



Ahrensburg e.V.

Altenclub - Programm 2010

Der AWO-Altenclub trifft sich jeden ersten Montag im Monat im Peter-Rantzau Haus, Woldenhorn 3. Jeder Senior ist herzlich willkommen

01.02.2010	JAHRESAUFTAKT MIT JOGGING FÜR'S GEHIRN Was wollte ich noch sagen oder erledigen? Rita Meffert zeigt den Besuchern Übungen, die das Gehirn in Schwung halten und berichtet über ihre Arbeit in der Schlaganfall-Hilfegruppe.
01.03.2010	DIABETES: ERNÄHRUNG IM ALTER Die Ahrensburger Apothekerin Helma Schuhmacher gibt Tipps und Ratschläge bei Diabetes und informiert über neue Erkenntnisse
19.04.2010 Verschobener Termin!!!	MODENSCHAU FÜR FRÜHLING UND SOMMER 2010 Erleben Sie eine interessante Modeschau des Modekuriers, bei der Sie die Gelegenheit haben einmal selbst Modell zu stehen.
03.05.2010	FRÖHLICHES MAIFEST Ein fröhlicher Nachmittag mit dem Peter-Rantzau-Haus-Chor unter der Leitung von Heinz Jung. Lieder die so richtig Lust auf den kommenden Sommer machen.
07.06.2010	WIR CHINA ERLEBT HABEN Martha und Horst Santjer lebten 4 Jahre in Südwest-China und erzählen über ihre Erlebnisse, um uns eine fremde Kultur näher zu bringen. Es werden auch eindrucksvolle Bilder gezeigt
05.07.2010	SOMMERFEST Mit fröhlicher Musik Die Freizeitmusiker Heidi Schwark und Günther Holst präsentieren Lieder, die wir alle kennen und die uns Freude zum Mitsingen bereiten
02.08.2010	KINDHEIT IN AHRENSBURG Karin Voß erzählt Geschichten aus ihrer Kindheit, die sie in Ahrensburg verbracht hat. Es werden auch Dias aus jener Zeit geboten
06.09.2010	SICHER LEBEN IM ALTER „WEM DARF ICH TRAUEN Die Polizei Bad Oldesloe klärt über das richtige Verhalten an der Wohnungstür, Wohnungseinbrüche, Kaffeefahrten etc auf
04.10.2010	STIMMUNGSVOLLES WEINFEST Zur munteren Musik des Gesangsduos Tatjana und Peter darf auch gesungen und geschunkelt werden
01.11.2010	EINE REISE DURCH MECKLENBURG VORPOMMERN – Begleiten Sie Laszlo Klein bei einem Dia-Vortrag über seine Reise durch die wundervolle Landschaft in Mecklenburg Vorpommern
06.12.2010	WEIHNACHTSFEIER - Freuen Sie sich auf einen gemütlichen Nachmittag mit kleinen Weihnachtsgeschichten, vorgelesen von Klaus Böhm Zwischendurch br uns Heinz Jung mit seinen Weihnachtsliedern in richtige Festtags-Stimmung