

Das Projekt *Chance 60plus - Das Leben aktiv gestalten* - wird im Rahmen des Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen - gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

Gefördert durch:












Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Angebote für ältere Menschen

Juli 2024	Veranstaltung	Treffpunkt
Montag, 01.07. 🕒 14:00 - 15:30 Uhr	 <u>Digital fit- Umgang mit Smartphone für Anfänger: innen zum Betriebssystem Android</u>	MGH <u>Bestensee</u> , Waldstraße 33, 15471 Bestensee
Montag, 15.07. 🕒 14:00 - 15:30 Uhr	 <u>Digital fit- Umgang mit Smartphone für Fortgeschrittene zum Betriebssystem Android</u>	MGH <u>Bestensee</u> , Waldstraße 33, 15471 Bestensee
Montag, 01.07. und 15.07. 🕒 15:30 - 17:00 Uhr	 <u>Digital fit- Umgang mit Smartphone für Anfänger: innen und Fortgeschrittene zum Betriebssystem Apple</u>	MGH <u>Bestensee</u> , Waldstraße 33, 15471 Bestensee
Jeden Dienstag 🕒 10:00 - 11:30 Uhr	 <u>Französisch lernen:</u> Eine Muttersprachlerin bietet in kleiner Runde Französisch an.	Achtung! Neuer Treffpunkt: Gemeindehaus Bestensee Reuterstr. 16 15741 Bestensee
Jeden Mittwoch 🕒 10:00 – 11:00 Uhr	 <u>Sport 60+:</u> Fitnessübungen zur Schulung der Beweglichkeit und zum Trainieren des Herz-Kreislauf-Systems.	Freizeithaus <u>Ragow</u> , Küstergasse 3, 15749 Mittenwalde/OT Ragow
Jeden Freitag 🕒 10:00 - 11:30 Uhr	 <u>Walken:</u> Schnelleres Gehen für alle, die in Bewegung kommen wollen.	Treffpunkt am MGH <u>Bestensee</u> , Waldstraße 33, 15471 Bestensee
Donnerstag, 04.07. 🕒 10:00 - ca. 12:30 Uhr	 <u>Wandergruppe „Latschen und Tratschen“:</u> (jeden 1. Donnerstag im Monat) Geführte Rundwanderungen in der näheren und weiteren Umgebung von Bestensee und Mittenwalde.	Achtung! Treffpunkt und Tour standen bei Redaktionsschluss noch nicht fest, bitte telefonisch erfragen.
Donnerstag, 18.07. 🕒 17:00 - 18:30 Uhr Heute: „Spiel und Spaß an der frischen Luft“	 <u>Offener Treff Ragow „Plauschen und Latschen“:</u> Lassen Sie uns gemeinsam die Boule kugel werfen oder beim Wikingerschach die Kubbs treffen. Vielleicht erreichen wir auch den Spikeball, aber auf jeden Fall haben wir miteinander Spaß bei der Bewegung an der frischen Luft.	Freizeithaus <u>Ragow</u> , Küstergasse 3, 15749 Mittenwalde/OT Ragow
Montag - Freitag 🕒 09:00 - 15:00 Uhr nur nach telefonischer Vereinbarung	 <u>Offenes Gesprächsangebot:</u> Beratung zu: Teilhabe und Lebensgestaltung, dem Übergang vom Beruf in die Rente, Zuverdienst oder Sozialleistungen, Ehrenamt und Engagement. Die Beratung ist kostenfrei, trägerneutral und vertraulich.	Termin und Ort nach individueller Vereinbarung, auch telefonische Beratung ist möglich.

- Änderungen vorbehalten -

Die Teilnahme ist kostenfrei, bitte anmelden unter:

Tel. **0170 - 371 86 02** oder **0170 - 371 86 56** oder per Mail: chance60plus@berliner-stadtmission.de

Weitere Infos zur Projektarbeit finden Sie unter: www.berliner-stadtmission.de/chance-60plus

Berliner Stadtmission | Evangelische Kirche (EKBO) „Chance 60plus - Das Leben aktiv gestalten“,
Projektbüro im Seniorenzentrum Bestensee, Hauptstraße 11, 15741 Bestensee / Telefon: 0170 - 371 86 02