

täglich montags bis freitags

nach Vereinbarung	Sprechstunde Digital-Lots*innen: Rat & Hilfe bei Smartphone, Tablet, Laptop, Internet	IN VIA Projekt „Älter werden in Lütten Klein“
10.00 - 16.00 (freitags nur bis 15)	Mittagessen/Kaffee und Kuchen	Bürgerhaus Groß Klein, Verein „Gemeinsam für Groß & Klein e.V.“
10.00 – 17.00 (Mo-Do)	Lütt Café	SBZ Lütten Klein
12.00 - 13.00	Suppenküche für Warnowpassbesitzende (verantwortlich: Wohltat e.V.)	Kolping Begegnungszentrum

Montags

10.00 - 13.00	Sprechstunde digitale Themen: Unterstützung mit Smartphone, Internetrecherche, online-Terminbuchung, Kopierservice	Bürgerhaus Groß Klein, Info-Punkt
11.30 - 16.00	Mittagessen und Kaffee/Kuchen, gegen Spende	Bistro im SBZ „Maxim“
13.00	Senioren sport unter fachlicher Anleitung	AWO - Treff Schmarl
13.30 - 16.00	Spielen Sie gerne? Rommé Skat, Kniffel, Schach, ...	Seniorentreff im SBZ „Maxim“
13.45 - 15.45	Spieletreff Gruppe NW 60+	SBZ Bürgerhaus, Saal
14.00 - 16.00	Kreativ-Nachmittag (Material bitte selbst mitbringen)	SBZ Lütten Klein
14.30	Senioren Spielenachmittag	SBZ „Haus 12“

Dienstags

11.30	Mittagstisch: Afghanische Küche, 3€	SBZ Lütten Klein, Lütt Café
13.00 - 16.00	Kartenspiel (14-tägig) Kaffee&Kuchen, mit Anmeldung	Seniorentreff im SBZ „Maxim“
14.00	Gedächtnistraining und Stuhlgymnastik	AWO – Treff Schmarl
14.00 - 17.00	Fahrradwerkstatt (2. und 4. Di im Monat)	Bürgerhaus Groß Klein
14.00 - 16.30	Spielenachmittag	Kolping Begegnungszentrum
14.00 - 16.00	Spielenachmittag	Seniorentreff Warnemünde

Mittwochs

9.00	Osteoporose Sport	SBZ „Haus 12“
9.00 - 12.00	Kubb / Wikinger Schach und andere Spiele	Treffpunkt: AWO Bürgerhaus
10.00 - 12.00	Digitale Sprechstunde: Fragen zu Smartphone, Laptop & Co.	Seniorentreff im SBZ „Maxim“
10.00 - 12.00	Sprechstunde „Älter werden in Lichtenhagen“	Stadtteilbüro Lichtenhagen
11.30	Mittagstisch: Suppentag, 3€	SBZ Lütten Klein, Lütt Café
12.00	Mittagstisch	AWO – Treff Schmarl
13.30 - 15.30	Seniorentreff	Bürgerhaus Groß Klein
14.00	Sport	Seniorentreff Warnemünde
14.00 - 16.00	Bingo (Kaffee & Kuchen), mit Anmeldung	Seniorentreff im SBZ „Maxim“

Donnerstags

8.45	Gymnastik-Halbestunde	Generationenpark Stockholmer/ Osloer Str.
9.30	Nordic Walking	Fischerdorf, Rollschuhbahn
10.00 - 12.00	Stadtteilsprechstunde Lütten Klein	SBZ Lütten Klein
12.00	Mittagstisch	AWO – Treff Schmarl
14.00 - 16.30	Spielenachmittag	Kolping Begegnungszentrum

Freitags

10.00	Handarbeit (14-tägig)	AWO – Treff Schmarl
12.00	Seniorenmittagessen, frisch zubereitet, mit Anmeldung	Seniorentreff im SBZ „Maxim“
13.00	Spielenachmittag	AWO – Treff Schmarl
13.00 - 15.00	Klöppeln	SBZ Lütten Klein
16.00 - 17.00	Internet für Einsteiger*innen	Stadtteilbüro Lichtenhagen

Hier finden Sie die Veranstaltungsorte:

Lütten Klein

Stadtteil- und Begegnungszentrum Lütten Klein
Danziger Str. 45 d – Tel. 0381 77 88 030

IN VIA-Projekt „Älter werden in Lütten Klein“
Tel. 0381 127 81 650
www.invia-rostock.de

Groß Klein

Stadtteil- und Begegnungszentrum „AWO Bürgerhaus“
Gerüstbauerring 28 – Tel. 0381 877 299 23
www.awo-rostock.de

Schmarl

Stadtteil- und Begegnungszentrum „Haus 12“
Am Schmarler Bach 1 – Tel. 0381 121 81 18
www.asb-kjh.de

AWO Seniorentreff Schmarl

R.-Amundsen-Str. 24 – Tel. 0381 120 99 37
www.awo-rostock.de

Lichtenhagen

Kolping Begegnungszentrum
Eutiner Str. 20 – Tel. 0381 71 72 38
www.kolping-mv.de

RGS Stadtteilbüro Lichtenhagen
Lichtenhäger Brink 10 – Tel. 0381 456 07 38
„Älter werde in Lichtenhagen“ - Tel. 0381 456 07 99
www.rgs-rostock.de

Evershagen

Stadtteil- und Begegnungszentrum „Maxim“
Maxim-Gorki-Str. 52 – Tel. 0381 768 05 64
www.ill-ev.de

Warnemünde

AWO Seniorentreff Warnemünde
Lortzingstr. 19 – Tel. 0381 52 871
www.awo-rostock.de

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



täglich montags bis freitags

nach Vereinbarung	Sprechstunde Digital-Lots*innen: Rat & Hilfe bei Smartphone, Tablet, Laptop, Internet	IN VIA Projekt „Älter werden in Lütten Klein“
10.00 - 16.00 (freitags nur bis 15)	Mittagessen/Kaffee und Kuchen	Bürgerhaus Groß Klein, Verein „Gemeinsam für Groß & Klein e.V.“
10.00 – 17.00 (Mo-Do)	Lütt Café	SBZ Lütten Klein
12.00 - 13.00	Suppenküche für Warnowpassbesitzende (verantwortlich: Wohltat e.V.)	Kolping Begegnungszentrum

Montags

10.00 - 13.00	Sprechstunde digitale Themen: Unterstützung mit Smartphone, Internetrecherche, online-Terminbuchung, Kopierservice	Bürgerhaus Groß Klein, Info-Punkt
11.30 - 16.00	Mittagessen und Kaffee/Kuchen, gegen Spende	Bistro im SBZ „Maxim“
13.00	Senioren sport unter fachlicher Anleitung	AWO - Treff Schmarl
13.30 - 16.00	Spielen Sie gerne? Rommé Skat, Kniffel, Schach, ...	Seniorentreff im SBZ „Maxim“
13.45 - 15.45	Spieletreff Gruppe NW 60+	SBZ Bürgerhaus, Saal
14.00 - 16.00	Kreativ-Nachmittag (Material bitte selbst mitbringen)	SBZ Lütten Klein
14.30	Senioren Spielenachmittag	SBZ „Haus 12“

Dienstags

11.30	Mittagstisch: Afghanische Küche, 3€	SBZ Lütten Klein, Lütt Café
13.00 - 16.00	Kartenspiel (14-tägig) Kaffee&Kuchen, mit Anmeldung	Seniorentreff im SBZ „Maxim“
14.00	Gedächtnistraining und Stuhlgymnastik	AWO – Treff Schmarl
14.00 - 17.00	Fahrradwerkstatt (2. und 4. Di im Monat)	Bürgerhaus Groß Klein
14.00 - 16.30	Spielenachmittag	Kolping Begegnungszentrum
14.00 - 16.00	Spielenachmittag	Seniorentreff Warnemünde

Mittwochs

9.00	Osteoporose Sport	SBZ „Haus 12“
9.00 - 12.00	Kubb / Wikinger Schach und andere Spiele	Treffpunkt: AWO Bürgerhaus
10.00 - 12.00	Digitale Sprechstunde: Fragen zu Smartphone, Laptop & Co.	Seniorentreff im SBZ „Maxim“
10.00 - 12.00	Sprechstunde „Älter werden in Lichtenhagen“	Stadtteilbüro Lichtenhagen
11.30	Mittagstisch: Suppentag, 3€	SBZ Lütten Klein, Lütt Café
12.00	Mittagstisch	AWO – Treff Schmarl
13.30 - 15.30	Seniorentreff	Bürgerhaus Groß Klein
14.00	Sport	Seniorentreff Warnemünde
14.00 - 16.00	Bingo (Kaffee & Kuchen), mit Anmeldung	Seniorentreff im SBZ „Maxim“

Donnerstags

8.45	Gymnastik-Viertelstunde	Generationenpark Stockholmer/ Osloer Str.
9.30	Nordic Walking	Fischerdorf, Rollschuhbahn
10.00 - 12.00	Stadtteilsprechstunde Lütten Klein	SBZ Lütten Klein
12.00	Mittagstisch	AWO – Treff Schmarl
14.00 - 16.30	Spielenachmittag	Kolping Begegnungszentrum

Freitags

10.00	Handarbeit (14-tägig)	AWO – Treff Schmarl
12.00	Seniorenmittagessen, frisch zubereitet, mit Anmeldung	Seniorentreff im SBZ „Maxim“
13.00	Spielenachmittag	AWO – Treff Schmarl
13.00 - 15.00	Klöppeln	SBZ Lütten Klein
16.00 - 17.00	Internet für Einsteiger*innen	Stadtteilbüro Lichtenhagen

Hier finden Sie die Veranstaltungsorte:

Lütten Klein

Stadtteil- und Begegnungszentrum Lütten Klein
Danziger Str. 45 d – Tel. 0381 77 88 030

IN VIA-Projekt „Älter werden in Lütten Klein“
Tel. 0381 127 81 650
www.invia-rostock.de

Groß Klein

Stadtteil- und Begegnungszentrum „AWO Bürgerhaus“
Gerüstbauerring 28 – Tel. 0381 877 299 23
www.awo-rostock.de

Schmarl

Stadtteil- und Begegnungszentrum „Haus 12“
Am Schmarler Bach 1 – Tel. 0381 121 81 18
www.asb-kjh.de

AWO Seniorentreff Schmarl

R.-Amundsen-Str. 24 – Tel. 0381 120 99 37
www.awo-rostock.de

Lichtenhagen

Kolping Begegnungszentrum
Eutiner Str. 20 – Tel. 0381 71 72 38
www.kolping-mv.de

RGS Stadtteilbüro Lichtenhagen
Lichtenhäger Brink 10 – Tel. 0381 456 07 38
„Älter werde in Lichtenhagen“ - Tel. 0381 456 07 99
www.rgs-rostock.de

Evershagen

Stadtteil- und Begegnungszentrum „Maxim“
Maxim-Gorki-Str. 52 – Tel. 0381 768 05 64
www.ill-ev.de

Warnemünde

AWO Seniorentreff Warnemünde
Lortzingstr. 19 – Tel. 0381 52 871
www.awo-rostock.de

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

