



caritas  
STUTTGART

Altenhilfe

## PROGRAMM

**Betreutes Wohnen für Ältere  
Haus St. Barbara  
Altenhilfe**

**Caritasverband für Stuttgart e.V.**  
Probstr. 39  
70567 Stuttgart  
Telefon (Zentrale) 0711 21069-22

**Ansprechpartner**  
Gerda Ponnath  
Telefon 0711 21069-22  
Telefax 0711 21069-30  
g.ponnath@caritas-stuttgart.de

Stuttgart, 17. Juni 2019

**Mittwoch, 03.07.19, 15.00 Uhr**

### **Umgang mit großer Hitze**

Gesundheitstipps, Erfahrungsaustausch, aber auch Geschichten rund um den Sommer

**Mittwoch, 10.07.19, 15.00 Uhr**

### **Tanzen im Sitzen**

Bewegung und Musik verbessern Konzentration und Koordination beim Tanzen in der Gemeinschaft. Mit Gundula Schneider

**Mittwoch, 17.07.19, 15.00 Uhr**

### **Die Welt ist bunt**

Wissenswertes und Kurioses aus der Farbenwelt

**Mittwoch, 24.07.19 15.00 Uhr**

### **Spielesachmittag**

Egal ob „Mensch-Ärgere-Dich-Nicht“, Phase 10“, „Uno“ o.ä. heute Nachmittag dreht sich alles um Spiele. Wer möchte kann gerne ein eigenes Spiel mitbringen.

**Mittwoch, 31.07.19 15.00 Uhr**

### **„Älter werden in Balance“**

Vorstellung des Programms und einige Übungen aus dem Alltagstrainingsprogramm, keine Sportbekleidung notwendig

**Mittwoch, 07.08.19, 15.00 Uhr**

### **„Das Drängen nach dem großen Unbekannten“**

Von antiken Pilgerinnen bis zu mutigen Frauen um die Jahrhundertwende, die es in die Fremde zog.



caritas  
STUTTGART

Altenhilfe

Seite 2

**Mittwoch, 14.08.19 15.00 Uhr**

**Raterunde**

Wir möchten heute in angenehmer Runde etwas für unsere „kleinen grauen Zellen“ tun, jedoch soll der Spaß am Rätseln und Finden der Lösungen nicht zu kurz kommen.

**Mittwoch, 21.08.19 15.00 Uhr**

**Tanzen im Sitzen**

Bewegung und Musik verbessern Konzentration und Koordination beim Tanzen in der Gemeinschaft. Mit Gundula Schneider

**Mittwoch, 28.08.19 15.00 Uhr**

**C - A - F - F - E - E**, trink nicht so viel Kaffee – haben die Kinder früher gesungen  
Wissenswertes und Heiteres über das Lebenselixier.

**Mittwoch, 04.09.19 15.00 Uhr**

**Die Rose**

Betrachtungen und Kurioses über die Königin der Blumen.

**Mittwoch, 11.09.19 15.00 Uhr**

**„Unnützes Stuttgart Wissen“ Teil 2**

Geschichten und Fakten rund um die Landeshauptstadt

**Mittwoch, 18.09.19 15.00 Uhr**

**Tanzen im Sitzen**

Bewegung und Musik verbessern Konzentration und Koordination beim Tanzen in der Gemeinschaft. Mit Gundula Schneider

**Mittwoch, 25.09.19 15.00 Uhr**

Das Seniorenprogramm macht eine kleine Pause.