

Begegnungsstätte für ältere Menschen



Programm April bis Juni 2024

Die Begegnungsstätte
ist ein Angebot der Evangelischen Gesellschaft



„Du hast in mir viel Lichter angezündet, Mit blauen Träumen mir den Tag erfüllt“

Mascha Kaléko

Neue Fördermittel der Stadt haben es möglich gemacht: Die Begegnungsstätte konnte eine weitere Teilzeitstelle einrichten. Wir freuen uns sehr. Es ist ein Zeichen der Stadt an uns und an Sie: diese Arbeit und Angebote für ältere Menschen sind wichtig und sinnvoll.

Wir freuen uns auch sehr, dass wir die Stelle bereits im März besetzen konnten, denn auch im Bereich der Sozialen Arbeit ist der Fachkräftemangel deutlich spürbar.

Nun sind Sie sicher gespannt, wer denn in Zukunft das Team ergänzen wird. Manche von Ihnen kennen Sie noch: Frau Agnes Dorothee Keller. Sie wird an einzelnen Tagen im Haus sein und Sie haben natürlich Gelegenheit sie zeitweise auch im Café zu treffen.

Nachdem seit knapp zwei Jahren Frau Pflüger unterstützend für die Begegnungsstätte außerhalb im Kontakt mit Besucher:innen ist, wird Frau Keller vor Ort aktiv sein.

Herzlichst Ihr Team der Begegnungsstätte

Simone Repe

Anna Reich

An folgenden Tagen hat das Café geöffnet:



Montag:	12.00 – 16.00
Mittwoch:	13.00 – 14.30
Donnerstag:	11.30 – 16.00
Freitag:	13.30 – 16.00

Montags

09.45 bis 10.45 Uhr **Qi Gong für Fortgeschrittene**

und

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

11.00 bis 12.00 Uhr Leitung: Herr Keller
Ort: 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 oder Zeitung lesen?

Fühlen Sie sich herzlich willkommen!

13.30-15.30 Uhr **Malwerkstatt - Aquarellmalen**

und

15.30 bis 17.30 Uhr Zu verschiedenen Themen werden sowohl Bildbeispiele als Anleitung oder Inspirationsquelle zur Verfügung gestellt als auch kreative Techniken zum Ausprobieren und Experimentieren vermittelt.

**NUR mit
Anmeldung.**

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Aquarellpinsel, Aquarellblock mindestens 300 g/m², Skizzenblock, weicher Bleistift, Radiergummi.

Leitung: Kirsten Kocagöz
Ort: Raum 07, EG
je Treffen: 5 €

Montags

14.00 bis 16.00 Uhr Sprechstunde Digital im Alter

Sprechstunde für Smartphone, Tablet und Laptop

Von der Stadt Stuttgart geschulte Engagierte unterstützen sie bei Ihren Fragen rund um digitale Geräte. Dazu können Sie sich gerne eine Tasse Kaffee in unserem Café Mittendrin holen.

Pro Person ist je nach Bedarf eine halbe Stunde bis zu einer Stunde vorgesehen. Bitte achten Sie darauf, dass der Akku Ihres Geräts aufgeladen ist.

Ort: Raum 04, EG

Bitte nur mit Voranmeldung.

Dienstags

12.00 bis 13.00 Uhr **Mittagstisch in geselliger Runde**

Gemeinsam schmeckt's besser!

Wir laden Sie ein, frisch zubereitetes Essen
in Gemeinschaft zu genießen.

Nette Tischgespräche garantiert.

Leitung: Frau Körner und Frau Gebhardt

Ort: Raum 07, EG

je Treffen: 5 € inkl. Getränke

Bitte nur mit Voranmeldung.

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

in Kooperation mit dem DRK

Bringen Sie mehr Bewegung in Ihren Alltag!

Regelmäßige körperliche Aktivität ist entscheidend für
eine selbstständige Lebensführung und individuelle
Mobilität. Ein körperlich aktiver Lebensstil trägt
wesentlich zu einem gesunden Altern bei.

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

Ort: Turnhalle des CVJM (UG), Büchsenstr. 37

je Treffen: 3 €

Bitte nur mit Voranmeldung

In den Schulferien findet der Kurs nicht statt.

Dienstags

10.15 bis 11.15 Uhr Tanz mit – bleib fit!

in Kooperation mit dem DRK und der Johannesgemeinde

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.

**NUR mit
Anmeldung**

Leitung: Frau Czejka
Ort: Gemeindehaus der Johannesgemeinde
am Feuersee, OG

je Treffen 4 €
Anmeldung bitte unter 0711 234 374-27,
Begegnungsstätte Paul-Gerhardt.

Sonderveranstaltung:

**Gegen das Vergessen – Erinnern für das Morgen
in Kooperation mit dem Theater Lokstoff!**

Dienstag, 14. Mai, 15.00 Uhr bis 15.45 Uhr

Ort: Im Innenhof oder im großen Saal im Rückgebäude

Mit vielfach überlebensgroßen Porträts des Fotografen und Filmemachers Luigi Toscano. Dieser fotografiert seit 2014 Überlebende der NS-Verfolgung weltweit. Die eindringlichen Porträts bilden ein temporäres Mahnmal, das uns in der Begegnung mit dem Blick und dem Antlitz des Anderen dazu auffordert, nie wieder Ausgrenzung und Entmenschlichung, nie wieder Totalitarismus und Faschismus zuzulassen (Lokstoff!). Die Lebensgeschichten der Porträtierten und eine Parabel werden uns vom Jugendensemble von Lokstoff! nahegebracht.

Mittwochs

09.15 bis 10.15 Uhr **Qi Gong-Kurs**

und **Zur Ruhe kommen, Durchatmen, Kraft schöpfen**

10.30 bis 11.30 Uhr **10-teiliger Kurs zur Stress- und Sturzprävention**

Weitere Informationen siehe Seite 13

10.30 bis 12.00 Uhr **Kreatives Schreiben**

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

April: 10. und 24.04.

Mai: 08. und 22.05.

Juni: 12. und 26.06.

Ort: Raum 05, EG

je Treffen: 1,50 €

14.00 bis 15.30 Uhr **Impulse am Nachmittag**

Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl findet dieses Angebot als Erweiterung der „Frühstücks-Impulse“ statt.

Leitung: Frau Gittus,

Ort: Raum 05, EG

je Treffen: 4 € inklusive Getränke und Brezel

03. April: Auf den Spuren von Pablo Picasso

08. Mai: Brauchen wir Rituale?

05. Juni: Dankbarkeit

Mittwochs

13.30 bis 15.30 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 Pape, Frau Reich

Ort: Raum 07, EG

je Treffen: 4 €

April

- 03.04. **Rätslei und Knochelei**
- 10.04. **entfällt**
- 17.04. **Mandalas gestalten**
- 24.04. **Nachholtermin Mascha Kaléko (Frau Reich)**

Mai

- 08.05. **Dein Lieblingsmärchen (Frau Reich)**
- 15.05. **Filmmittag**
- 22.05. **Bunter Mittag**
- 29.05. **Wasser ist Leben**

Juni

- 05.06. **Kreativer Mittag**
- 12.06. **Impulse von Pfarrerin Laura Helmle**
- 19.06. **Wenn einer eine Reise tut...**
- 26.06. **entfällt**

Donnerstags

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

Vormittagskurs

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

Leitung: Frau Kruck
Ort: Raum 07, EG
je Treffen: 3 €

11.00 bis 12.00Uhr **Stadtteilspaziergang mit Gymnastik**

Das kostenlose Angebot ermöglicht einen sanften Einstieg in körperliche Aktivitäten, insbesondere für Menschen, die nicht regelmäßig aktiv sind. Vorkenntnisse und Sportbekleidung nicht erforderlich. Dieses Angebot ist eine Kooperation mit dem Amt für Sport und Bewegung der Landeshauptstadt Stuttgart.

Leitung: Frau Ioannidou
Treffpunkt: vor dem Haus der Diakonie (eva)

13.15 bis 14.15 Uhr **Yoga auf und mit dem Stuhl**

Nachmittagskurs

Donnerstags

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 Shafaei

14.30 bis 17.00 Uhr **Internationaler Frauenchor**

**NUR
Mit Anmeldung**

Zum Repertoire des Frauenchors gehören griechische und deutsche Volks- und Kirchenlieder.

Leitung: Frau Hatzopoulou

15.00 bis 16.00 Uhr **Orientalischer Tanz**

**momentan
ausgebucht**

Bauchtanz ohne Eile - Ein Angebot für Frauen!

Der orientalische Tanz steht für Körpergefühl und Lebensfreude. Sanfte und schonende Bewegungen fördern die Beweglichkeit.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Frau Busch

Ort: Raum 07, EG

je Treffen: 3 €

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken und ein Tuch, das um die Hüften gebunden werden kann.

Freitags

13.30 bis 16.00 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: Frau Röntgen

Café Piano...Begegnung und Betreuung

Im Rahmen des Cafés betreuen wir durch Demenz beeinträchtigte Menschen. Weitere Informationen auf Seite 14.

„Live Music Now“

„Freude schenken durch Musik“ ist das Motto des Vereins „Live Music Now“, einer vom berühmten Geiger Yehudi Menuhin gegründeten Organisation.

Junge, besonders qualifizierte Stipendiat*innen teilen mit uns bei einer Reihe von Konzerten ihre Freude an der Musik.

Die Konzerte werden mit Gesang und ausgewählten Instrumenten gestaltet

Konzertreihe im 2. Quartal: Freitag 24.05.

Bitte erkundigen Sie sich und beachten unsere Aushänge.

Weitere Angebote von April bis Juni

Gegen das Vergessen – Erinnern für das Morgen in Kooperation mit dem Theater Lokstoff

Dienstag, 14. Mai, 15.00 Uhr -15.45 Uhr

Weitere Informationen auf Seite sechs.

Weitere Angebote von April bis Juni

Begegnungsstätte unterwegs

Gedächtnistraining im Kurpark Cannstatt

Dienstag, 07. Mai, 14.00 Uhr

Zu Fuß erkunden wir den Kurpark; kommen am Gartenhaus vorbei in dem der erste schnelllaufende Motor von Daimler und Maybach entwickelt wurde und genießen den Blick über Stuttgart. Mit Übungen aus dem Gedächtnistraining bringen wir unseren Geist auf Trab.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit den Nachmittag bei Café und Kuchen ausklingen zu lassen.

Leitung: Frau Pape

Treffpunkt: Café der Begegnungsstätte

Anmeldung unter: 2054-462

Reicht meine Rente noch?

Vortrag und Information **Dienstag, 30. April, 15.00 Uhr**

Tabea Manssdörfer vom Bürgerservice Leben im Alter informiert über Unterstützungsmöglichkeiten und beantworten Ihre Fragen.

mit Frau Manssdörfer vom Bürgerservice Leben im Alter.

Gedächtnistraining - Noch vier Termine im April

Der laufende Kurs geht zu Ende. Nutzen Sie die Gelegenheit das Angebot kennenzulernen.

Schauen sie vorbei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Im Oktober beginnt dann wieder ein neuer Kurs.

Leitung: Frau Keinath

Zeit und Ort: Donnerstags, 10.00 – 11.30 Uhr, Raum 05, EG

Kosten: 5 €

Weitere Kurse von April bis Juni

Digitale Medien am Donnerstag

Sprechstunde für Smartphone, Tablet und Laptop

Hier können Sie konkrete Fragen stellen und Hilfe erhalten.

Der Akku des Gerätes sollte aufgeladen **25.04., 02.05., 16.05., 06.06.**
Leitung: Herr Rittler
Zeit und Ort: 09.30 bis 10.30 Uhr, Raum 04, EG

Smartphonekurs **25.04., 02.05., 16.05., 06.06.**

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse und was man bei der Nutzung beachten sollte.

Leitung: Herr Rittler
Zeit und Ort: 10.30 bis 11.30 Uhr, Raum 04, EG

Zertifizierter Qi Gong–Kurs für Senior:innen

10 Termine jeweils mittwochs von 10.30 – 11.30 Uhr ab 10. April

Der Kurs ist zertifiziert im Rahmen der Stressprävention. Dennoch können die Übungen noch viel mehr bewirken. Sie haben positiven Einfluss auf Balance und Mobilität, auf das Risiko zu stürzen und die Angst vor Stürzen, die Selbständigkeit bei Alltagstätigkeiten, Stimmung und Kognition.

Der Kurs ist auch für Personen mit Gehbeschwerden konzipiert.

Eine kostenlose Probestunde ist möglich.

Die Kursgebühr von 130 € kann bis zu 80% (je nach Kasse) zurück-erstattet werden. Jede gesetzliche Kasse anerkennt die Zertifizierung.

Leitung: Renée von Boehm-Bezing, Heilpraktikerin
Ort: Raum 405, mit dem Aufzug erreichbar

Anmeldung unter: 2054-462

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“ und „Impulsen am Mittag“ finden Sie Menschen mit ähnlichen Erfahrungen, können sich austauschen, Verständnis und gegenseitige Unterstützung finden.

Bitte für die jeweiligen Angebote unter 2054-462 anmelden.

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.

03. April: Auf den Spuren von Pablo Picasso

08. Mai: Brauchen wir Rituale?

05. Juni: Dankbarkeit

Leitung: Frau Gittus Ort: Raum 07, EG

Kostenbeitrag: 4 € inklusive Getränke und Brezel

Gesprächskreis „Windlicht“

10.00 Uhr bis 11.30 Uhr

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

17.04., 15.05., 19.06.

Leitung: Frau Gittus Ort: Raum 07, EG

Kostenbeitrag: 4 €

Gesprächskreis „Ankerlicht“

15.45 Uhr bis 17.15 Uhr

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

Leitung: Herr Schneider Ort: Raum 150, 1. OG

Kostenbeitrag: 4 €

Angebote zur Unterstützung im Alter

Betreuungsangebote für ältere Menschen mit Gedächtnisproblemen und für Alzheimer-Kranke

Café Piano... Begegnung und Betreuung

Jeden **Freitagnachmittag von 13.30 bis 16.00 Uhr** betreuen wir im Rahmen des Cafés demenzkranke Menschen. Trotz Beeinträchtigung können sie so einen Nachmittag in geselliger Runde verbringen.

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 zurückerstattet werden:

- Leistungen der Verhinderungspflege § 39 SGB XI
ab Pflegegrad 2 (bis zu 2.418 € pro Jahr)
- Entlastungsbetrag § 45b (125 € pro Monat)

Ein unverbindlicher Schnuppertermin ist nach Vereinbarung möglich.

Leitung: Frau Röntgen

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

Zusammen in die Begegnungsstätte

Sie suchen Begegnung und Gesellschaft...

wissen aber nicht, wo und wie Sie diese finden können? ...haben wenig Geld, um beispielsweise etwas für Ihre geistige und körperliche Gesundheit zu tun?

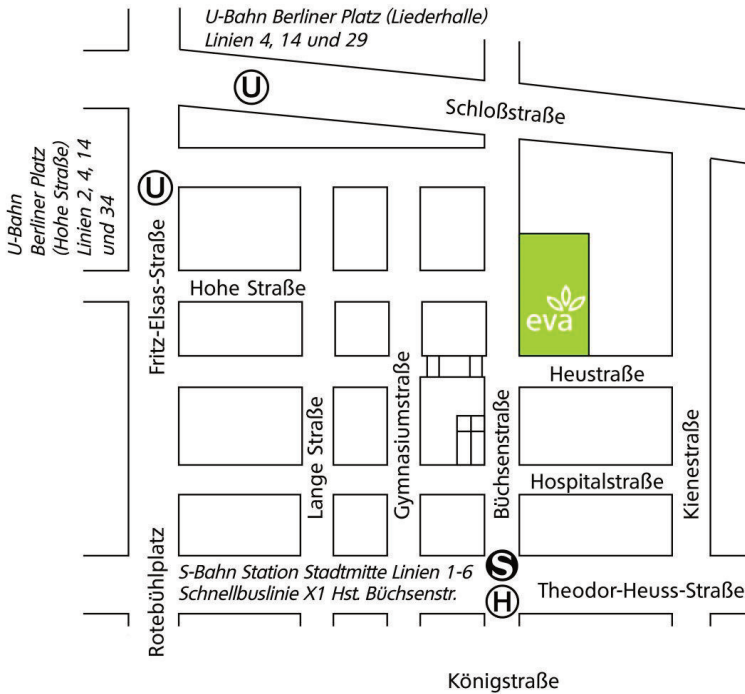
Melden Sie sich gerne bei uns. In einem unverbindlichen Gespräch können Sie uns kennenlernen. Gerne besuchen wir Sie dafür auch zu Hause.

Eine Begleitung zur Begegnungsstätte ist möglich. **Ansprechpartnerin:**

Sylvia Pflüger Telefon: 2054-375

E-Mail: Sylvia.Pflueger@eva-stuttgart.de

Der Weg zu uns mit öffentlichen Verkehrsmitteln:



Evangelische Gesellschaft

Begegnungsstätte für ältere Menschen
Büchsenstraße 34/36, 70174 Stuttgart

Simone Pape

Tel. 0711/2054-250

Simone.Pape@eva-stuttgart.de

Anna Reich

Tel. 0711/2054-464

Anna.Reich@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.

STUTTGART



Im Verbund d'err
Diakonie

Im Dienst. Am Nächsten. Seit 1830.

