VERANSTALTUNGEN

Mi. 04.11. I 15 Uhr
Gesundheit im Alltag: Vorsorge & Prävention
Informationen zu Impfungen, Vorsorgeuntersuchungen sowie Kursen und Angebote der Krankenkassen.
Mit Hyat Abdul Ghani in Arabisch & Deutsch.

Mi. 11.11. I 13 Uhr
Wanderausflug mit Peter Vogel
Wir machen eine kleine Wanderung von Sonnenberg nach Heslach (Vogelrain). Treffpunkt im Stadtteilhaus. Gemeinsame Anfahrt mit Bus und Bahn.

Do. 05.11. I 15:30 Uhr
Vortrag: Die sanfte Wirbeltherapie nach Dorn
Heike Bahr, Heilpraktikerin, erklärt die Anatomie der Wirbelsäule sowie die Ursachen und die Folgen einer Wirbelblockade und wie eine Behandlung abläuft.

Mi. 18.11. I 17:30 Uhr
Selbstbestimmt vorsorgen
Informationen zur Patientenvorsorge (Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung) mit Henriette Biedenbach.

Do. 19.11. I 13:30 Uhr **NEU!**
Buchclub "Lieblingsbücher"
Wir sprechen über Bücher und Literatur, die uns am Herzen liegt. Mit Ralf Breger von der Fahrbibliothek.

Fr. 20.11. & 27.11. I 14:45 Uhr
Ulrich liest…
Mit Geschichten und guten Gesprächen mit Ulrich Perschke ins Wochenende.

Fr. 27.11. I 10 Uhr
Stadtteilfrühstück "Wärmende Leckereien"
Ein leckeres Buffet, Milchreis & Chai Latte!
Kosten: 6€ I 3€ (Bonuscard), Kinder kostenfrei.

So. 29.11. I 11-15 Uhr
Stuttgart-Ost spielt Schach!
Lernt unsere Schachgruppe kennen. Einfach vorbeikommen, zuschauen, ausprobieren und informieren.

ÜBER UNS…

Unser Stadtteilhaus ist ein Treffpunkt für alle Menschen aus Stuttgart Ost mit zahlreichen Angeboten. Egal, ob Sie sich für ein Mittagessen oder unser Programm interessieren, Beratung suchen oder einfach nur entspannt einen Kaffee genießen möchten - unser Stadtteilhaus ist der perfekte Ort für neue Bekanntschaften, um Unterstützung zu finden und gemeinsam schöne Momente zu erleben. Wir freuen uns auf Sie und Ihre Ideen für ein lebendiges Haus im Stuttgarter Osten!

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo. - Fr.: 10-17 Uhr
Mittagstisch: 11:30-13 Uhr
Offenes Café: 10-16:30 Uhr
Feiertage geschlossen.

KONTAKT

Ostendstraße 83, 70188 Stuttgart
Tel: 0711-286 83 99
sth.ost@awo-stuttgart.de
www.awo-stuttgart.de
Spenden: DE98 3702 0500 0006 7420 02

Besuchen Sie uns auch auf unserer Homepage, Instagram und nebenan.de

AWO Stuttgart

StadtteilHaus am Ostendplatz

PROGRAMM NOVEMBER 2026

MONATS-HIGHLIGHTS

Fr. 06.11. I 15 Uhr (Einlass ab 14 Uhr)
Kino ganz nah: SING
Im Rahmen des Filmfest der Generationen zeigen wir den Film "SING". Freut euch auf tierisch musikalische Unterhaltung! Mit Getränken, Snacks und Kreativaktion für Jung & Alt!

Di. 17.11. I 15 Uhr
Omas gegen Rechts
Die Initiative "Omas gegen Rechts, Stuttgart" stellt ihr Engagement gegen rechte Strömungen, Rassismus & Ausgrenzung vor. Kommen Sie gemeinsam bei Kaffee & Kuchen ins Gespräch!

Mo. 23.11. I 15 Uhr
"Hab mein Wage vollgelade..."
Theateraufführung mit Liedern, Geschichten & Tänzen zum Herbst unseres Mitmachtheaters mit dem Theater Tredeschin.

KINDER & FAMILIE

Mo. I 9:45 Uhr STÄRKE
Waldmäuse
Eltern-Kind-Gruppe (1,5-3 J.) im Buchwald.
Treffpunkt: Spielplatz Waldebene Ost.

Mo. I 15 Uhr
Offene Hausaufgabenbetreuung
Für Schüler*innen der Klassen 1 bis 4.
Schulmaterialien bitte mitbringen.

Di. I 10 Uhr STÄRKE
Café Kinderwagen
Treff für Eltern mit Babys bis zum 12. Monat.
Bitte anmelden!

Di. I 16-19 Uhr & Fr. I 15:30-19 Uhr
Schachgruppe AWO Ost für Jung und Alt
Für jedes Level - einfach vorbeikommen & mitspielen! Mit professioneller Anleitung.

Do. I 10 Uhr
Café Laufrad
Gemeinsames Spielen, Erfahrungsaustausch und neue Bekanntschaften.
Offener Treff für Familien mit Kindern von 1 bis 3 Jahren. Bitte anmelden!

ab Do. 12.11. I 10 Uhr
Elternkompass
Der Kurs richtet sich an Eltern, die sich in den Themen Erziehung und Elternsein stark machen wollen.
9 Termine. Bitte anmelden!

Do. I 14:30 Uhr STÄRKE
Waldfüchse
Eltern-Kind-Gruppe (3-5 J.) im Buchwald. Treffpunkt: Spielplatz Waldebene Ost.

So. 22.11. I 10 Uhr
Willkommensfrühstück
Ein leckerer Brunch für Familien mit Kindern bis zu einem Jahr. Kostenfrei. Gerne anmelden!

SPRACHEN, LERNEN & UNTERSTÜTZUNG

Mo. & Do. I 13 - 16 Uhr
Café Merkenswert
Bunter Nachmittag (mit Mittagessen) für Menschen mit gerontopsychiatrischer Erkrankung. Kosten: 23€ (Fahrdienst & Abrechnung mit Pflegekasse möglich).

Mo. 16.11. I 14 Uhr
Repair Café
Gemeinsam reparieren wir kleine Haushaltsgeräte.

Mo. 02.11. & 30.11. I 14 Uhr
Handysprechstunde
Unterstützungsangebot bei Fragen rund um Ihr Handy.

Di. 24.11. I 14 Uhr
Mein PC und Ich
Offene Sprechstunde zu Themen rund um Computer, Internet, Sicherheit im Netz etc.

Mi. & Fr. (nicht am 27.11.) I 10 Uhr
"Ελληνική Παρέα" - Griechische Runde
Offener Gesprächstreff auf Griechisch.

Mi. I 12:30-13:30 Uhr
Café Dokumenti
Wir unterstützen beim Ausfüllen von Formularen.

Mi. 11.11. & Mo. 30.11. I 18:30 Uhr
Türkischer Literatur- und Philosophiekreis
Gemeinsamer Austausch über Literatur & Philosophie in türkischer Sprache.

Do. I 10:30 Uhr
Sprach-Café Englisch
Wir frischen unsere Englischkenntnisse auf.
Kosten: 5€ I 2,50€ (Bonuscard) / Termin

Do. 26.11. I 13 Uhr
Außensprechstunde „Beratung 63+"
Offene Sprechstunde bei Fragen zum Älterwerden, Betreuung, Versorgung und Pflege.

FIT, AKTIV & KREATIV

ab Mo. 02.11. I 11:30 Uhr **NEU!**
Yoga auf dem Stuhl
Für mehr Beweglichkeit, Gleichgewicht & Lebensfreude!
Kosten: 40€ I 20€ (Bonuscard) / 5 Termine.

Mo. I 14 Uhr
Bingo mit Rosi
Kosten: 1,50€ für einen Bingo-Nachmittag.

Mo. 02.11. & 16.11. I 16 Uhr
FreiRaum mit Heike Bahr (Heilpraktikerin)
Offene Gesprächsrunde mit Impulsen für Perspektivwechsel und innere Neuorientierung.

Mo. I 18:30 Uhr & Mi. I 15:30 Uhr
Yoga
Bitte anmelden! Probestunde möglich.

Di. I 13:30 Uhr
Malkreis

Di. 03.11. I 13:30 Uhr
Singkreis

Mi. I 13 Uhr
Spieletreff mit Uwe
Für alle, die Lust auf Gesellschaftsspiele haben!

Do. I 13:30 Uhr
Qigong
Kosten: 8€ I 4€ (Bonuscard) / Termin.
Ohne Anmeldung. Mitzubringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken / Gymnastikschuhe.

Do. I 15 Uhr
"Gemeinsam fit bleiben" mit Beyza!

Fr. I 13:30 Uhr
Gedächtnistraining

Fr. 13.11. & 27.11. I 15 Uhr
Tischharfenkurs
Kosten: 8€ I 4€ (Bonuscard) / Termin. Bitte anmelden!