

Sehr geehrte Besucher,

In diesem Monatsplan finden Sie die täglichen Angebote aus dem Monat

**Februar 2025.**

Haben Sie dazu Fragen oder möchten sich für ein Angebot anmelden?

**03334 – 3876980**

[silberwald@kontakt-egerswalde.de](mailto:silberwald@kontakt-egerswalde.de)

**Angebote für Menschen mit und ohne Pflegegrad.**

Beratung zu Unterstützungsangeboten, soziale Beratung,  
Hilfe & Serviceleistungen  
z.B. Ausfüllen von Anträgen/Formularen, Terminbuchungen etc.

Vereinbaren Sie gerne einen Termin zu unseren Sprechzeiten

**Montag 11-16 Uhr**

**Dienstag 9-11 Uhr**

**Вторник с 14:00 до 17:00**

**Mittwoch 11-16 Uhr**

(sowie nach Vereinbarung)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Spreewaldstraße 1**

**16227 Eberswalde**



# Mittagstisch im Silberwald

FEBRUAR 2025



\* ÄNDERUNG VORBEHALTEN

DONNERSTAG, 06.02.2025 (ES KOCHT MELANIE) MÖHRENEINTOPF MIT HÄHNCHENFLEISCH (+ NACHTISCH)	7,00 EURO PRO PERSON	ANMELDUNG BIS 04.02.2025
DONNERSTAG, 13.02.2025 (ES KOCHT MELANIE) BRATWURST MIT ZWIEBELSAUCE UND STAMPFKARTOFFEN (+ NACHTISCH)	7,00 EURO PRO PERSON	ANMELDUNG BIS 11.02.2025
DONNERSTAG, 20.02.2025 (ES KOCHT UTE) „TOTE OMA“/GRÜTZWURST MIT SAUERKRAUT UND KARTOFFELN (+ NACHTISCH)	8,00 EURO PRO PERSON	ANMELDUNG BIS 18.02.2025
DONNERSTAG, 27.02.2025 (ES KOCHT UTE) EIERFRIKASSEE MIT KARTOFFELN (+ NACHTISCH)	8,00 EURO PRO PERSON	ANMELDUNG BIS 25.02.2025

Kalenderwoche 6

**Montag, 03.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.30 – 14.30 dt.-russ. Tanzgruppe

13.00 – 15.00 Spiele-Nachmittag (Anita)

**14.00 – 16.00 Kaffeenachmittag**

16.30 - 18.45 Line-Dance (Dagmar)

19.00 - 20.00 Sport (Fr. Fischer)

**Dienstag, 04.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

10.00 - 12.00 Kreativ-Club (**Motto: Fasching**)

13.00 - 15.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

17.00 - 18.00 Aroha (Fr. Zilske)

18.00 - 19.00 Kaha (Fr. Zilske)

**Mittwoch, 05.02.2025**

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

13.00 - 14.30 dt.-russ. Gesprächsrunde > in der Havellandstraße 15

14.00 – 15.30 Schach (Max)

**14.00 – 16.00 Modul 8 – Vorgesorgt... (Constanze Adler)**

16.00 – 20.00 Skat / Rommé

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

**Donnerstag, 06.02.2025**

9.30 - 10.30 Wirbelsäule (Fr. Zilske)



**10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)**

10.00 – 12.00 (Mittagstisch) gemeinsam Kochen/Essen > siehe Mittagsplan

13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy (Kerim)

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

15.00 – 16.00 Beratung über Unterstützungsangebote (Irina)

16.00 - 17.30 wir singen dt. Volkslieder (Irina)

**Freitag, 07.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.00 – 13.00 dt.-russ. Tanzgruppe

Begegnungsstätte  
**SILBERWALD**



# Fasching

**FEB** | **2025**  
**10** | **MONTAG**  
**14.30 - 17.00 UHR**

*Verkleiden erwünscht*

ANMELDUNGEN UNTER

**03334 - 3876980**



Kalenderwoche 7

### Montag, 10.02.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

~~12.30 – 14.30 dt.-russ. Tanzgruppe~~

~~13.00 – 15.00 Spiele-Nachmittag (Anita)~~

**14.00 – 16.00 Kaffeenachmittag**

~~16.30 – 18.45 Line-Dance (Dagmar)~~

## 14.30 – 17.00

## Fasching

19.00 - 20.00 Sport (Fr. Fischer)

### Dienstag, 11.02.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

10.00 - 12.00 Kreativ-Club (**Motto-Basteln Winter**)

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

13.00 – 15.00 Malen lernen mit Maria & Valeriy

17.00 - 18.00 Aroha (Fr. Zilske)

18.00 - 19.00 Kaha (Fr. Zilske)

### Mittwoch, 12.02.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

13.00 - 14.30 dt.-russ. Gesprächsrunde > in der Havellandstraße 15

14.00 – 15.30 Schach (Max)

**14.00 – 16.00 Modul 9 – Aus dem Leben gerissen... (Constanze Adler)**

16.00 – 20.00 Skat / Rommé

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)



### Donnerstag, 13.02.2025

9.30 - 10.30 Wirbelsäule (Fr. Zilske)

**10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)**

10.00 – 12.00 (Mittagstisch) gemeinsam Kochen/Essen > siehe Mittagsplan

13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy (Kerim)

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

15.00 – 16.00 Beratung über Unterstützungsangebote (Irina)

16.30 - 18.45 Line-Dance (Dagmar)

### Freitag, 14.02.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.00 – 13.00 dt.-russ. Tanzgruppe

Kalenderwoche 8

**Montag, 17.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.30 – 14.30 dt.-russ. Tanzgruppe

13.00 – 15.00 Spiele-Nachmittag (Anita)

**14.00 – 16.00 Kaffeenachmittag**

16.30 - 18.45 Line-Dance (Dagmar)

19.00 - 20.00 Sport (Fr. Fischer)

**Dienstag, 18.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

10.00 - 12.00 Kreativ-Club (**Motto: Winter**)

13.00 – 15.00 Kunsttherapie mit Maria & Valeriy

13.00 - 15.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

**14.00 – 16.00 Café der Erinnerungen**

**(für Angehörige von Menschen mit Demenz)**

17.00 - 18.00 Aroha (Fr. Zilske)

18.00 - 19.00 Kaha (Fr. Zilske)



**Mittwoch, 19.02.2025**

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

13.00 - 14.30 dt.-russ. Gesprächsrunde > in der Havellandstraße 15

14.00 – 15.30 Schach (Max)

**14.00 – 16.00 Modul 10 – Angehörige haben das Wort (Constanze Adler)**

16.00 – 20.00 Skat / Rommé

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

**Donnerstag, 20.02.2025**

9.30 - 10.30 Wirbelsäule (Fr. Zilske)



**10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)**

10.00 – 12.00 (Mittagstisch) gemeinsam Kochen/Essen > siehe Mittagsplan

13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy (Ulf)

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

15.00 – 16.00 Beratung über Unterstützungsangebote (Irina)

16.00 - 17.30 wir singen dt. Volkslieder (Irina)

**Freitag, 21.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.00 – 13.00 dt.-russ. Tanzgruppe

Kalenderwoche 9

**Montag, 24.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.30 – 14.30 dt.-russ. Tanzgruppe

13.00 – 15.00 Spiele-Nachmittag (Anita)

**14.00 – 16.00 Kaffeenachmittag**

16.30 - 18.45 Line-Dance (Dagmar)

19.00 - 20.00 Sport (Fr. Fischer)

**Dienstag, 25.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

10.00 - 12.00 Kreativ-Club (**Winter-Basteln**)

13.00 – 15.00 Malen lernen mit Maria & Valeriy

13.00 - 15.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

17.00 - 18.00 Aroha (Fr. Zilske)

18.00 - 19.00 Kaha (Fr. Zilske)

**Mittwoch, 26.02.2025**

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

13.00 - 14.30 dt.-russ. Gesprächsrunde > in der Havellandstraße 15

14.00 – 15.30 Schach (Max)

16.00 – 20.00 Skat / Rommé

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

**Donnerstag, 27.02.2025**

9.30 - 10.30 Wirbelsäule (Fr. Zilske)

~~10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)~~ in dieser Woche nicht

10.00 – 12.00 (Mittagstisch) gemeinsam Kochen/Essen > siehe Mittagsplan

13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy (Ulf)

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

15.00 – 16.00 Beratung über Unterstützungsangebote (Irina)

**Freitag, 28.02.2025**

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

11.00 – 13.00 Körbe flechten & Kaffeerunde mit Ellen

12.00 – 13.00 dt.-russ. Tanzgruppe

