

Gemeinschaftspflege – 2. Halbjahr 2020



Unter Beachtung der Abstands- und Hygieneregeln können einzelne Veranstaltungen und Kurse aktuell wieder angeboten werden. Bitte erkundigen Sie sich bitte vorher unter den angegebenen Kontaktdaten bzw. bei Frau Beichler unter Tel. 0331-971 65-42!

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Kosten / Kontakt
Wohnen an der Französischen Kirche, Heibelstraße 1			
jeden Montag	10:00 – 11:00 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene mit Herrn Klein	2,00 € / PWG Mitglied
jeden 2. und 4. Montag im Monat	15:30 – 17:00 Uhr	Singegruppe mit Herrn Friedrich	2,00 € pro Person und Termin Kontakt über Herrn Friedrich Mobil: 0157 / 53057165
jeden Donnerstag	19:00 – 22:00 Uhr	Schach für jedermann (Schachclub Empor Potsdam 1952)	Herr Puhlmann (raipu@t-online.de ; Tel.: 0331 / 2705704)
Treffpunkte in Potsdam West			
jeden 4. Donnerstag im Monat	10:00 – 12:00 Uhr	Sprechzeiten des ehrenamtlichen Aktiv-Teams PWG-Treffpunkt Auf dem Kiewitt 14	Tel.: 0331 / 730 6581 treffpunkt.kiewitt@arcor.de
jeden Dienstag	ab 09:30 Uhr	Nordic Walking, Gesundheitsspaziergänge Treffpunkt: Bewegungsplatz Seeseite Auf dem Kiewitt 35	kostenfrei
Treffpunkt FQ 7, Im Französischen Quartier 7			
jeden Montag	09:30 – 11:30 Uhr	Frühsport für Menschen mit Rollator Auch ohne Rollator darf man gerne teilnehmen. Mit Frau Rita Schulze-Gahlbeck	Die Kosten übernimmt ggf. die Pflegekasse.
jeden Dienstag	16:00 – 17:00 Uhr	Gymnastik mit Frau Helga Mühlberg, ehemals Trainerin beim SC Potsdam, inzwischen selbst 80 Jahre alt und topfit!	Kosten: 20,00 € pro Monat Jeweils nur nach Vor Anmeldung unter Tel. 0331 / 620 79 73 oder info@schickes-altern.de
jeden Mittwoch	15:00 Uhr	Kaffeeklatsch mit Frau Klatt und Frau Lehne	Kosten: 3,00 €
jeden Donnerstag	15:00 Uhr	Spielenachmittag Mit Frau Lehne	Kosten: 2,00 €
jeden Freitag	15:00 Uhr	Blaue Stunde. Frau Lehne liest Ge- schichten und Bücher nach Ihren Wünschen.	Kosten: 2,00 €
jeden Mittwoch	17:30 – 18:30 Uhr	Kursangebote QiGong und Taiji mit Kursleiterin	Kosten: 12,00 € / Termin oder 50,00 € / 5er Karte (gültig 2 Monate). Die Schnupperstunde ist kostenlos.
jeden Donnerstag	17:30 – 18:30 Uhr	Grit May Wolff	Nur nach Voranmeldung unter Tel. 0170 / 522 98 36
Servicepunkt „K2“ der pbg, Kuckucksruf 9 – 12			
jeden 2. und 4. Montag im Monat	10:00 – 11:30 Uhr	Zirkel Malerei und Grafik mit Herrn Rödel	Mitzubringen: Material, Kosten: 2,00 € / Termin
jeden Montag	09:00 – 10:00 Uhr	Gesundheitssport	Monatlich für einen Kurs 11,00 €; jeder weitere Kurs zusätzlich 5,00 €
jeden Mittwoch	10:00 – 11:00 Uhr	Rückentraining	
jeden Mittwoch	18:45 – 19:45 Uhr	Pilates	
jeden Donnerstag	09:00 – 10:00 Uhr	Hockertraining	Ansprechpartner beim SC Potsdam: Christian Gerber, Tel.: 0331 / 622900
jeden Donnerstag	10:00 – 11:00 Uhr	Gesundheitssport	
jeden Freitag	09:30 – 10:30 Uhr	Rückentraining	

Wir hoffen Ihr Interesse zu wecken und freuen uns auf Ihre Teilnahme.

gez. Kaufmännischer Vorstand

gez. Soziales Management