)	Mittagessen/Kaffee und Kuchen	SBZ Börgerhus Groß Klein, Verein „Gemeinsam für Groß & Klein e.V.“
13.00-17.00 (Mo)	Lütt Sommer-Café	SBZ Lütten Klein
12.00 - 13.00	Suppenküche für Warnowpassbesitzende (verantwortlich: Wohltat e.V.)	SBZ Lichtenhagen
12.00 - 13.00	„Is(s)t Aktiv“ für Warnowpassbesitzende (verantwortlich: Wohltat e.V.), mit Anmeldung	SBZ Lütten Klein

Montags

9.30-11.00	Frauen-Rommé-Gruppe	SBZ Lütten Klein
10.00 - 13.00	Sprechstunde digitale Themen: Unterstützung mit Smartphone, Internetrecherche, online-Terminbuchung, Kopierservice	SBZ Börgerhus Groß Klein, Info-Punkt
10.00 - 12.00	Sprechstunde „Verbraucherschutz vor Ort“	Stadtteilbüro Lichtenhagen
11.30 - 16.00	Mittagessen und Kaffee/Kuchen, gegen Spende	Bistro im SBZ „Maxim“
13.00	Seniorenport unter fachlicher Anleitung, ab 13.10.	Seniorentreff Schmarl
13.00 - 16.00	Sprechstunde „Verbraucherschutz vor Ort“	SBZ Börgerhus Groß Klein
13.45 - 15.45	Spieletreff Gruppe NW 60+	SBZ Börgerhus, Saal
13.30	Bingo (06.10./20.10./27.10.)	Seniorentreff Warnemünde
14.00 - 16.00	Kreativ-Nachmittag (Material bitte selbst mitbringen)	SBZ Lütten Klein
14.00 - 16.30	Spielesachmittag: Rommé Skat, Kniffel, Schach und eigene Spielideen, Kosten: 2 €, mit Anmeldung	Seniorentreff, SBZ „Maxim“
14.30	Senioren Spielesachmittag	SBZ „Haus 12“

Dienstags

8.45 - 9.15	Gymnastik – Halbestunde, je nach Witterung	Generationenpark Lütten Klein
14.00	Stuhlgymnastik und Plauderstunde,	Seniorentreff Schmarl
14.00 - 16.30	Spielesachmittag	SBZ Lichtenhagen
14.00 - 16.00	Kartenspiel (2€, Kaffee+ selbstgebackener Kuchen gegen Aufpreis), Anmeldung: 0381 7680564 (7./21.10.)	Seniorentreff, SBZ „Maxim“
14.00 - 16.00	Spielesachmittag (14.10./21.10./28.10.)	Seniorentreff Warnemünde
15.00 - 18.00	Ukrainisches Frauen-Begegnungstreffen	Stadtteilbüro Lichtenhagen
18.00 - 21.00	Schachgruppe (fortgeschritten)	SBZ Lütten Klein

Mittwochs

10.00 - 12.00	Kubb / Wikinger Schach und andere Spiele	Treffpunkt: AWO Börgerhus
10.00 - 11.00	Digitale Sprechstunde: Smartphone, Laptop & Co.	Seniorentreff, SBZ „Maxim“



Mittwochs

10.00 - 12.00	Sprechstunde „Älter werden in Lichtenhagen“	Stadtteilbüro Lichtenhagen
11.30	Mittagstisch: Suppentag, 3,50€	SBZ Lütten Klein, Lütt Café
12.00	Mittagstisch	Seniorentreff Schmarl
13.00 - 15.30	Schuldnerberatung durch eibe e.V. (2. & 4. Mi im Monat)	SBZ Lichtenhagen
14.00 - 16.00	Bingo, mit Anmeldung	Seniorentreff, SBZ „Maxim“
14.00	Sport	Seniorentreff Warnemünde
15.00 - 17.00	Spiel, Spaß und Gemeinschaft: Offener Treff für jedes Alter mit der Initiative „Hunger nach mehr“ (01.10, 08.10. und 29.10.)	SBZ Börgerhus, Saal
17.00 - 18.00	Selbsthilfegruppe „Trockendock“	SBZ Lichtenhagen

Donnerstags

9.30 - 10.30	Englisch 60+ „In gemütlicher Runde Englisch auffrischen + lernen. Anmeldung unter: 0151/14232712“	Projektraum, SBZ „Maxim“
10.00 - 13.00	Sprechstunde „Verbraucherschutz vor Ort“	Seniorentreff, SBZ „Maxim“
13.00 - 17.00	Energieberatung der Verbraucherzentrale M-V e.V. Terminvereinbarung unter Tel.0381/120515 (1. & 3. Do)	SBZ Börgerhus, Info-Punkt
12.00	Mittagstisch	Seniorentreff Schmarl
14.00 - 16.30	Spielesachmittag	SBZ Lichtenhagen
14.00	Spielesachmittag (02.10./09.10.)	Seniorentreff Warnemünde
15.00 - 18.00	Sprechstunde „Verbraucherschutz vor Ort“	SBZ „Haus 12“

Freitags

9.00 - 12.00	Sprechstunde „Verbraucherschutz vor Ort“	SBZ Lütten Klein
10.00	Handarbeit und Spielzeit	Seniorentreff Schmarl
11.30	Seniorenmittagessen, frisch zubereitet, mit Anmeldung	Seniorentreff, SBZ „Maxim“
14.00 - 17.00	Stadtteilcafé	Stadtteilbüro Lichtenhagen

(SBZ= Stadtteil- und Begegnungszentrum)

ViSdP: AK Seniorenarbeit NordWest, c/o IN VIA Rostock e.V., Juliane Schmidt
Warnowallee 23, 18107 Rostock | Tel. 0381 12781650 | Änderungen vorbehalten.