

Informationen & Vorankündigungen:

- ❄ *Wir wünschen Ihnen ein glückliches und gesundes Jahr 2024 und freuen uns sehr über Ihren Besuch, Ihr Dabeisein, Ihr Engagement im Begegnungszentrum. Wir heißen auch neue Besucherinnen und Besucher sehr herzlich willkommen.*
- ❄ **Wichtig!!!** Falls Sie das Monatsprogramm ab Jan. 2024 weiterhin per Post oder Mail zugeschickt, oder eingeworfen bekommen möchten, **melden Sie sich bitte aktiv im Begegnungszentrum.** Ansonsten gehen wir davon aus, dass Sie sich das Programm zukünftig selbst besorgen werden.



Kontakt

Ferdinand-Weiß-Str. 70a, 79106 Freiburg

Telefon: 0761/ 27 30 92

E-Mail: bz@vfs-ev.de

Homepage: www.vfs-ev.de

Anfahrt mit den Straßenbahnlinien 1,2,3,4, Haltestelle Rathaus im Stühlinger sowie mit der Buslinie 14,

*„Höflichkeit ist
wie Schnee – sie
verschönert alles,
was sie berührt.“
(Kahlil Gibran)*

Begegnungszentrum Stühlinger

Programmübersicht

Januar 2024



Januar Monatsprogramm Begegnungszentrum Stühlinger

Montag Sprechzeit: 10- 13 Uhr Öffnungszeit: 9.30- 16 Uhr	Besonderes im Januar	Mittwoch Sprechzeit: 10-13 Uhr Öffnungszeit: 9.30- 16 Uhr	Donnerstag Sprechzeit: 10-13 Uhr Öffnungszeit: 9- 15. 30 Uhr
10.00- ca. 11.00 Uhr > Walking Nicht einsam, sondern gemeinsam in gemütlichem Tempo die Umgebung erkunden. Wöchentlicher Treff vor dem Begegnungszentrum. Kein Beitrag. Entfällt bei Regen/ Glatteis.	Dienstag, 23. Jan. 14.00-15.30 Uhr > „Arthrose und seine Behandlung“ Klaus Hauser, Physiotherapeut und Praxisinhaber des Physiotherapie- zentrums StütZpunkt Stühlinger, informiert und beantwortet Fragen. Mit Anmeldung. Einlass ab 13.45 Uhr. Auf Spendenbasis.	10.00-11.00 Uhr > Qi-Gong Mit H. Mahler. Wöchentlich! 4 € pro Termin. Neue Teilnehmende bitte nach Teilnahmemöglichkeit fragen. Terminausfälle am: 17.Jan/ 24. Jan/ 31. Jan 2024	9.15-10.15 Uhr > Kraft und Balance zur Sturzprävention Mit S. Strobel. Wöchentlich! 6 Termine 30€. Mit Anmeldung.
9.30- 13.00 Uhr > Handy- & Smartphone- Einzelgesprächsstunde Mit T. Seibel. Verbindliche Anmeldung: 5€ für 30 Minuten/ 10€ für 60 Minuten. Wöchentliche Einzel- oder Doppeltermine: 9.30-10.00 Uhr / 10.00-10.30 Uhr 10.30-11.00 Uhr / 11.00-11.30 Uhr 12.00-12.30 Uhr / 12.30-13.00 Uhr		11.45-12.45 Uhr > Yoga für jedefrau und jedermann Mit W. Alpers. Wöchentlich! Auf Spendenbasis. Richtwert 5€ /pro Termin. Mit Anmeldung. Einlass ab 11.30 Uhr.	10.30-11.30 Uhr > Gedächtnis spielerisch und mit Spaß trainieren Mit H.W. Glasmacher. Wöchentlich! Auf Spendenbasis.
11.00-12.30 Uhr > Fit am Laptop Kurs mit S. Hinz: Bearbeitung von Fotoalben, Kochbüchern, Rezepte- Kalendern sowie Schreibprogrammen. 5 Termine 50€. Mit Anmeldung Neue Kurstermine: 22. Jan. / 29. Jan./ 5. Feb. / 19. Feb. / 26.Feb.	Dienstag, 30. Jan 14.00-15.30 Uhr > Musikalischer Nachmittag Singen mit Mundharmonika- Begleitung durch Herrn Hinke. Mit Anmeldung. Auf Spendenbasis. Einlass ab 13.45 Uhr.	Guter Vorsatz fürs Jahr 2024? Wir suchen Bürger*innen, welche sich im Begegnungszentrum ehrenamtlich beteiligen möchten. Es gibt verschiedenste Möglichkeiten sich zu engagieren. Bitte melden Sie sich bei Frau Pawlik oder Frau Baumann.	14.00- ca. 16.00 Uhr > NEU!!! Plausch in „Kaisers Gute Backstube“ Während der Winterpause des E-Bike-Treffs trifft sich die Gruppe jeden 2. Donnerstag im Monat bei der Kaiserin (Basler Landstr.39) zu einem gemütlichen Kaffee- plausch. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!
14.00-16.00 Uhr > Spiel, Spaß und Geselligkeit Wöchentlicher Spieletreff: Rummycup, Schach und/oder Doppelkopf (4 Personen sind dafür notwendig- Spielbegeisterte gerne melden!). Kein Beitrag.		Das Angebot „Spaß mit Englisch“ kann dann wieder stattfinden, wenn eine Person gefunden wird, welche die Konversationsgruppe übernehmen möchte. Bitte melden Sie sich im BZ!!!	13.45- 15.30 Uhr > Offene Kreativwerkstatt Quatschen- werkeln- oder einfach nur dabei sein. Wöchentlich! Bringen Sie gerne eigene Materialien mit, oder einfach vor Ort mitwer- keln-/basteln. Spende willk.

Unsere Winterpause geht bis zum 9. Jan. 2024. Ab Mi. 10. Jan. sind wir wieder für Sie da!