

**Café Merkenswert**

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

**FreiRaum mit Heike Bahr (Heilpraktikerin)**

**Mo. 02.03. I 16-17 Uhr**  
Offene Gesprächsrunde mit Impulsen für Perspektivwechsel und innere Neuorientierung.

**Türkischer Literatur- und Philosophiekreis**

**Mi. 11.03. & Mo. 30.03. I 18:30 Uhr**  
Gemeinsamer Austausch über Literatur & Philosophie in türkischer Sprache.

**Willkommensfrühstück**

**So. 08.03. I 10 - 13 Uhr**



Ein leckerer Brunch für Familien mit Kindern bis zu einem Jahr. Kostenfrei. Gerne anmelden!

**Außensprechstunde „Beratung 63+“**

**Do. 26.03. I 13 Uhr**

Offene Sprechstunde bei Fragen zu Älterwerden, Betreuung, Versorgung und Pflege.

**Yoga auf dem Stuhl  
ab Mi. 04.03. I 11 Uhr**

Kosten: 40€ für 5 Einheiten. Bitte anmelden!

**Fit, aktiv und kreativ****Bingo mit Rosi I Mo. I 14 Uhr**

Kosten: 1,50€ für einen Bingo-Nachmittag.

**Yoga I Mo. I 18:30 Uhr & Mi. I 15:30 Uhr**

Bitte anmelden! Probestunde möglich.

**Malkreis I Di. I 13:30 Uhr**

Friedhelm Heusner wird Sie -ob jung oder alt- in das Handwerk der Malerei einführen.

**Singkreis**

**Di. 03.03. & 17.03. I 14:30 Uhr**

**Qigong I Do. I 13:30-14:30 Uhr**

Kosten: 8€ pro Termin, ohne Anmeldung.

**Gemeinsam fit bleiben! I Do. I 15 Uhr**

Gymnastik & Freude an Bewegung für alle!

**Gedächtnistraining I Fr. I 13:30 Uhr**

Halten Sie Ihr Gedächtnis auf Trab!

**Ulrich liest...**

**Fr. 13.03., 20.03. & 27.03. I 14:45 Uhr**

Mit Geschichten und guten Gesprächen mit Ulrich Perschke ins Wochenende.

**Achtsamkeitsimpuls I Mo. 02.03. I 15 Uhr**

Wir nehmen uns einen Moment im Alltag, um Energie für die Woche zu schöpfen.



# StadtteilHaus am Ostendplatz



## März 2026



Ostendstraße 83  
70188 Stuttgart  
Tel: 0711 286 83 99  
sth.ost@awo-stuttgart.de  
www.awo-stuttgart.de  
IBAN: DE98370205000006742002

**Sprachen, Lernen & Unterstützung****Computer - und Handysprechstunde**  
**Mo. 02.03., 16.03. & 30.03. I 14:30 Uhr****Repair-Café I Termin auf Anfrage I 14 Uhr**

Gemeinsam reparieren wir kleine Haushaltsgegenstände.

**Schachschule für Jung und Alt**  
**Di. I 16:30 & Fr. I 15:30 Uhr**

Für jedes Level - einfach vorbeikommen & mitspielen! Mit professioneller Anleitung.

**Café Dokumenti I Mi. I 12:30-13:30 Uhr**

Wir unterstützen beim Ausfüllen von Dokumenten und Formularen.

**Kommunikationskurs Deutsch**

**Di. 10.03. & 24.03. I 13 Uhr**

In gemütlicher Runde verbessern wir unsere Deutschkenntnisse.

**Sprach-Café Englisch I Do. I 10:30 Uhr**

Kommunikationskurs zum Verbessern und Auffrischen unserer Englischkenntnisse.

**Eltern-Kompass I ab Do. 05.03. I 10-12:15 Uhr**

7 Kurseinheiten zu den Themen Erziehung & Elternsein. Bitte anmelden!

**Wochenprogramm****Wander-Ausflug mit Peter Vogel**

**Mi. 04.03. I 13 Uhr**

Wir fahren mit der Zacke zur Weinsteige und wandern über den Schimmelhüttenweg nach Heslach. Treffpunkt im Stadtteilhaus. Bitte anmelden!

**Kreativ-Nachmittag mit Anastasia**

**Mi. 11.03. I 14:30 Uhr**

Gemeinsam basteln und gestalten wir Osterkörbchen.

**Filmnachmittag mit Mohamed Sayed-Berthel**

**Mi. 18.03. I 14:30 Uhr**

Freuen Sie sich auf zwei Filme zum Thema „Frauen im alten Ägypten“ und „Afrika bei Licht und Schatten“.

**Frühlingsgeburtstag mit Hannes**

**Mi. 25.03. I 14:30 Uhr**

Herzliche Einladung an alle, die ihren Geburtstag von Januar, Februar & März mit uns feiern möchten! Mit Kaffee, Kuchen und guter Unterhaltung. Bringen Sie gerne einen Gast und eigene Beiträge mit!

**Stadtteilfrühstück**

**Fr. 27.03. I 10-11:30 Uhr**

Freuen Sie sich auf ein leckeres Buffet mit Smoothies! Kosten: 5€/Person, Kinder kostenfrei.

**Liebe Familien, liebe Mütter, Väter, Großmütter, Großväter, Tanten, Onkel & Neugierige,**

**Herzlich Willkommen in Ihrem Stadtteilhaus im Stuttgarter Osten!**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch, auf Ihre Wünsche, Ideen und Anregungen - schauen Sie gerne vorbei und lernen Sie uns kennen!

Unsere Angebote sind kostenfrei, andernfalls ist der Preis vermerkt.

Besuchen Sie uns auch online auf: **Instagram & nebenan.de**

**Angebote für Kinder & Jugendliche****Waldmäuse I Mo. I 9:45 Uhr**

Eltern-Kind-Gruppe (1,5-3 J.) im Buchwald.

Treffpunkt: Spielplatz auf der Waldebene Ost.

**Offene Hausaufgabenbetreuung**

**Mo. I 15 Uhr**

Für Schüler\*innen der Klassen 1 bis 4. Schulmaterialien bitte mitbringen.

**Café Kinderwagen I Di. I 10 Uhr**

Treff für Eltern mit Babys bis zum 12. Monat. Bitte anmelden!

**Waldfüchse I Do. I 14:30 Uhr**

Eltern-Kind-Gruppe (3-5 J.) im Buchwald.

Treffpunkt: Spielplatz auf der Waldebene Ost.

**Lern- und Hausaufgabenbegleitung**

Unterstützung für Schüler\*innen bis Klasse 8. Termine nach Absprache.

**Kinderfreitag! I Fr. 06.03. I 14-16:30 Uhr**

Freut euch auf Kreativ-Angebote, Leseecke, Spiele, Waffeln und vieles mehr!

Für Kinder bis 12 Jahre mit Begleitperson.