

Einladung zu den Veranstaltungen

Mo.
4. April
14 Uhr

Schnupperkurs Smartphone und Tablet

Dozent: Gunter Brosowski

**Folgetermine: 11., 18. und 25. April
immer 14 bis 15.30 Uhr**

Veranstaltungsort:

Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3,
Schwielowsee / OT Caputh

Inhaltsbeispiele:

- Telefonieren und Umgang mit Kontakten
 - Nachrichten senden und empfangen
 - Sicherheit des Smartphones und persönliche sinnvolle Smartphone Apps
 - Smartphone am PC/Notebook
 - die wichtigsten Einstellungen
 - Fotos und Videos erstellen und verwalten
 - Dateiverwaltung
- Gerne können eigene Geräte mitgebracht werden.

Do.
7. April
15 Uhr

Treffpunkt 55+ Heimatgeschichte

Dozentin: Rosl Schiffmann

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Virtueller Spaziergang um den Schwielowsee

Die Gästeführerin Rosl Schiffmann nimmt Sie mit auf eine Wanderung um den Schwielowsee. Lassen Sie sich bei diesem Vortrag von den Sehenswürdigkeiten und unserer schönen Natur verzaubern.

„Aktiv sein im Alter“ in der Gemeinde Schwielowsee

Einladung zu den Veranstaltungen

Di.
3. Mai
15 Uhr

Vortrag über Diabetes mellitus

Dozentin: Christine Reinhardt
SHG Diabetes Kloster Lehnin

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Diabetes mellitus ist ein Überbegriff für verschiedene Störungen im Zuckerhaushalt – daher auch der umgangssprachliche Name „Zuckerkrankheit“.

An diesem Nachmittag werden wir über folgende Inhalte sprechen: Wie erkenne ich Diabetes? Welche Spätfolgen gibt es? Wie kann ich vorbeugen? Wie ernähre ich mich richtig?

Do.
12. Mai
10 Uhr

Musikalische Frühjahrswanderung um den Caputher See

Wanderleiterin:
Susanna Glimmerveen

Treffpunkt: Bürgerhaus Caputh, Straße der Einheit 3, Schwielowsee / OT Caputh
Gemeinsam begrüßen wir das Frühjahr. Lassen Sie uns die Klänge, die Natur und unsere Nachbarn genießen! An verschiedenen Stellen rund um den See lernen wir ein Lied: einfach, mehrstimmig und aus verschiedenen Ecken der Welt. Keine Singerfahrung nötig. Freundliche Hunde sind willkommen. Bitte eine Flasche Trinkwasser mitbringen. Dauer etwa 2 Stunden.

**Bitte anmelden: songcaputh@gmail.com oder
01520.8886956**

Bei starkem Regen wird der Termin verschoben.

„Aktiv sein im Alter“ in der Gemeinde Schwielowsee

Einladung zu den Veranstaltungen

Do.
2. Juni
15 Uhr

Treffpunkt 55+ Senioren im Straßenverkehr

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Den Vortrag hält **Polizeihauptkommissar Gehl, Koordinator für Prävention von der Polizeiinspektion Potsdam.**

Do.
16. Juni
15 Uhr

Englisch für Anfänger „Einführungstag“

Spielerisch, praktisch und mit viel Lachen eine Fremdsprache erlernen!

Lehrkraft: Susanna Glimmerveen

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Mo.
27. Juni
14 Uhr

Fahrradfahren in der Gruppe

Zum Biergarten Templin

Tourenleiter: Karl-Heinz Haufe

Treffpunkt: Bürgerhaus, Straße der Einheit 3, 14548 Schwielowsee / OT Caputh
Auf dem Radweg die Michendorfer Chaussee entlang, links weiter Am Steineberg bis zum Einsteinhaus. Dann hinunter zur Potsdamer Straße bis zum Templiner Schwimmbad mit Ausblick am Steg über den Templiner See. Danach wird in der Braumanufaktur eingekehrt. Zurück fahren wir direkt auf dem Radweg nach Caputh.

Änderungen vorbehalten!

„Aktiv sein im Alter“ in der Gemeinde Schwielowsee

„Aktiv sein im Alter“

Einladung zu den Veranstaltungen von Januar bis Juni 2016

SCHWIELOWSEE AKTIV⁵⁵⁺



Der Landkreis Potsdam-Mittelmark hat die Offensive „Aktiv sein im Alter“ gestartet. Zu vielfältigen Themen werden durch eine zentrale Koordinierungsstelle Bildungsangebote, Workshops oder Vorträge vermittelt und finanziert. Durch den Aufbau regionaler Projekte können auch den Bürgern der Gemeinde Schwielowsee interessante Angebote gemacht werden. Eine Gruppe Ehrenamtlicher in Schwielowsee hat es sich zur Aufgabe gemacht verschiedene Projekte ins Leben zu rufen und freut sich auf viele Besucher.

Initiative „Schwielowsee Aktiv 55+“
Joachim Schwarz, Barbara Pohlmann, Ingrid Dentler
03327/569132 - ingrid.dentler@gmx.de
in Kooperation mit dem Familienzentrum Schwielowsee,
Ansprechpartnerin Anna Töpfer 033209/203911
fz-schwielowsee@shbb-potsdam.de - Foto: fotolia

„Aktiv sein im Alter“ in der Gemeinde Schwielowsee

Einladung zu den Veranstaltungen



Di.
5. Januar
15 Uhr

PC- und Internetkurs für Einsteiger

Dozent: Ivo Olias

Folgetermine: 12., 19. und 26. Jan.
immer 15 bis 16.30 Uhr

Veranstaltungsort:

Familienzentrum Schwielowsee,
Str. d. Einheit 3, Schwielowsee / OT Caputh

PC- und Internetkurs für Einsteiger

- Erste Schritte mit dem Betriebssystem Windows, Umgang mit Ordern und Unterordnern.
- Einfache Texte schreiben, formatieren, speichern und ausdrucken.
- Surfen im Internet.
- E-Mails schreiben und versenden.
- E-Mails mit Anhang (Fotos und andere Dateien) versenden.

Der eigene Laptop kann gerne mitgebracht werden.



Do.
7. Januar
15 Uhr

Treffpunkt 55+ Spielenachmittag

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Die Generation 55+ trifft sich 1x im Monat. In Gesellschaft spielen, lachen, Vorträgen lauschen, klönen und basteln macht viel mehr Spaß. Kommen Sie einfach vorbei. Immer ab 15 Uhr.

Gerne können auch eigene Spiele mitgebracht werden!

„Aktiv sein im Alter“ in der Gemeinde Schwielowsee

Einladung zu den Veranstaltungen



Do.
21. Januar
15 Uhr

Musikalische Reise Musik zum Genießen und Mitsingen

Musiker: Sergej Himera

Veranstaltungsort:

Gaststätte „Grashorn“ Am Wasser 2-4 Schwielowsee / OT Geltow

Mit seinem Akkordeon lädt uns Sergej Himera zu einer musikalischen Reise ein.

Sein breites Repertoire deutscher und internationaler Musik verschiedener Stilrichtungen lädt zum Mitsingen und Mittanzen ein. Für das leibliche Wohl während der Musikdarbietung sorgt das Personal der Gaststätte Grashorn. Essen und Getränke sind nicht kostenfrei!



Do.
4. Februar
15 Uhr

Treffpunkt 55+ Literaturnachmittag

Dozentin:

Dr. Marianne Lüdecke

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Helden nach Plan?

Zur Kinder- und Jugendliteratur der DDR

Kinderbücher sind immer ein Teil der eigenen Geschichte. Viele Texte hat man vergessen, einige sind in Erinnerung geblieben. Vielleicht stehen die Bücher noch im Regal oder sind in einer Kiste auf dem Dachboden, vielleicht empfiehlt man das eine oder andere Buch weiter (gerne mitbringen!). Die Veranstaltung will auf Bücher aufmerksam machen, die verlocken, weiterhin gelesen zu werden.

„Aktiv sein im Alter“ in der Gemeinde Schwielowsee

Einladung zu den Veranstaltungen



Di.
16. Februar
15 Uhr

Wann müssen Rentner Steuern zahlen?

Dozent: Jörg Medczinski
Dipl.-Betriebswirt, Steuerberater

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Bislang hat nur etwa jeder vierte Rentner eine Steuererklärung ausgefüllt und beim Finanzamt eingereicht. Inzwischen werden jedoch viele Rentner vom Finanzamt aufgefordert eine Einkommensteuererklärung einzureichen. Das liegt an der besseren Vernetzung der Behörden, denn staatliche, private und berufsständische Rentenversicherungen informieren die Finanzämter, an wen sie Rente zahlen. Mithilfe der Steueridentifikationsnummer können diese Daten nun auch Personen zugeordnet werden. Es gilt also zu klären: Wann muss ich als Rentner eine Steuererklärung abgeben?



Do.
18. Februar
16 Uhr

Generationenchor Nachbarschaftsingen

Leiterin: Susanna Glimmerveen

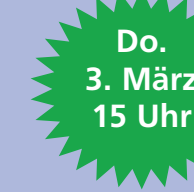
Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Gemeinsam Singen für Jung und Alt.

...Damit wir nicht vergessen, dass unsere Stimme so viel mehr leisten kann als reden... Beim Nachbarschaftsingen geht es nicht um Leistung, aber um Spaß! Wir singen Lieder aus allen Ecken der Welt, ohne Noten, mehrstimmig, a capella.

„Aktiv sein im Alter“ in der Gemeinde Schwielowsee

Einladung zu den Veranstaltungen



Do.
3. März
15 Uhr

Treffpunkt 55+ Bastel- und Spielenachmittag

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Einladung zum Spiele- oder Bastelnachmittag in geselliger Runde bei Kaffee und Gebäck.

Die Generation 55+ trifft sich 1x im Monat. In Gesellschaft spielen, lachen, Vorträgen lauschen, klönen und basteln macht viel mehr Spaß. Kommen Sie einfach vorbei. Immer ab 15 Uhr.



Di.
8. März
15 Uhr

Vortrag und Gespräch über Eva Strittmatter

Dozentin: Helga Kleemann

Veranstaltungsort: Familienzentrum Schwielowsee, Str. d. Einheit 3, Bürgerhaus Erdgeschoss, Schwielowsee / OT Caputh

Eva Strittmatter - Sie war wohl die meist gelesene deutsche Lyrikerin in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts. Ihre Gedichtbände erreichten Millionenaufgaben. Aber sie war auch Gefährtin und Lektorin ihres Mannes Erwin Strittmatter, war Mutter und Vorstand eines komplizierten ländlichen Anwesens, war Gastgeberin für Freunde und Künstler aus dem In- und Ausland. Sie beantwortete Leserbriefe, schrieb Märchen und Essays. Es werden Einblicke in dieses vielgestaltige und auch schwierige Dichterleben versucht.

„Aktiv sein im Alter“ in der Gemeinde Schwielowsee