

### **Mittagstisch – Genießen in Gesellschaft**

Montag & Freitag von 12.00 bis 13.00 Uhr  
Vor Anmeldung ist erforderlich!

### **Essen bei Ihnen zu Hause**

Wir bringen Ihnen Menüs heiß oder tiefkühlfrisch auch ins Haus.

### **SeLmA – Selbstbestimmtes Leben im Alter**

Betreutes Wohnen zu Hause mit der Sicherheit des Hausnotrufes

### **Nachbarschaftshilfe und Mobile Dienste**

Hilfen bei der Haushaltsführung, Kehrwoche, Fahr- und Begleitedienste etc.

### **Ambulanter Pflegedienst – Pflege mit Herz bei Ihnen zu Hause**

Medizinische und pflegerische Leistungen.  
Zugelassen bei allen Kassen. Tel. 210 61-58

### **Reisen + Urlaub**

Wir informieren Sie gerne über unsere Reiseangebote für Senioren. Tel. 210 61-53

### **Allgemeine Information und Beratung**

Unterstützung und Beratung bei Sorgen, Nöten, Alltagsproblemen. Wir behandeln Ihr Anliegen streng vertraulich.

Rufen Sie uns an: 6 49 89 94

---

Spendenkonto IBAN: DE98 3702 0500 0006 7420 02 - BIC: BFSWDE33XXX



## **Stuttgart**

Möhringer Straße 56  
70199 Stuttgart-Süd  
Tel. 6 49 89 94  
bgs.sued@awo-stuttgart.de  
www.awo-stuttgart.de  
Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag  
09.00 bis 17.00 Uhr



## **Begegnungs- und Servicezentrum Altes Feuerwehrhaus**

Programm  
September 2024



Die Begegnungs- u. Servicezentren sind Treffpunkte für ältere Menschen. Sie finden bei uns Beratung, Kontakt, Geselligkeit, Kultur und Bildung. Bei unserem täglichen Mittagstisch sind Sie herzlich willkommen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!  
Unsere Angebote werden gefördert durch die Landeshauptstadt Stuttgart.

# September 2024

## Wechselnde Angebote

**Mo, 02.09.**  
 Beginn: 15.00 Uhr  
 Begegnungsstätte

**Montagsschwätzer der AWO Süd-West-Kaltental**  
 Die Ortsgruppe sowie das Team der Begegnungsstätte laden zu Kaffee und Kuchen ein.

**Mi, 04.09.**  
 Beginn: 14.00 Uhr  
 Begegnungsstätte  
 Kosten: 5,- €

**Kaffee und Kuchen mit Programm**  
 Der VdK Stuttgart-Heslach lädt Sie in Kooperation mit der AWO zu Kaffee und Kuchen in die Begegnungsstätte ein. Heute referiert zum Thema *Hilfe gegen Einsamkeit* Frau Gabriele Reichhardt, Leiterin Abteilung strategische Sozialplanung der Stadt Stuttgart.

**Di, 10.09.**  
 Einlass: 13.30 Uhr  
 Tanz: 14.00 – 17.00 Uhr  
 Saal  
 Eintritt: 3,- €

**Dienstagstanz mit Livemusik**  
 Bei Kuchen und Kaffee können Sie Livemusik genießen und sich auf die Tanzfläche schwingen. Heute mit Adrian Schön.

**Di, 10.09.**  
 14.30 – 15.30 Uhr  
 Begegnungsstätte

**Beratung 63 plus**  
 Beratungsangebot vom Bürgerservice Leben im Alter. Kommen Sie mit allen Fragen rund ums Alter (Rente, finanzielle Hilfe, Anträge, Hilfe im Haushalt, Pflege, etc.) vorbei. Heute mit Herrn Görlich.

**Mi, 11.09.**  
 Beginn: 10.00 Uhr  
 Begegnungsstätte  
 Kosten: 5,- €

**Frühstück**  
 Wir laden Sie herzlich zu unserem Frühstück in die Begegnungsstätte ein. *Bitte melden Sie sich an!*  
 Tel. 649 8994

**Di, 17.09.**  
 14.30 - 16.00 Uhr  
 Saal  
 Eintritt: 10,- €  
 Anmeldung erforderlich!

**Klangmeditation – 90 min. Klangreise**  
 Minds. Teilnehmerzahl 5 Personen. Anmeldung bis 06.09. unter Tel. 0711 649 89 94  
 Tauchen Sie ein in die Klänge von Gongs und Naturtoninstrumenten. Selbstheilungskräfte werden harmonisiert und aktiviert.  
 Bitte mitbringen: weiche Unterlage, Decke, Kissen

**Mi, 18.09.**  
 Beginn: 14.00 Uhr  
 Foyer

**Bingo**  
 Die Kugeln rollen wieder. Schöne Preise, Kaffee und Kuchen warten auf Sie. Versuchen Sie Ihr Glück!

**Do, 19.09.**  
 Treffpunkt: 8.45 Uhr  
 Am Alten Feuerwehrhaus

**Ausflug nach Bad Wildbad**  
 Die Montagsschwätzer der AWO Süd-West-Kaltental fahren gemeinsam nach Bad Wildbad. Als Programm vor Ort gibt es die Wahl zwischen einem Thermalbadbesuch und einem Gang durch den Kurpark. Anmeldung bis zum 12.9. an ulrich.seitz.stgt@arcor.de oder 0711 6492184

**Do, 19.09.**  
 16.30 – 18.00 Uhr  
 Saal  
 Spendenempfehlung 8 €

**Konzert – Wie klingt meine Seele ?**  
 Mit Evgeny Alexeev, Konzertpianist und Komponist, Musikhochschule Stuttgart.  
 Wir teilen innere Bilder, die beim Zuhören entstehen, daraus komponiert der Pianist neue Klänge für uns alle als musikalische Meditation.

**Do, 19.09.**  
 Beginn: 14.00 Uhr  
 Foyer

**Vor-Lesen – Zu-Hören – Aus-Tauschen**  
 Bewegende Geschichten hören/ Aus dem eigenen Leben erzählen/ Ins Gespräch kommen/ Oder nur Zuhören **Wer zuhört, gehört bereits dazu** - Mit Manfred Schmitz

**Di, 24.09.**  
 Einlass: 13.30 Uhr  
 Tanz: 14.00 – 17.00 Uhr  
 Saal  
 Eintritt: 3,- €

**Dienstagstanz mit Livemusik**  
 Bei Kuchen und Kaffee können Sie Livemusik genießen und sich auf die Tanzfläche schwingen. Heute mit Paul Schlechter.

**Do, 26.09.**  
 10.00 - 11.00 Uhr  
 Im Hof (Zugang Möhringer Straße)

**Kräuterbeet-Treffen**  
 Wir kümmern uns gemeinsam um die Kräuter in unserem Hochbeet im Hinterhof. Es wachsen dort verschiedene Kräuter, die wir beispielsweise beim Kochen direkt frisch verwenden können.

**Fr, 27.09.**  
 10.00 – 12.00 Uhr

Treffpunkt um 10 Uhr  
 Marienplatz an der „Zacke“

**Stadtteilspaziergang - „Heslach erleben!“**  
 Wir begeben uns mit Sybille Weitz, Kunstvermittlerin und Autorin lokalgeschichtlicher Bücher auf einen Spaziergang zu der Geschichte Degerlochs. Der Treffpunkt ist um 10 Uhr an der Zacke am Marienplatz. Wir fahren von dort mit der historischen Zahnradbahn „Zacke“, erkunden Degerloch und seine Villen. Zurück geht's von der „Falterau“ mit dem 70er-Bus wieder zur „Zacke“ und von dort nach Heslach. Zum Abschluss laden wir bei Getränken und Gebäck im Café Nachbarschaft im Generationenhaus Heslach ein.

## Regelmäßige Angebote

<b>Montag</b>	
09.30 – 10.30 Uhr	<b>Yoga</b> (Großer Saal) <b>NICHT am 2.9.</b>
12.00 – 13.00 Uhr	<b>Mittagstisch</b> (OG Raum 1) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
14.00 – 15.00 Uhr	<b>Gedächtnistraining</b> (BGS)
14.30 – 16.00 Uhr	<b>Tänze mit Gundula Schneider</b> (Großer Saal) 14-tägig / Anmeldung unter 0711 6404067
<b>Dienstag</b>	
09.15 – 10.15 Uhr oder 10.30 – 11.30 Uhr	<b>Gymnastik in zwei Gruppen</b> (Großer Saal) Deutsches Rotes Kreuz / Anmeldung 0711 6493060
17.00 – 18.00 Uhr	<b>Griechische Tänze</b> (Empore) <b>ab dem 17.9.</b>
18.30 – 20.00 Uhr	<b>Ukrainische Liedergruppe „Die Stimme des Friedens“</b> (EG Foyer) <i>Bitte anmelden!</i>
18.30 – 21.00 Uhr	<b>Chormäleon</b> DHBW Stuttgart (Großer Saal) Anmeldung unter <a href="mailto:contact@chormaeleon.net">contact@chormaeleon.net</a>
<b>Mittwoch</b>	
10.00 – 12.00 Uhr	<b>Senior:innentanz</b> (Großer Saal) Anmeldung unter 0176 84050799
15.00 – 17.00 Uhr	<b>Internationale Tänze</b> Tanzen e.V. (Großer Saal)
<b>Donnerstag</b>	
09.30 – 10.30 Uhr	<b>Yoga</b> (Großer Saal) <b>NICHT am 5.9.</b>
11.00 – 14.00 Uhr	<b>Kochen &amp; Genießen</b> (BGS) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
13.30 – 16.30 Uhr	<b>Spielecafé: Rommé</b> (BGS)
<b>Freitag</b>	
10.30 – 11.30 Uhr	<b>Qigong</b> (Großer Saal) <i>Bitte melden Sie sich an!</i> <b>NICHT am 6.9.</b>
12.00 – 13.00 Uhr	<b>Mittagstisch</b> (OG Raum 1) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
13.00 – 14.30 Uhr	<b>Digitalcafé mit Handysprechstunde</b> (BGS) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
16.30 – 21.00 Uhr	<b>Internationales Café</b> (BGS) <b>NICHT am 6.9.</b>

## Regelmäßige Angebote

<b>Montag</b>	
09.30 – 10.30 Uhr	<b>Yoga</b> (Großer Saal) <b>NICHT am 2.9.</b>
12.00 – 13.00 Uhr	<b>Mittagstisch</b> (OG Raum 1) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
14.00 – 15.00 Uhr	<b>Gedächtnistraining</b> (BGS)
14.30 – 16.00 Uhr	<b>Tänze mit Gundula Schneider</b> (Großer Saal) 14-tägig / Anmeldung unter 0711 6404067
<b>Dienstag</b>	
09.15 – 10.15 Uhr oder 10.30 – 11.30 Uhr	<b>Gymnastik in zwei Gruppen</b> (Großer Saal) Deutsches Rotes Kreuz / Anmeldung 0711 6493060
17.00 – 18.00 Uhr	<b>Griechische Tänze</b> (Empore) <b>ab dem 17.9.</b>
18.30 – 20.00 Uhr	<b>Ukrainische Liedergruppe „Die Stimme des Friedens“</b> (EG Foyer) <i>Bitte anmelden!</i>
18.30 – 21.00 Uhr	<b>Chormäleon</b> DHBW Stuttgart (Großer Saal) Anmeldung unter <a href="mailto:contact@chormaeleon.net">contact@chormaeleon.net</a>
<b>Mittwoch</b>	
10.00 – 12.00 Uhr	<b>Senior:innentanz</b> (Großer Saal) Anmeldung unter 0176 84050799
15.00 – 17.00 Uhr	<b>Internationale Tänze</b> Tanzen e.V. (Großer Saal)
<b>Donnerstag</b>	
09.30 – 10.30 Uhr	<b>Yoga</b> (Großer Saal) <b>NICHT am 5.9.</b>
11.00 – 14.00 Uhr	<b>Kochen &amp; Genießen</b> (BGS) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
13.30 – 16.30 Uhr	<b>Spielecafé: Rommé</b> (BGS)
<b>Freitag</b>	
10.30 – 11.30 Uhr	<b>Qigong</b> (Großer Saal) <i>Bitte melden Sie sich an!</i> <b>NICHT am 6.9.</b>
12.00 – 13.00 Uhr	<b>Mittagstisch</b> (OG Raum 1) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
13.00 – 14.30 Uhr	<b>Digitalcafé mit Handysprechstunde</b> (BGS) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
16.30 – 21.00 Uhr	<b>Internationales Café</b> (BGS) <b>NICHT am 6.9.</b>