



# Dezember 2024



## Offene Sprechstunde Alltagshilfe für ältere Menschen

Mo: 13 - 15 Uhr und  
 Di - Fr: nach Vereinbarung (Hausbesuche möglich)  
 telefonisch Mo - Fr: 9 - 14 Uhr  
 Ihre Ansprechpartnerin: Stefanie Vick  
 Kuphalstr. 77, Raum: 2.15  
**Tel.: 0381 890304-16, Mobil: 0157 80698927**  
 E-Mail: stefanie.vick@rfz-rostock.de



Mit Ihnen - für Sie!



Rostocker Freizeitzentrum e.V.  
 Kuphalstraße 77  
 18069 Rostock

Tel. 0381 890304-11 Fax 0381 890304-4

Email: info@rfz-rostock.de Web: www.rfz-rostock.de

Das RFZ wird gefördert durch:



Kofinanziert von der Europäischen Union



Das RFZ ist: Kontaktstelle

**ROSTOCKER FREIZEITZENTRUM E.V.** 

Stadtteil- & Begegnungszentrum Reutershagen/ Hansaviertel/ Gartenstadt/ Stadtweide

[www.rfz-rostock.de](http://www.rfz-rostock.de)



## Montag

## Dienstag

## Mittwoch

## Donnerstag

## Freitag

## Samstag

12.00 - 13.00 Uhr  
**Seniorenport SV Fortuna**  
Turnhalle

09.30 bis 10.30 Uhr  
**Bleib fit – Mach mit!**  
Raum 1.21

9.30 - 11.00 Uhr  
**SV Fortuna (Hula Hoop)**  
Turnhalle

13.00 - 19.00 Uhr  
**Offener Treff**  
Kinder- & Jugendtreff Nautilus

aktuell keine Angebote

10.00 - 14.00 Uhr  
14.12.  
**Repair- Café**  
Foyer des RFZ

13.30 - 17.00 Uhr  
nicht am 23.12. & 30.12.  
**Rommé -Treff**  
Stadtteilcafé KU77

13.00 - 19.00 Uhr  
**Offener Treff**  
Kinder- & Jugendtreff Nautilus

13.00 - 16.00 Uhr  
nur am 04.12. & 11.12.  
**Berufe-Tag in der Kinderstadt**  
für Kinder von 6 - 13 Jahren

14.00 - 16.00 Uhr, 05.12. & 19.12.  
**Treff der Strickfeen**  
Stadtteilcafé KU77

Angebote für Kinder

16.00 -17.00 Uhr  
nur am 02.12. & 09.12.  
**Bürgerschaftssitzung/Kinderstadt**  
Raum 1.21

14.00 - 17.00 Uhr  
**Stadtteilcafé KU77**  
nur für Veranstaltungen und  
feste Gruppen

13.30 - 14.15 / 14.15 - 15.00 Uhr  
**Fußball mit Stephan**  
für Kinder von 6 - 12 Jahren

16.30 - 18.30 Uhr  
**Kochstudio**  
(nur mit Voranmeldung,  
TNB: 3,00 €)  
Kinder- & Jugendtreff Nautilus

Angebote für Senioren

Angebote für Kinder und Jugendliche

14.00 Uhr, 03.12.  
**Smartphone und mehr...**  
Raum 1.20

14.00 - 17.00 Uhr  
**Stadtteilcafé KU77**  
nur für Veranstaltungen und  
feste Gruppen

16.30 - 18.30 Uhr  
**Schachsportclub Rostock 07 e.V.**  
(Anfänger)

Angebote für Erwachsene

Angebote für die ganze Familie

ab 16.00 Uhr, 17.12.  
**Treff der Kinder- und Jugendgruppe**  
**Junge Briefmarkenfreunde Rostock**  
Eigene Alben gerne mitbringen.

nach Vereinbarung  
**Nachbarschaftsbüro**  
Raum 2.17 Tel.: 0381 890304-12

13.00 - 19.00 Uhr  
**Offener Treff**  
Kinder- & Jugendtreff Nautilus

16.30 -18.30 Uhr  
**Schachsportclub Rostock 07 e.V.**  
(Fortgeschrittene)

### Wolle gesucht – Spendenaufruf!

Für unsere beiden ehrenamtlichen Strickinitiativen bitten wir um Wollspenden. Diese können von Montag bis Freitag von 10-18 Uhr an der Rezeption im Rostocker Freizeitzentrum abgegeben werden. Bei Rückfragen schreiben Sie uns bitte eine E-Mail an [info@rfz-rostock.de](mailto:info@rfz-rostock.de).



### Sonntag, 01.12., 14 - 17 Uhr

#### Medizin nach Noten „Adventszeit“

Wir laden herzlich ein zur Bewegung nach Noten. Einlass zum Saal über die U.-v.-Hutten-Straße. Eintritt: 4,50 € inkl. Kaffeedeckel.  
Anmeldung:  
Tel.: 0381 890304-12 oder [cornelia.mueller@rfz-rostock.de](mailto:cornelia.mueller@rfz-rostock.de)

### Donnerstag, 05.12. ab 9 Uhr

#### Krabbelgruppe

**Für Babys und Kleinkinder im Alter von 4 bis 18 Monaten und deren Eltern/Großeltern**

Liebe Familien, bitte melden Sie sich unter [info@rfz-rostock.de](mailto:info@rfz-rostock.de) rechtzeitig zur Krabbelgruppe an! Sie erhalten dann eine Rückmeldung mit Informationen. TNB: 1,50 €

### Mittwoch, 11.12., 14 Uhr

#### „Weihnachtsfeier für SeniorInnen“ im KU 77

Teilnehmerbeitrag: 4,50 €. Ihre Anmeldung ist erforderlich bis zum 06.12.2024 per E-Mail an [info@rfz-rostock.de](mailto:info@rfz-rostock.de)! Der Zugang ist barrierefrei.

### Rostocker Film-Zauberer

Du möchtest Schauspiel, Kamera oder Regie ausprobieren und bist 7 - 11 Jahre alt?  
**Jeden Donnerstag von 14 – 17 Uhr** treffen wir uns im Rostocker Freizeitzentrum im Raum 2.07 und machen zusammen Spielfilme, Musikclips, Reportagen & Trickfilme.  
Teilnahme: kostenfrei  
Komm vorbei oder melde dich gerne vorher bei mir, Marcus Napieralla (projekt M):  
Tel.: 0152 58191814  
[napieralla.marcus@googlemail.com](mailto:napieralla.marcus@googlemail.com)



Das RFZ-Team wünscht allen ein schönes Weihnachten und ein gutes neues Jahr.

