

Sehr geehrte Besucher,
In diesem Monatsplan finden Sie die täglichen Angebote aus dem Monat

Juli 2025

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

03334 – 3876980

silberwald@kontakt-egerswalde.de

Angebote für Menschen mit und ohne Pflegegrad.

Neuigkeiten:

- *Neu!* Mut zur Kreativität
- Tanznachmittag am 29.07.2025
- *Neu!* Gedächtnistraining am Freitag
- *Neu!* Walking mit Dominik

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

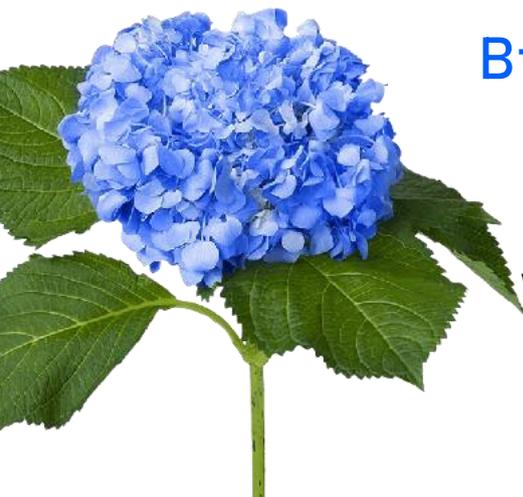
Dienstag 11-15 Uhr

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

Juli 2025



* Änderung vorbehalten

Donnerstag, 03.07.2025 Hackbraten mit Mischgemüse und Salzkartoffeln (+ Nachtisch)	7,50 Euro pro Person	Anmeldung bis 02.07.2025
Donnerstag, 10.07.2025 Gefüllte Paprikaschoten und Salzkartoffeln (+ Nachtisch)	7,50 Euro pro Person	Anmeldung bis 09.07.2025
Donnerstag, 17.07.2025 Käse-Lauch Suppe mit Baguette (+ Nachtisch)	6,00 Euro pro Person	Anmeldung bis 16.07.2025
Donnerstag, 24.07.2025 Brunch	4,99 Euro pro Person	Anmeldung bis 23.07.2025
Donnerstag, 31.07.2025 Brunch	4,99 Euro pro Person	Anmeldung bis 30.07.2025



TANZNACHMITTAG

29.07.2025

14.00 - 17.00 Uhr

+ Kaffee, Kuchen und kleine Snacks



Kalenderwoche 27

Dienstag, 01.07.2025

9.00 – 10.00 Walking mit Dominik

10.00 – 12.00 Brunch

13.00 - 15.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

16.00 – 18.00 Kunsttherapie mit Maria & Valeriy



Mittwoch, 02.07.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)

13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

Donnerstag, 03.07.2025

9.00 – 11.00 Sprach-Café

10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)

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

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)



Freitag, 04.07.2025

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe



Kalenderwoche 28

Montag, 07.07.2025

- 10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe
- 13.30 – 15.00 Kaffeenachmittag
- 15.00 – 17.00 Mut zur Kreativität**
- 16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)
- 17.45 – 20.00 Line-Dance (Dagmar)



Dienstag, 08.07.2025

- 9.00 – 10.00 Walking mit Dominik**
- 10.00 – 12.00 Brunch**
- 13.00 - 15.00 Spielenachmittag (Petra)



Mittwoch, 09.07.2025

- 9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)
- 10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)
- 13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy (Kerim)
- 16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

Donnerstag, 10.07.2025

- 9.00 – 11.00 Sprach-Café
- ~~10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)~~
- 10.00 – 12.00 (Mittagstisch) gemeinsam Kochen/Essen > siehe Mittagsplan**
- 13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

Freitag, 11.07.2025

- 10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe
- 10.00 – 12.00 Gedächtnistraining mit Petra**



Kalenderwoche 29

Montag, 14.07.2025

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

13.30 – 15.00 Kaffeenachmittag

15.00 – 17.00 Mut zur Kreativität

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

17.45 – 20.00 Line-Dance (Dagmar)

Dienstag, 15.07.2025

9.00 – 10.00 Walking mit Dominik

10.00 – 12.00 Brunch

13.00 - 15.00 Spielenachmittag (Petra)

16.00 – 18.00 Malen lernen mit Maria & Valeriy

17.00 – 19.00 Café der Erinnerungen

(für Angehörige von Menschen mit Demenz)

Mittwoch, 16.07.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)

13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

Donnerstag, 17.07.2025

9.00 – 11.00 Sprach-Café

~~10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)~~

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

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

Freitag, 18.07.2025

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

11.00 – 13.00 Körbe flechten mit Ellen

10.00 – 12.00 Gedächtnistraining mit Petra



Kalenderwoche 30

Montag, 21.07.2025

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

13.30 – 15.00 Kaffeenachmittag

15.00 – 17.00 Mut zur Kreativität

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

17.45 – 20.00 Line-Dance (Dagmar)



Dienstag, 22.07.2025

9.00 – 10.00 Walking mit Dominik

13.00 - 15.00 Spielenachmittag (Petra)

16.00 – 18.00 Malen lernen mit Maria & Valeriy



Mittwoch, 23.07.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)

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

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

Donnerstag, 24.07.2025

9.00 – 11.00 Sprach-Café

10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)

12.00 – 13.30 Brunch

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)



Freitag, 25.07.2025

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

10.00 – 12.00 Spaziergang + Eis essen im Silberwald mit Peggy



Kalenderwoche 31

Montag, 28.07.2025

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

13.30 – 15.00 Kaffeenachmittag

15.00 – 17.00 Mut zur Kreativität

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

17.45 – 20.00 Line-Dance (Dagmar)



Dienstag, 29.07.2025

12.00 - 14.00 Spiele-Nachmittag (Petra)

14.00 – 17.00 Tanznachmittag

(Anmeldung erbeten)



Mittwoch, 30.07.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

Donnerstag, 31.07.2025

9.00 – 11.00 Sprach-Café

10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)

12.00 – 13.30 Brunch

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Anita)

