

Monatsprogramm Oktober



Sirius-Treff
Begegnungsstätte

MONTAG

10:00 - 12:00 Uhr **Frühstück zum Wochenstart**

MONTAG, 13.10.25

14:00 - 16:00 Uhr **Naturspaziergang (Anmeldung erforderlich)**

DIENSTAG

10:00 - 11:00 Uhr **Sturzprävention für Senior*innen (Balance, Kraft und Koordination)**



14:00 - 16:00 Uhr **Plauderbank: vor oder im Kiezladen WaMa (Ortolfstr. 206B)**



DIENSTAG, 21.10.25

12:00 - 14:30 Uhr **Spaziergang: Rudower Fließ**



MITTWOCH

16:00 - 18:00 Uhr **Nachbarschaftscafé**

Sprechzeiten:

Koordinatorin Laura Trenn:
Dienstag bis Freitag: 10:00 bis 16:00 Uhr und nach Vereinbarung
Projektmitarbeiterin Alanna Faust:
Dienstag & Mittwoch: 10:00 bis 15:00 Uhr

Gefördert von:



■ SOLIDARITÄT ■ TOLERANZ ■ FREIHEIT ■ GLEICHHEIT ■ GERECHTIGKEIT

MITTWOCH, 15.10.25

18:30 - 20:30 Uhr **Bingoabend (Anmeldung erforderlich)**

MITTWOCH, 22.10.25

15:30 - 17:00 Uhr **Sprachcafé in der WaMa**



DONNERSTAG

18:00 - 20:00 Uhr **Spieleabend**

DONNERSTAG, 16.10.25

18:00 Uhr **Spieleabend mit AWO AktivMobil**

FREITAG

11:00 - 13:00 Uhr **„Tischlein deck dich“:
Kochgruppe/Mittagessen**

14:30 - 16:30 Uhr **Stammtisch-Café**

Sprechzeiten:

Koordinatorin Laura Trenn:

Dienstag bis Freitag: 10:00 bis 16:00 Uhr und nach Vereinbarung

Projektmitarbeiterin Alanna Faust:

Dienstag & Mittwoch: 10:00 bis 15:00 Uhr

Gefördert von:

