


Neues und Spezielles:

 **4.12.** Um 10 Uhr informiert eine **Gesundheitslotsin** auf Italienisch über Gesundheitsprävention durch Sport und Ernährung.

9.12. „Adventliche Düfte“, 15 Uhr: Wally Walter lädt ein zu einer informativen und interaktiven Gesprächsrunde.

16.12. Wii-Bowling für Groß und Klein um 15 Uhr

Bei unserem Kegelnachmittag mit der Wii-Spielkonsole rollt die Kugel.

23.12. Adventsnachmittag für Jung und Alt, 15 Uhr

Mit einem adventlichen Programm möchten wir uns auf Weihnachten einstimmen. Es gibt eine süße Überraschung.

 **Stadteilhaus**
am Ostendplatz | Stuttgart



Ostendstraße 83
70188 Stuttgart
Tel.: 0711 286 83 99
Fax.: 0711 262 48 08
sth.ost@awo-stuttgart.de
www.awo-stuttgart.de

Monatsprogramm



Dezember 2020

 **StadteilHaus** 
am Ostendplatz

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



**Herzlich willkommen
in Ihrem Stadteilhaus im Osten!**

Wir freuen uns auf Ihre Wünsche, Ideen und Anregungen – schauen Sie vorbei und lernen Sie uns kennen.

Willkommen am, 6. Dezember, zum Stadteilbrunch für Jung und Alt.


Wir vermitteln individuelle Lesepatenschaften für Grundschul-kinder. Sprechen Sie uns gerne an!


Angesichts der aktuellen Situation durch **Corona** sind kurzfristige Änderungen des Programms möglich. Wir bitten Sie, sich telefonisch oder per Mail zu den Veranstaltungen anzumelden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Regelmäßige Veranstaltungen:

Yoga mit Sonja Mühl
Yoga-Übungen stärken die Muskulatur, fördern Beweglichkeit und den Stoffwechsel und somit die Gesundheit. (Fester Kurs)

Fit ins Wochenende mit Elfriede Leonberger Wir lassen die Woche mit gemeinsamer Gymnastik und kleinen Geschichten ausklingen!

 **Qi Gong mit Michael Halder**
Mit Atemübungen, Körper- und Bewegungsübungen, Konzentrations- und Meditationsübungen werden Körper und Geist gestärkt. (fester Kurs)

Stadteilspaziergang Treffpunkt STH
Mit und ohne Rollator machen wir kleine Spaziergänge durch 

Regelmäßige Veranstaltungen:

Sitzgymnastik mit Gundula Schneider,
Unkostenbeitrag: 1 €, in jeder ungeraden Kalenderwoche

Malkreis mit Friedhelm Heusner
Herr Heusner wird Sie - ob jung oder alt, in das Handwerk der Malerei einführen.
Unkostenbeitrag: 4 €

Handarbeitskreis
Hier wird gewerkelt, gestrickt, gehäkelt und genäht! Jede*r wie sie*er kann und will. Herzliche Einladung zur Teilnahme!

Schachspiel für Jedermann und -frau
Machen Sie mit bei diesem strategischen „Königsspiel“.



Spielenachmittag
Wir spielen in Gemeinschaft altbekannte Brett- und Kartenspiele von 9-99 Jahre

Regelmäßige Veranstaltungen:

Betreuungsgruppe
Bunter Nachmittag für Menschen mit Demenz. Bei Bedarf kann ein Fahrdienst organisiert werden.
Kosten: 23 € / Nachmittag (Abrechnung mit der Pflegekasse möglich).

**10.12. um 10 Uhr
Deutsch als Fremdsprache** mit Dorothe Kanne in anregender Gesprächsrunde, Sprachniveau B1/B2

Gedächtnistraining
Halten Sie Ihre graue Zellen auf Trab!

**Englischkonversationskurs
mit Kristine Spieth**
Unkostenbeitrag: 4 €

Hello! How are you?

 **Gruppentreffen für
Mitbürger*innen aus der
Türkei** mit Faik Mumcular

Adventskalendergeschichten:
Vom 01.12. – 23.12.2020 öffnen wir werktäglich um 12.30 Uhr ein neues Türchen in unserem Adventskalender. Seien Sie dabei!

Jeden Montag und Mittwoch 14- 16 Uhr
Lernhilfe und Hausaufgabenbetreuung für Schüler*innen der Kl. 1 bis 8 (1 €)

Jeden Mittwoch und Freitag 9 – 11 Uhr
offene Kinderbetreuung für Kinder von 2- 6 Jahren, damit Eltern ihre Behördengänge, Arztbesuche oder Einkäufe auch alleine erledigen können (1 €).

Heiligabendfeier

Herzliche Einladung am 24.12. um 12 Uhr mit uns Weihnachten zu feiern. Wir genießen ein festliches 3-Gänge-Menü. Bitte melden Sie sich bis zum 14.12.20 an. Kosten: 8€