

Sehr geehrte Besucher,

In diesem Monatsplan finden Sie die täglichen Angebote aus dem Monat

März **2025.**

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

03334 – 3876980

silberwald@kontakt-eberswalde.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 11-15 Uhr

Dienstag 11-15 Uhr

Вторник с 11:00 до 15:00

Mittwoch 11-15 Uhr

(sowie nach Vereinbarung)



Wir freuen uns auf Ihren Besuch.
Spreewaldstraße 1
16227 Eberswalde

Mittagstisch im Silberwald

MÄRZ 2025

* ÄNDERUNG VORBEHALTEN



DONNERSTAG, 06.03.2025 (ES KOCHT UTE) KARTOFFELSUPPE MIT WURST (+ NACHTISCH)	7,00 EURO PRO PERSON	ANMELDUNG BIS 04.03.2025
DONNERSTAG, 13.03.2025 (ES KOCHT UTE) ROULADE MIT ROTKOHLE UND KARTOFFELN (+ NACHTISCH)	10,00 EURO PRO PERSON	ANMELDUNG BIS 11.03.2025
DONNERSTAG, 20.03.2025 (ES KOCHT UTE) GULASCH MIT NUDELN (+ NACHTISCH)	8,00 EURO PRO PERSON	ANMELDUNG BIS 18.03.2025
DONNERSTAG, 27.03.2025 (ES KOCHT UTE) KÖNIGSBERGER KLOPSE MIT KARTOFFELN (+ NACHTISCH)	7,00 EURO PRO PERSON	ANMELDUNG BIS 25.03.2025

ab März 2025
с марта 2025
أمن مارس 2025

Sprach
Café
مقهى المحادثه

jeden Donnerstag
Каждый четверг
كل يوم خميس

14.00 - 16.00 Uhr



Begegnungsstätte Silberwald
Spreewaldstraße 1
16227 Eberswalde
03334-3876980



Einladung
zur
Frauentagsfeier

10.03.2025
14.30 – 17.00 Uhr

Begegnungsstätte Silberwald
Spreewaldstraße 1
16227 Eberswalde

03334-3876980

Kalenderwoche 10

Montag, 03.03.2025

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, 04.03.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

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

13.00 - 15.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

17.00 - 18.00 Aroha (Fr. Zilske)

18.00 - 19.00 Kaha (Fr. Zilske)

Mittwoch, 05.03.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

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

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

14.00 – 15.30 Schach (Max)

16.00 – 20.00 Skat / Rommé

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)



Donnerstag, 06.03.2025

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 Spielenachmittag (Anita)~~

14.00 – 16.00 Sprach-Café

~~15.00 – 16.00 Beratung über Unterstützungsangebote (Irina)~~

~~16.00 – 17.30 wir singen dt. Volkslieder (Irina)~~

Ab 16 Uhr (interne Veranstaltung)

Freitag, 07.03.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.00 – 13.00 dt.-russ. Tanzgruppe

Kalenderwoche 11

Montag, 10.03.2025

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 * Frauentags-Feier *****

19.00 - 20.00 Sport (Fr. Fischer)

Dienstag, 11.03.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

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

13.00 – 15.00 Malen lernen mit Maria & Valeriy

13.00 - 15.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

Mittwoch, 12.03.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

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

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

14.00 – 15.30 Schach (Max)

16.00 – 20.00 Skat / Rommé

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

Donnerstag, 13.03.2025

10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)

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

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

14.00 – 16.00 Sprach-Café

15.00 – 16.00 Beratung über Unterstützungsangebote (Irina)

16.00 - 17.30 wir singen dt. Volkslieder (Irina)

16.30 - 18.45 Line-Dance (Dagmar)



Freitag, 14.03.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.00 – 13.00 dt.-russ. Tanzgruppe

Kalenderwoche 12

Montag, 17.03.2025

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, 18.03.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

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

13.00 - 15.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

13.00 – 15.00 Kunsttherapie mit Maria & Valeriy

14.00 – 16.00 Café der Erinnerungen
(für Angehörige von Menschen mit Demenz)

Mittwoch, 19.03.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

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

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

14.00 – 15.30 Schach (Max)

16.00 – 20.00 Skat / Rommé

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

Donnerstag, 20.03.2025

10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)

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

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

14.00 – 16.00 Sprach-Café

15.00 – 16.00 Beratung über Unterstützungsangebote (Irina)

Freitag, 21.03.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

12.00 – 13.00 dt.-russ. Tanzgruppe



Kalenderwoche 13

Montag, 24.03.2025

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, 25.03.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

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

13.00 – 15.00 Malen lernen mit Maria & Valeriy

13.00 - 15.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

14.00 Modenschau

Mittwoch, 26.03.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

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

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

14.00 – 15.30 Schach (Max)

16.00 – 20.00 Skat / Rommé

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)



Donnerstag, 27.03.2025

10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)

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

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

14.00 – 16.00 Sprach-Café

15.00 – 16.00 Beratung über Unterstützungsangebote (Irina)

16.00 - 17.30 wir singen dt. Volkslieder (Irina) 

Freitag, 28.03.2025

8.30 – 11.45 Deutsch-Kurs für ukrainische Senioren

11.00 – 13.00 Körbe flechten & Kaffeerrunde mit Ellen

12.00 – 13.00 dt.-russ. Tanzgruppe



Kalenderwoche 14

Montag, 31.03.2025

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)