

GRILLABEND

Grillwurst, kalte Getränke und nette Gespräche.
21. August, 17 Uhr
Vorherige Anmeldung erforderlich. 5 €



Führung durch den Schlosspark Glienicke

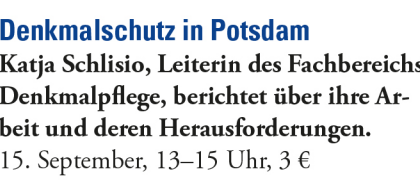
Joachim Lackner führt durch die von Schinkel und Lenné geschaffene Parklandschaft. 1. September, ab 11 Uhr, Treffpunkt bitte telefonisch erfragen. 8 €



Joachim Lackner führt durch die von Schinkel und Lenné geschaffene Parklandschaft. 1. September, ab 11 Uhr, Treffpunkt bitte telefonisch erfragen. 8 €

Denkmalschutz in Potsdam

Katja Schlisio, Leiterin des Fachbereichs Denkmalpflege, berichtet über ihre Arbeit und deren Herausforderungen.
15. September, 13–15 Uhr, 3 €



BINGO-ZEIT

Kommt vorbei, trommelt Freunde zusammen und genießt Spaß, Gemeinschaft und kleine Gewinne! Für Snacks und Getränke ist gesorgt.
Freitag, 31. Juli, 16 Uhr, 5 €



Fast schon ein ganzes Leben

Lesung und Gespräch mit der Potsdamer Autorin Rita König.
25. September, 15 Uhr, Teilnahme kostenfrei



Kaffeeklatsch mit Heidi Lehne

jeden Mittwoch
14:30 Uhr, 3 €



Der Nette-Leute-Kennenlern-Club mit Jutta Geisendorf

Jeden 2. Donnerstag im Monat
16 Uhr, 5 €



AUSBILDUNG ZUM EHRENAMTLICHEN GESUNDHEITSBUDDY

Gesundheitsbuddys sind junge Alte, die noch Älteren helfen, in Bewegung zu bleiben: Sie nehmen Kontakt mit ihnen auf, motivieren sie und holen sie raus aus Einsamkeit und Stillstand. Wer sich zum Gesundheitsbuddy ausbilden lassen will, kann dies im FQ7 tun. Die nächste Qualifizierung (30 Stunden + 20 Stunden Aufbaukurs) ist ab Oktober geplant. Nähere Informationen gibt es telefonisch bei Gisela Gehrman unter 0163 6340256.

Wer erst einmal ein wenig nachlesen will, kann das hier tun:
gesundheitsbuddy-in-potsdam.de und selbstbewusst-altern.de.



Frühstück für die „Neuen“

Wir laden alle 2026 neu zugezogenen PWG-Mitglieder herzlich zum Kennlern-Frühstück ein. Teilnahme kostenfrei, nach vorheriger Anmeldung.
Samstag, 22.08., 10.00–11.30 Uhr, FQ7, Treffpunkt@fit-alter.de



Fit durch den Alltag

Auszubildende der Recura-Akademie stellen verschiedene Übungen und Methoden vor, um fit zu bleiben.
Donnerstags, 12:30–14 Uhr



Wandern mit Peggy Rohland

Die Wanderungen finden in und um Potsdam statt.
Jeden 1. Samstag im Monat, 11 Uhr, 5 € Einzelheiten bei Anmeldung unter: 0331 23616848 (auch AB), 01575 8057587 oder per Mail: p.rohland@fit-alter.de



HIER FINDEN SIE UNS:

Im Französischen Quartier 7
14467 Potsdam
Leitung: Peggy Rohland

Um Anmeldung für alle Veranstaltungen wird gebeten:
Tel.: 0331-200 81 473
(auch AB nutzen)
E-Mail: treffpunkt@fit-alter.de

DAS GANZE PROGRAMM:

pwg1956/leben/begegnung