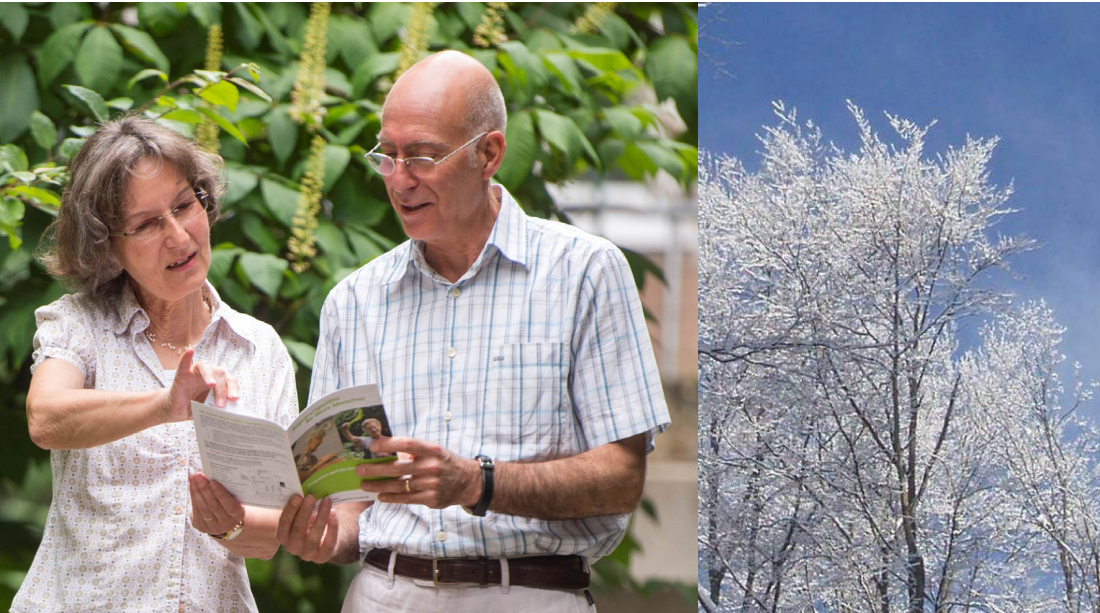


Begegnungsstätte für ältere Menschen

Viele Menschen überlegen nur,
wie sie ihre Zeit verbringen.
Ein bedachter Mensch versucht,
sie auszunutzen.

frei nach Arthur Schopenhauer



Programm Januar bis März 2019

Liebe Besucherinnen und Besucher der Begegnungsstätte,

das Jahr 2018 hat hoffentlich mit einer besinnlichen Zeit für Sie geendet – das Jahr 2019 mit freier Zeit begonnen.

Wir freuen uns, wenn die Begegnungsstätte mit Angeboten und besonderen Veranstaltungen einen Teil zum Ausnutzen ihrer Zeit beitragen kann. Diese Zeit kann Ihnen Austausch, neue Kontakte, Begegnung und Anregung bieten.

Das Jahr 2019 begrüßen wir mit einem Neujahrscafé im Rahmen des Cafés Pianos am 11.01.2019 (S.11). Des Weiteren möchten wir Sie auf die besonderen Veranstaltungen im Café Piano wie auf das Russische-Café hinweisen.

Liebe Besucherinnen und Besucher, wir freuen uns Sie bei uns in der Begegnungsstätte begrüßen zu dürfen!

An folgenden Tagen ist unser Café MittenDrin für Sie geöffnet:

- Montags 12.00 bis 16.00 Uhr
- Mittwochs 13.30 bis 15.30 Uhr
- Donnerstags 11.30 bis 15.00 Uhr
- Freitags 14.00 bis 16.30 Uhr

Die Begegnungsstätte öffnet wieder ab 7. Januar 2019

A. D. Keller

K. Schneider

Leitung: Agnes Dorothee Keller und Katja Schneider

Montags

09.45 bis 10.45 Uhr **Qi Gong**

und

Die Übungen mit dem Idogo-Stab werden im Stehen durchgeführt.

11.00 bis 12.00 Uhr Leitung: Herr Keller

Raum 07, EG

je Treffen: 3 €

Bitte nur mit Voranmeldung!

12.00 bis 16.00 Uhr **Montag im Café MittenDrin**

Sie möchten Kontakte knüpfen, sich nett unterhalten, Zeitung lesen oder sich über die Angebote der Begegnungsstätte informieren...?
Oder einfach nur Kaffee und Kuchen genießen?
Sie sind herzlich eingeladen.

17.00 bis 18.30 Uhr **Theatergruppe**

Das Theater mit uns selbst und anderen

Mit Aufwärmübungen, spielerischen Improvisationen und leichten Theaterübungen wird in der selbstorganisierten Gruppe der Zugang zum Theaterspielen geweckt.

Raum 07, EG

Wir treffen uns immer am 1. Montag des Monats.

07. Januar, 04. Februar, 04. März

Dienstags

10.15 bis 11.15 Uhr **Tanz mit – bleib fit!**

in Kooperation mit dem DRK

Tanzen macht Spaß und bringt Menschen miteinander in Kontakt. Die Bewegung zur Musik fördert Körper und Geist und bringt gleichzeitig Lebensfreude. Getanzt wird in der Gruppe ohne Partner.

Leitung: Frau Czejka

Raum 07, EG

je Treffen 3 €

Bitte nur mit Voranmeldung!

In den Schulferien findet der Kurs nicht statt.

14.00 bis 16.00 Uhr **Musik liegt in der Luft**

Singen tut gut und macht Freude!

Dieses Angebot

Gesungen wird mit Klavierbegleitung

findet 14-tägig statt

Kaffee und Gebäck runden den Nachmittag ab.

Januar: 08.01. und 22.01.

Februar: 05.02. und 19.02.

März: 05.03 und 19.03.

Leitung: Frau Albert und Frau Kopp

Raum 07, EG

Je Treffen: 3 €

Dienstags

15.00 bis 16.00 Uhr **Beweglich und aktiv im Alltag**

in Kooperation mit dem DRK

Bringen Sie mehr Bewegung in Ihren Alltag!

Bewegungs- und Sportaktivitäten bewirken eine Steigerung des Wohlbefindens, die Verbesserung der geistigen Leistungsfähigkeit und eine Verringerung der Sturzgefährdung.

Regelmäßige körperliche Aktivität ist entscheidend für eine selbstständige Lebensführung und individuelle Mobilität. Ein körperlich aktiver Lebensstil trägt wesentlich zu einem gesunden Altern bei. Und in der Gruppe macht es noch mehr Spaß!

Vielfältige Übungen mit Musik kräftigen die Muskeln, trainieren Gleichgewicht und Koordination.

Leitung: Frau Karaca

Raum: Turnhalle des CVJM, Büchsenstr. 37

je Treffen: 3 €

In den Schulferien findet der Kurs nicht statt.

Mittwochs

10.30 bis 12.00 Uhr **Kreatives Schreiben**

Wir schreiben als Kinder unserer Zeit und tauschen uns über das aus was uns beschäftigt

Jeweils am 2. und 4. Mittwoch des Monats

Januar: 09.01. und 23.01.

Februar: 13.02. und 27.02.

März: 13.03. und 27.03.

Raum 05, EG

je Treffen: 1,50 €

Bitte nur mit Voranmeldung!

13.00 bis 15.00 Uhr **Café MittenDrin**

Im Café MittenDrin können Sie die aktuelle Tageszeitung lesen, mit Anderen ins Gespräch kommen und sich über unser Programm informieren.

14.00 bis 16.00 Uhr **Malwerkstatt**

Gemalt wird auf der Grundlage der Aquarelltechnik. Anfänger und Fortgeschrittene können eigene Fähigkeiten in der entdecken und weiterentwickeln.

Leitung: Frau Hintz

Raum 04, EG

je Treffen: 5 €

16.15 bis 18.15 Uhr **Malwerkstatt am Nachmittag**

Leitung: Frau Hintz

Raum 04, EG

je Treffen: 5 €

Mittwochs

14.00 bis 16.00 Uhr **Mittwochsgruppe**

Eine Gruppe für Frauen, die gerne zusammen Kaffee und Kuchen genießen, sich miteinander unterhalten und auf ein abwechslungsreiches Programm am Nachmittag freuen.

Leitung: Frau Schneider

Raum 07, EG

je Treffen: 3 €

Januar

09.01. **Neujahrsbräuche**

16.01. **Wintererinnerungen**

23..01. **Musikalisch grenzenlos**

30..01. **Burgen und Schlösser**

Februar

06.02. **Farbenfroh (in Raum 05!)**

13.02. **Liebe ist alles – oder?**

20.02. **Ein Nachmittag über Frieden – mit Frau Illek**

27.02. **Vergnügter Faschingsmittwoch**

März

06.03. **Märchen und Geschichten**

13.03. **Tierisch was los**

20.03. **Blütenmeer – ein Gedächtnisspaziergang –**

27.03. **70er Jahre in Stuttgart**

Donnerstags

10.30 bis 11.30 Uhr **Yoga auf und mit dem Stuhl Vormittagskurs**

Als Kombination aus Körper-, Atem- und Konzentrationsübung werden ruhige Bewegungen mit positiver Wirkung für Körper, Geist und Seele durchgeführt. Die Übungen werden sitzend oder stehend durchgeführt.

Leitung: Frau Kruck

Raum 07, EG

je Treffen: 3 €

10.00 bis 11.30 Uhr **Frühjahrskurs Gedächtnistraining**

Von Februar
bis April

Weitere Informationen auf Seite 15

11.30 bis 15.00Uhr **Café MittenDrin**

Sie können die aktuelle Tageszeitung lesen, mit Anderen ins Gespräch kommen und sich über unser Programm informieren.

13.30 bis 14.30 Uhr **Yoga auf und mit dem Stuhl Nachmittagskurs**

13.30 bis 16.30 Uhr **Treffpunkt ältere Migranten**

Eine Gruppe für Männer, die sich in ihrer Muttersprache (persisch) austauschen und einen Nachmittag gemeinsam verbringen möchten.

Leitung: Herr Shafai

Donnerstags

14.30 bis 16.00 Uhr **English for you**

In zwangloser Atmosphäre und mit Freude können Sie die englische Sprache auffrischen bzw. weiterlernen.

Leitung: Frau Lang

Raum 05, EG

je Treffen: 4 €

14.30 bis 17.00 Uhr **Internationaler Frauenchor**

Zum Repertoire des Frauenchors gehören griechische und deutsche Volks- und Kirchenlieder. Gesungen wird in beiden Sprachen.

Leitung: Frau Hatzopoulou

Probe im großen Saal

15.00 bis 16.00 Uhr **Orientalischer Tanz**

Ein Angebot für Frauen!

Der orientalische Tanz steht für Körpergefühl und Lebensfreude. Sanfte und schonende Bewegungen fördern die Beweglichkeit. Unter dem Motto „Bauchtanz ohne Eile“ laden wir Sie ein, diese besondere Tanzkunst kennen zu lernen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Frau Rogaya Busch

Raum 07, EG

je Treffen: 3€

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Socken und ein großes Tuch, das um die Hüften gebunden werden kann.

Freitags

14.00 bis 16.30 Uhr **Café Piano**

In unserem gemütlichen Café können Sie sich bei Kaffee und Kuchen an netten Gesprächen erfreuen.

Ein kurzweiliges Programm sorgt für Abwechslung und Unterhaltung.

Fahrdienst ist möglich.

Leitung: Frauen Röntgen, Nagel, Schmid, Körner

Café Piano...Begegnung und Betreuung

Im Rahmen des Cafés betreuen wir durch Demenz beeinträchtigte Menschen. Weitere Informationen auf Seite 13.

Musikcafé Piano

Ein breites Repertoire bekannter Melodien lädt zum Zuhören, Mitsingen und Tanzen ein.

Frau Hofmann am Klavier:

08.03.2018

Frau Albert am Klavier:

18. Januar

08. Februar

22. März

Besondere Veranstaltungen im Café Piano

Neujahrscafé am Freitag, 11. Januar

Werfen Sie mit uns einen Rückblick auf das Jahr 2018 und begrüßen Sie mit uns das neue Jahr mit schönen Bräuchen und guten Wünschen.

Uhrzeit und Ort: 14.00, Café MittenDrin der Begegnungsstätte, EG
Der Eintritt ist frei.

Filmcafé Piano am Freitag, 25. Januar

„Die Sünderin“

Marina wird während ihrer Pubertät von ihrem Stiefbruder sexuell genötigt. Sie willigt ein, weil er ihr Geschenke macht. Schließlich wird sie Prostituierte und schwört dem Beruf erst ab, als sie sich in den Maler Alexander Klees verliebt. Als dieser an Krebs und erblindet, versorgt sie ihn treu und geht mit ihm am Ende sogar in den Tod.

Auf Wunsch der Besucherinnen und Besucher wird der Skandalfilm der 50er-Jahre gezeigt.

Uhrzeit und Ort: 14.30, Raum 05, EG
Das Café hat ab 14.00 Uhr geöffnet
Der Eintritt ist frei.

Russisches Café am Freitag, 01. Februar

Herr Viktor Schatz, ein Besucher der Begegnungsstätte, präsentiert Bilder von seiner Reise aus Russland. Er möchte uns das große, ferne Russland näher bringen und mit seiner Präsentation die Besucher- und Besucherinnen mit auf seine Reise durch dieses faszinierende Land nehmen

Uhrzeit und Ort: 14.30, Raum 07, EG
Das Café hat ab 14.00 Uhr geöffnet
Der Eintritt ist frei.

Faschingscafé am Freitag, 01. März

Wir feiern schon am Freitag Rosenmontag. Für närrische Unterhaltung und Fasnetsküchle ist gesorgt. Über verkleidete Gäste freuen wir uns.

Uhrzeit und Ort: 14.00, Café MittenDrin der Begegnungsstätte, EG
Der Eintritt ist frei.

Musikcafé Piano mit den MILADIES am Freitag, 29. März

Gesang und Klaviermusik aus den 30-er und 40-er Jahren schenken Ihnen einen Mittag mit Erinnerung und Abwechslung.

Uhrzeit und Ort: 14.30, Raum 07, EG
Das Café hat ab 14.00 Uhr geöffnet
Der Eintritt ist frei, über eine Spende freuen wir uns

Weitere besondere Veranstaltungen

Kulturelle Begegnung am Donnerstag, 17. Januar

Neujahrsfest nach griechischer Tradition „Vasilopita“

Herzliche Einladung zum Neujahrsfest nach griechischer Tradition
Wir feiern gemeinsam mit dem Internationalen Frauenchor feierlich ab 15 Uhr im großen Saal im Haus der Diakonie.

Dieses Fest veranstaltet der Bereich „Dienste für ältere Menschen“ gemeinsam mit dem Internationalen Beratungszentrum der eva.

Angebote zur Unterstützung im Alter

Betreuungsangebote für ältere Menschen mit Gedächtnisproblemen und für Alzheimer-Kranke

Zweimal wöchentlich bieten wir einen Nachmittag für Betroffene zur Betreuung und Begegnung an. Angehörige haben die Möglichkeit teilzunehmen oder die freie Zeit zur Entlastung zu nutzen.

Gerne holen wir Sie mit unserem Auto ab und begleiten Sie wieder zurück.

Die Kosten können über folgende Leistungen der Pflegeversicherung zurück erstattet werden:

- Leistungen der Verhinderungspflege § 39 SGB XI ab Pflegegrad 2 (1.612 € pro Jahr)
- Entlastungsbetrag § 45b SGB XI (125 € pro Monat)

Ein unverbindlicher Schnuppertermin ist nach Vereinbarung möglich.

Betreuungsgruppe MoNa

Jeden **Montagnachmittag von 13.00 bis 16.00 Uhr** betreuen und fördern wir ältere Menschen mit Gedächtnisproblemen in einem kleinen persönlichen Rahmen.

Von **12.00 bis 13.00 Uhr** bieten wir ein **gemeinsames Mittagessen** an.

Leitung: Frau Kattenstroth

Kostenbeitrag pro Teilnahme: 25 € (inkl. Fahrdienst, Mittagessen und Kaffee und Kuchen)

Café Piano... Begegnung und Betreuung

Jeden **Freitagnachmittag von 14.00 bis 16.30 Uhr** betreuen wir im Rahmen des Cafés ältere demenzkranke Menschen. Trotz Beeinträchtigung können sie so einen Nachmittag in geselliger Runde verbringen.

Leitung: Frau Röntgen

Kostenbeitrag pro Teilnahme: 23 € (inkl. Fahrdienst und Verzehr)

Weitere regelmäßige Angebote

Fühlen Sie sich manchmal traurig, müde, ängstlich und leer? Depressive Erkrankungen und Verstimmungen sind bei älteren Menschen nicht selten. In den Gruppen „Windlicht“, „Ankerlicht“ und bei den „Frühstücks-Impulsen“ finden Sie Menschen mit ähnlichen Erfahrungen, können sich austauschen, Verständnis und gegenseitige Unterstützung finden.

Frühstücks-Impulse

10.00 Uhr bis 11.30 Uhr

Einmal im Monat den Morgen gemeinsam mit einem Brezelfrühstück beginnen und sich zu interessanten Themen austauschen.

09. Januar: Send' Deine Glücksboten aus

06. Februar: Abschied feiern

06. März: Träume, Wünsche, Hoffnungen

Leitung: Frau Hipp

Raum 05, EG

Kostenbeitrag: 4 € inklusive Getränke und Brezel

Gesprächskreis „Windlicht“

10.00 bis 11.30 Uhr

Hier finden Sie im Wechsel zu den Frühstücksimpulsen die Möglichkeit, Themen die Sie beschäftigen und belasten einzubringen.

16. Januar, 20. Februar und 20. März

Leitung: Frau Hipp

Raum 05, EG

Kostenbeitrag: 4 €

Gesprächskreis „Ankerlicht“

16.00 Uhr bis 17.30 Uhr

Für Männer ab 55+ die sich mit anderen Männern unter fachlicher Begleitung austauschen möchten.

- 09. Januar:** Im neuen Jahr ankommen
23. Januar: Schreib es Dir von der Seele
13. Februar: Wie komme ich ins Tun?
27. Februar: Denken statt grübeln
06. März: Selbstwertgefühl - was kann ich dafür tun?
20. März: Trotz Krise - Sinn fürs Leben entwickeln

Leitung: Herr Weiße
Raum 05, EG
Kostenbeitrag: 4 € inklusive Getränke

Frühjahrskurs Gedächtnistraining

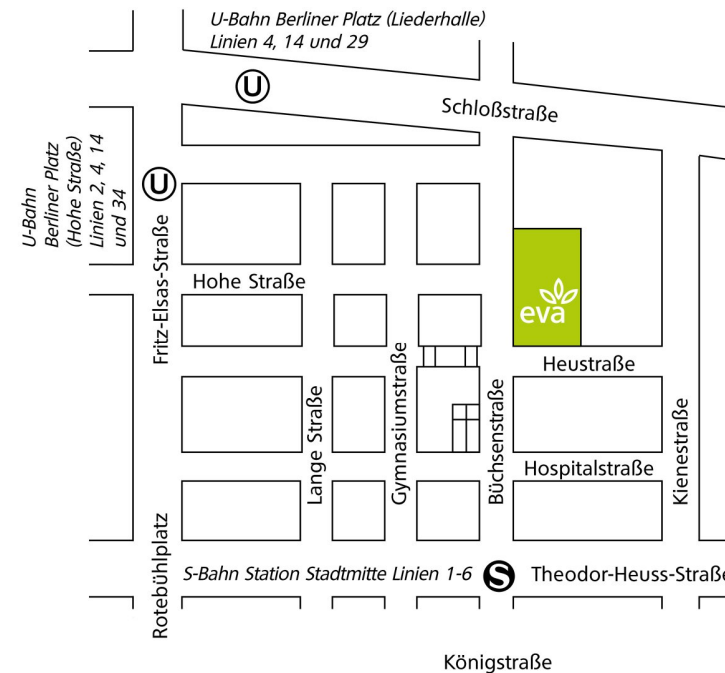
Mit spielerischen Übungen können Sie Ihr Gedächtnis trainieren, geistig in Bewegung bleiben und Anregung für den Alltag erhalten.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit den Vormittag im Café MittenDrin ausklingen zu lassen.

- Termine:** 07., 14., 21., 28.02. 07., 14., 21., 28.03.
Uhrzeit und Ort: 10.00 – 11.30 Uhr, Raum 05
Kosten: 5€ je Treffen
Leitung: Frau Keinath

Bitte nur mit Voranmeldung: 0711/2054-462

Der Weg zu uns mit öffentlichen Verkehrsmitteln:



Evangelische Gesellschaft

Begegnungsstätte für ältere Menschen
Büchsenstraße 34/36, 70174 Stuttgart

Agnes Dorothee Keller: Katja Schneider:
Tel. 0711/ 2054-464 Tel. 0711/ 2054-250
Agnes.Keller@eva-stuttgart.de Katja.Schneider@eva-stuttgart.de

Sekretariat Telefon 0711/ 2054-462 www.eva-stuttgart.de

Die Begegnungsstätte der eva wird gefördert
durch die Stadt Stuttgart und die Ingrid-Mayer-Stiftung.