

# Oktober 2024

## Wechselnde Angebote

**Mi, 02.10.**  
 Beginn: 14.00 Uhr  
 Begegnungsstätte  
 Kosten: 5,- €

**VdK Kaffee und Kuchen mit Programm**  
 Vortrag und Gespräch mit Herrn Krämer:  
 Unterschlagung durch eine Haushaltshilfe - sexuelle  
 Nötigung und Bedrohung mit einer Waffe

**Mo, 07.10.**  
 Treffpunkt: 14.00 Uhr  
 Am Alten Feuerwehrhaus

**AUSFLUG der Montagsschwätzer der AWO Süd-  
 West-Kaltental**  
 Die Ortsgruppe AWO Süd-West-Kaltental macht eine  
 Besenausfahrt in den Besen Gohl nach Degerloch.  
 Gemeinsamer Treffpunkt 14 Uhr am Alten  
 Feuerwehrhaus

**Di, 08.10.**  
 Einlass: 14.30 Uhr  
 15.00 – 20.00 Uhr  
 Saal  
 Eintritt frei

**Herbstfest mit Livemusik**  
 Wir laden Sie herzlich ein zum Herbstfest! Sie können  
 sich auf einen schönen Nachmittag mit Live-Musik  
 von Wolfgang Schölzel freuen! Es erwarten Sie  
 Kaffee, Tee und ein breites Kuchenangebot als auch  
 frische Waffeln. Für ein leckeres Abendessen ist  
 auch gesorgt!

**Mi, 09.10.**  
 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

**Mi, 16.10.**  
 Beginn: 14.00 Uhr  
 Foyer

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

**Do, 17.10.**  
 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, 22.10.**  
 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 Hans Schweitzer.

**Di, 22.10.**  
 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 Grutschnig.

**Mi, 23.10.**  
 15 -17 Uhr  
 Begegnungsstätte  
 Eintritt frei

**Pflegefall – was tun?**  
**Vereinbarkeit von Pflege und Beruf**  
 Informationen rund um das Thema Pflege – wer  
 zahlt was und wie kann ich Beruf und Pflegesituation  
 vereinbaren? Pflegezeitgesetz und Leistungen der  
 Pflegeversicherung  
 In Kooperation mit dem Stadtseñorenrat, Fr. Gundel  
 Referentin : Ursula Karle, Altes Feuerwehrhaus

**Montag, 28.10.**  
 18 Uhr  
 Begegnungsstätte 1.OG  
 Eintritt, Sekt und Musik frei

**„unterwegs“ Vernissage**  
**Malerei von Sabine Schäfer-Gold**  
 Aquarelle und urban sketching - zauberhafte  
 Impressionen - vom Atlantik - durch die Toskana bis  
 Venedig....

**Fr, 25.10.**  
 10.00 – 12.00 Uhr

Treffpunkt um 10 Uhr  
 Erwin-Schoettle-Platz mit 42  
 Bus

ANMELDUNG bis 23.10.  
 an [Daniel.Link@Stuttgart.de](mailto:Daniel.Link@Stuttgart.de)  
 mit Namen, Anschrift und  
 Personalausweisnummer

warme Kleidung,  
 geschlossene Schuhe tragen

Personalausweis mitbringen

**Stadtteilspaziergang - „Heslach erleben!“**  
 Unser Ziel ist der Trinkwasserhochbehälter  
 Hasenberg, der größte Wasserbehälter Stuttgarts.  
 Dieser fasst rund 25 Millionen Liter und versorgt den  
 Stuttgarter Westen, Kaltental und Heslach mit  
 frischem Trinkwasser. Bei einer Führung vor Ort durch  
 die unterirdischen Anlagen erfahren wir mehr über  
 das komplexe Wasserverteilnetzsystem der Netze BW  
 Wasser GmbH und können sehen, wie rund um die  
 Uhr höchste Wasserqualität sichergestellt wird.  
*Wichtige Hinweise:* Der Spaziergang ist nicht  
 barrierefrei. Aus hygienischen Gründen erhalten alle  
 Teilnehmenden Schutzkleidung zum Überziehen.  
 Aufgrund der niedrigen Temperaturen (7 bis 9 °C)  
 bitte warme Kleidung und flache, geschlossene  
 Schuhe tragen. Die Führung dauert ca. 1,5 bis 2  
 Stunden und die Teilnehmer\*innenzahl ist auf 20  
 Personen begrenzt.

**Di, 29.10.**  
 14.30 - 16.00 Uhr  
 Saal  
 Eintritt: 10,- €  
 Anmeldung erforderlich!

**Klangmeditation – 90 min. Klangreise**  
 Minds. Teilnehmerzahl 5 Personen. Anmeldung bis  
18.10. 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

## Regelmäßige Angebote

<b>Montag</b>	
09.30 – 10.30 Uhr	<b>Yoga</b> (Großer Saal)
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)
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 <b>NICHT am 02./09./16.10.</b>
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 3.10.</b>
11.00 – 14.00 Uhr	<b>Kochen &amp; Genießen</b> (BGS) <i>Bitte melden Sie sich an!</i> <b>NICHT am 3.10.</b>
13.30 – 16.30 Uhr	<b>Spielecafé: Rommé</b> (BGS) <b>NICHT am 3.10.</b>
<b>Freitag</b>	
10.30 – 11.30 Uhr	<b>Qigong</b> (Großer Saal) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
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)

## Regelmäßige Angebote

<b>Montag</b>	
09.30 – 10.30 Uhr	<b>Yoga</b> (Großer Saal)
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)
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 <b>NICHT am 02./09./16.10.</b>
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 3.10</b>
11.00 – 14.00 Uhr	<b>Kochen &amp; Genießen</b> (BGS) <i>Bitte melden Sie sich an!</i> <b>NICHT am 3.10</b>
13.30 – 16.30 Uhr	<b>Spielecafé: Rommé</b> (BGS) <b>NICHT am 3.10</b>
<b>Freitag</b>	
10.30 – 11.30 Uhr	<b>Qigong</b> (Großer Saal) <i>Bitte melden Sie sich an!</i>
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)