

SENIORENTREFFS  
IN **MANNHEIM**<sup>2</sup>

GESAMTPROGRAMM

4. QUARTAL 2024

# Programmübersicht aller SeniorenTreffs

*Unsere Treffteams freuen sich darauf Sie zu unseren Angeboten begrüßen zu dürfen. Schauen Sie doch herein, eventuelle Fragen beantworten wir Ihnen gerne persönlich. Oder rufen Sie uns an. Adressen und Telefonnummern all unserer Treffs finden Sie auf der Rückseite.*

SENIORENBÜRO  
IN MANNHEIM <sup>2</sup>  
SERVICEPUNKT  
EINZELHELPER\*INNEN

Wir informieren:

K1, 7-13  
68159 Mannheim  
Zimmer 006

# Sie haben einen Pflegegrad?



**125€**  
Entlastungsbetrag  
jetzt auch  
für Privatpersonen  
(Nachbarn, Freunde,  
Verwandschaft ab 3. Grad)

Sie unterstützen bereits jemanden?

- bei der Haushaltsführung
- bei Arztbesuchen
- beim Einkaufen
- beim Spaziergehen
- beim Theaterbesuch

**NUTZEN AUCH SIE  
DEN ENTLASTUNGSBETRAG!**

Wie das geht erfahren Sie bei uns.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Schmalfeld unter der Rufnummer 0621 / 293-9395.

**Bilder:** - Stadtmarketing Mannheim GmbH-Hyp Yerlikaya  
- pexels.com

**STADT MANNHEIM** <sup>2</sup>  
Arbeit und Soziales

## SeniorenTreff Schönau; Pillauer Straße 15

### Montag:

9:00 -	12:00	Gemeinsames Frühstück
10:00 -	13:00	Reparaturwerkstatt (alles außer Elektrik)
10:00 -	15:00	Offener Treff
ab	13:00	Gemütliches Beisammensein

### Dienstag:

9:00 -	11:30	Seniorensprechstunde
10:00 -	15:00	Offener Treff
ab	10:00	Gruppe Kräuterhochbeete pflegen
11:00 -	13:00	Mittagstisch
ab	13:00	Gemütliches Beisammensein

### Mittwoch:

10:00 -	15:00	Offener Treff
11:00 -	13:00	Mittagstisch
ab	13:00	Gemütliches Beisammensein

### Donnerstag:

9:00 -	11:30	Seniorensprechstunde
10:00 -	15:00	Offener Treff
ab	10:00	Gruppe Kräuterhochbeete pflegen
11:00 -	13:00	Mittagstisch
ab	13:00	Gemütliches Beisammensein
ab	14:30	Bingo

### Freitag:

10:00 -	15:00	Offener Treff
11:00 -	13:00	Mittagstisch
ab	13:00	Gemütliches Beisammensein

## SeniorenTreff Sandhofen; Obergasse 4

### Dienstag:

8:00 - 13:00 Offener Treff

### Donnerstag:

8:00 - 12:00 Offener Treff

## WIEDERERÖFFNUNG

Nach langer Schließungszeit stehen wir Ihnen endlich auch im Lutherhaus in der Obergasse 4 wieder zur Verfügung.

Wir starten damit, dass wir das Haus an zwei Wochentagen mit einem Frühstücksangebot für Sie öffnen. Währenddessen sammeln wir Ideen, wie und womit wir unser Programm ausbauen können. Anregungen Ihrerseits sind ausdrücklich erbeten!

Sprechen Sie mit unserem Team vor Ort  
Oder rufen Sie unter 0621/781220 an.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!  
...oder Ihren Anruf.



## SeniorenTreff Gartenstadt; Kirchwaldstraße 17

### Montag:

14:00 - 17:00 Skatgruppe

### Dienstag:

ab 14:00 Film-Café  
1. Dienstag im Monat

### Mittwoch:

14:00 - 16:00 Handarbeitskreis

### Donnerstag:

14:00 - 17:00 Bingo bei Kaffee und Kuchen

### Freitag:

14:00 - 17:00 Schachgruppe



SeniorenTreff Waldhof West; Oppauer Straße 40

Donnerstag:

10:30 -

12:00

Computerkurs



SeniorenTreff Käfertal; Gartenstraße 8

Mittwoch:

10:00 -

15:00

PC-Kurs



SeniorenTreff Waldhof Ost; Frohe Zuversicht 5-7

**Montag:**

14:00 - 16:00 Erzähl-Café bei Kaffee und Kuchen

**Dienstag:**

12:00 - 13:00 Gemeinsames Mittagessen

13:00 - 14:30 Bingo

**Mittwoch:**

9:00 - 15:00 Offenes Haus

12:00 - 13:00 Gemeinsames Mittagessen

13:30 - 15:30 Sprechstunde des Pflegestützpunktes

*4. Mittwoch im Monat*

*Anmeldung unter 0621/293-8710 erforderlich*

**Donnerstag:**

12:00 - 13:00 Gemeinsames Mittagessen

13:00 - 14:30 Bingo

**Freitag:**

10:00 - 12:00 Gemeinsames Frühstück

## SeniorenTreff Vogelstang; Jenaer Weg 7

### Montag:

13:00	-	15:30	<b>Spielenachmittag bei Kaffee und Kuchen</b>
13:00	-	14:00	<b>(Sitz) Tanz</b>
13:00	-	15:30	<b>Kartenspiele*</b> Mitspieler*innen gesucht für: Rommé, Canasta, Rummy, Tridon für Anfänger*innen und Fortgeschrittene!
14:00	-	15:30	<b>Kreativ-Nachmittag **</b> Häkeln, Basteln, Stricken, Origami, Malen... OHNE Voranmeldung, einfach reinschauen, bei Fragen anrufen*

### Dienstag:

9:45	-	10:45	<b>Englischkurs *</b>
12:00	-	13:30	<b>Gemeinsames Mittagessen *</b> <i>(Kapazität begrenzt)</i>
14:30	-	15:45	<b>Computerkurs *</b>



## Mittwoch:

9:00	-	12:00	Frühstücks-Café *
13:00	-	14:00	Yoga & Qigong auf dem Stuhl * (Bürgersaal, Freiburger Ring 6)
13:00	-	14:00	Karten- und Gesellschaftsspiele
13:30	-	14:30	Französischkurs *



Foto: A. Peczyńska

## Donnerstag:

10:00	-	11:00	Spaziergang um den Vogelstangsee 1. und 3. Donnerstag im Monat <i>Treffpunkt: Wittenberger Weg 2</i>
11:00	-	12:00	Italienischkurs für Anfänger*innen * mit Vorkenntnissen
12:00	-	13:00	Italienischkurs für Fortgeschrittene *
13:00	-	13:40	Italienischkurs für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse *

## Freitag:

10:30	-	12:00	Erzähl- Begegnungscafé * <i>Wir laden Sie dazu ein, Ihre wertvollen Geschichten, Erlebnisse oder Erinnerungen mitzubringen und diese mit anderen Besucher*innen bei Kaffee und Kuchen zu teilen. Wir freuen uns auf Ihre individuellen Beiträge ... &amp; Ihr Kommen! **</i>
12:30	-	13:30	Französischkurs *

\* Fragen oder Voranmeldungen  
bitte unter 0621/ 707975



SeniorenTreff Feudenheim; Neckarstraße 11

**Montag:**

10:30	-	12:30	PC-Gruppe
10:30	-	12:30	Hilfe zu „Digitaler Abfallkalender“*
14:00	-	16:00	PC-Gruppe
14:00	-	16:00	Hilfe zu „Digitaler Abfallkalender“*

**Dienstag:**

10:00			Kochgruppe <i>4. Dienstag im Monat</i> <i>Anmeldung bis Freitag Vorwoche*</i>
10:30	-	13:00	Arbeitsgruppe PC
ab		11:00	Spätes Frühstück/Bufferet <i>2. Dienstag im Monat</i> <i>Anmeldung bis Freitag Vorwoche*</i>
13:30	-	16:00	Offener Treff - Canasta, Spiele

### Mittwoch:

12:00	-	13:00	I-Phone
14:00	-	16:00	I-Phone für Einsteiger ** Start: 06.11.2024 Noch Plätze frei!
14:00	-	16:00	PC-Kurs für Einsteiger

### Donnerstag:

13:30	-	16:00	Offener Treff <i>Kaffee &amp; Kuchen, Skat, Spiele</i>
10:00			Vortragsreihe <b>Geographie, Geologie, Astronomie</b> <i>Gesprächs- und Fragestunde im Anschluss</i> <i>2. Donnerstag im Monat</i>

### Freitag:

9:30	-	11:30	Internet Café
11:00	-	14:00	IT-Einzelsprechstunde** <i>Problemlösungen für Tablet, Smartphone</i> <i>(alle Betriebssysteme)</i>
12:30	-	13:30	Englisch-Gruppe
14:30	-	16:00	Malgruppe-Aquarell

\* Anmeldungen unter 0621/798410  
\*\* NUR mit Anmeldung



## SeniorenTreff Herzogenried; Am Brunnengarten 5

### Montag:

11:30	-	13:30	Brunch
14:00	-	15:00	Gymnastik

### Dienstag:

10:00	-	12:00	Erzähl-Café
-------	---	-------	-------------

### Mittwoch:

14:00	-	16:00	Singkreis bei Kaffee und Kuchen
-------	---	-------	---------------------------------



### Donnerstag:

10:30	-	12:00	Erzähl-Café
14:00	-	15:30	Englisch-Kurs

### Freitag:

10:00	-	15:30	Spiele-Tag
ab		12:00	Mittagessen

## SeniorenTreff Neckarstadt; Lutherstraße 17

### Dienstag:

14:00 - 16:00 in Planung

### Donnerstag:

14:00 - 16:00 in Planung

### Freitag:

14:30 - 17:00 Kaffeetrinken mit  
anschließendem Folkloretanz



### Tanztermine im Bürgerhaus für das Jahr 2024

16. Oktober      20. November      18. Dezember

Jeweils von 13:30 - 16:30

## SeniorenTreff Innenstadt, K1; 7-13

### Montag:

11:00 - 16:00 Offener Treff

### Dienstag:

11:30 - 12:30 Gymnastik  
*(In den Räumlichkeiten des CVJM, K2, 10-11)*

14:00 - 16:00 Bingo bei Kaffee und Kuchen

16:00 - 17:00 Plausch und Spiele

### Mittwoch:

10:00 - 11:00 Line-Dance

11:00 - 12:00 Line-Dance

14:00 - 15:00 Bingo bei Kaffee und Kuchen

15:00 - 17:00 Plausch und Spiele



## Donnerstag:

10:00	-	11:30	Smartphone-Kurs (Android) Einsteiger*
12:30	-	14:30	PC-FIX** <i>Individuelle Problemlösungen</i>
13:00	-	14:30	Smartphone-Sprechstunde* <i>Individuelle Problemlösungen</i>
13:00	-	17:00	Origamigruppe „Bahnhofsfallter“ <i>1. (Werk) Donnerstag im Monat</i>



## Freitag:

9:00	-	10:30	PC/Laptop-Kurs Einsteiger**
11:00	-	12:30	PC/Laptop-Kurs Fortgeschrittene**

\* Voranmeldung unter 0176 4872 8438

\*\* Voranmeldung unter 0621/293-3483

## SeniorenTreff Innenstadt; P7, 4

### Montag:

12:00		Mittagessen *
13:00	- 16:00	Näh-Café *
13:30	- 16:00	Offener Treff



### Dienstag:

10:00	- 11:30	Frühstückscafé *
12:00		Mittagessen *
13:00	- 16:00	Näh- und Bastelgruppe mit Kaffeeklatsch
13:30	- 16:00	Canasta
13:30	- 16:00	Offener Treff

### Mittwoch:

14:00	- 16:00	Kaffeeklatsch (MAG1)* <i>1. Mittwoch im Monat</i>
18:00	- 20:00	„Queer 50+ / Gay & Grey“ Gruppentreffen <i>2. Mittwoch im Monat</i>

## Donnerstag:

10:00	-	11:30	Frühstückscafé *
11:00	-	12:00	Pustebblumen Gruppentreffen <i>3. Donnerstag im Monat</i>
12:00			Mittagessen *
13:30	-	16:00	Offener Treff
14:00	-	15:30	Kaffeeklatsch
14:00	-	16:30	Spielenachmittag
16:00	-	17:00	Sprachcafé -Englisch/Französisch <i>14-tägig im Wechsel</i>



## Freitag:

10:00	-	11:30	Frühstückscafé *
10:30	-	11:30	Gymnastik
12:00			Mittagessen *
13:30	-	16:00	Canasta <i>14-tägig</i>
13:30	-	16:00	Offener Treff
14:00	-	15:00	Gedächtnistraining
15:00	-	16:30	Kaffeeklatsch und Bingo

\* Anmeldung erforderlich



## SeniorenTreff Schwetzingenstadt; Kopernikusstraße 43

### Montag:

10:00	-	12:00	Frühstückscafé *
13:00	-	15:00	Kaffeeklatsch mit Bingo
14:00	-	16:30	Stammtisch „Aktive Senioren“

### Mittwoch:

10:00	-	12:00	Frühstückscafé *
13:00	-	15:00	Kaffeeklatsch mit Gedächtnistraining
17:00	-	19:00	Lesbische Frauen ab 60 <i>14-tägig</i>

### Freitag:

10:00	-	11:00	Gymnastik
14:30	-	16:00	Computerkurs <i>Einstieg und Auffrischung</i> *

\* Anmeldung erforderlich

## SeniorenTreff Lindenhof; Eichelsheimer Straße 54-56

### Montag:

10:00	-	12:00	Gemütlicher Plausch bei Spaziergang am Rhein <i>Treffpunkt: Vorm SeniorenTreff</i>
14:00	-	16:00	Bingo bei Kaffee und Kuchen

### Dienstag:

14:00	-	16:30	Gesellschaftsspiele
-------	---	-------	---------------------

### Mittwoch:

11:00	-	13:00	PC-Kurs
14:00	-	16:00	Gedächtnistraining

### Donnerstag:

10:45	-	11:45	Stuhlgymnastik
14:00	-	16:00	Bingo bei Kaffee & Kuchen

### Freitag:

11:00	-	13:00	Offenes Haus
-------	---	-------	--------------



## SeniorenTreff Rheinau; Relaisstraße 157

### Montag:

11:00	-	14:30	PC und Laptop-Kurs
11:30	-	12:30	Gymnastik im Saal
ab		12:30	Mittagessen
13:30	-	16:00	Gesellschaftsspiele
ab		14:00	Plauderrunde bei Kaffee und Kuchen

### Dienstag:

13:30	-	16:00	Gesellschaftsspiele
14:00	-	15:00	Hilfe zu „Digitaler Abfallkalender“
14:00	-	16:00	Kreatives Plauder-Café
17:30	-	19:00	Qigong



### Mittwoch:

11:30	-	12:30	Gymnastik im Saal
ab		12:30	Mittagessen
13:30	-	16:00	Gesellschaftsspiele
ab		14:00	Plauderrunde bei Kaffee und Kuchen
14:00	-	16:00	PC und Laptop-Kurs

## Donnerstag:

10:00	-	11:00	Qigong (8 Termine) <i>START: 19.09.2024</i>
10:00	-	12:00	Kreativgruppen: Malen, Basteln, Nähen*
13:30	-	16:00	Gesellschaftsspiele
14:00	-	16:00	Kreativgruppen: Malen, Basteln, Nähen*
14:00	-	16:00	PC und Laptop-Kurs



## Freitag:

ab		10:00	Frühstück, Kaffee, Gespräche**
13:30	-	16:00	Gesellschaftsspiele
17:30	-	19:00	Gehörlosen Skat und Rommé Club MA 1999

- \* um Anmeldung wird gebeten
- \*\* Anmeldung erforderlich

## SeniorenTreff Neckarau; Rheingoldstraße 47-49

### Dienstag:

10:00 - 13:00 Offener Treff  
15:00 - 17:00 Linux-Treffen  
*Offene Gruppe*

### Mittwoch:

10:00 - 13:00 Offener Treff



## SeniorenTreff Hochstätt; Riestenweg 15a

### Jeden 2. Mittwoch im Monat

Wir treffen uns jeweils von 14:00 Uhr bis ca. 16:30 Uhr  
bei Kaffee und Kuchen oder zu einem kleinen Imbiss.

## SeniorenTreff Friedrichsfeld; Neudorfstraße 24

### Montag:

10:30	-	12:00	PC-Kurs für Einsteiger*
12:30	-	14:00	PC-Kurs für Fortgeschrittene*
14:30	-	16:00	PC-FIX/Sprechstunde*

*Individuelle Problemlösungen*

### Dienstag:

ab		12:30	Gemeinsamer Mittagstisch**
13:30	-	15:30	Spiele-Zeit
15:00	-	16:00	Kaffeeklatsch

### Mittwoch:

10:00	-	11:00	PC-Gruppe
11:00	-	12:00	PC-Gruppe

### Donnerstag:

11:00	-	14:00	IT-Einzelsprechstunde*** <i>Problemlösungen für Smartphone (Android/iOS)</i>
ab		12:30	Gemeinsamer Mittagstisch**
13:30	-	15:30	Spiele-Zeit
15:00	-	16:00	Kaffeeklatsch

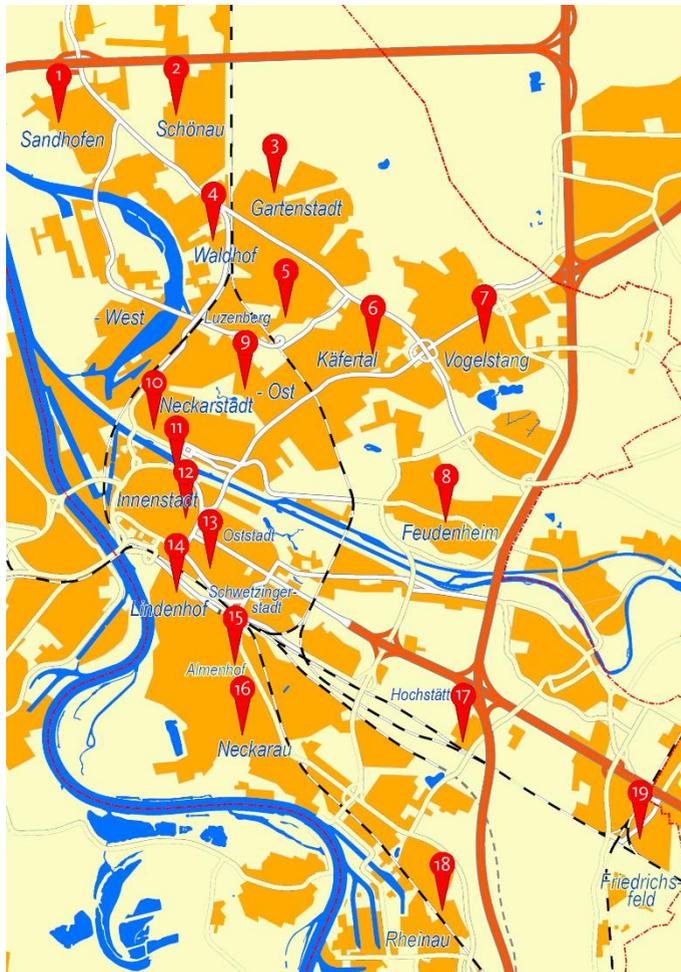
### Freitag:

Kein Angebot

- \* Voranmeldung unter 0621/ 293- 34 83
- \*\* Anmeldung am Vortag bis 14:00 im Treff
- \*\*\* NUR mit Anmeldung unter 0621/47 84 08

*Änderungen vorbehalten*

# Wir sind an folgenden Standorten für Sie da.



1. *Obergasse 4*  
0621/7735776
2. *Pillauer Straße 15*  
0621/781220
3. *Kirchwaldstraße 17*  
0621/743396
4. *Oppauer Straße 40*  
0621/756970
5. *Frohe Zuversicht 5-7*  
0621/752328
6. *Gartenstraße 8*  
0621/734441
7. *Jenaer Weg 7*  
0621/707975
8. *Neckarstraße 11*  
0621/798410
9. *Am Brunnengarten 5*  
0621/301866
10. *Lutherstraße 17*  
017648728438
11. *K1, 7-13*  
0621/293-9394
12. *P7, 4*  
0621/28310
13. *Kopernikusstraße 43*  
0621/444935
14. *Eichelsheimer Straße 54-56*  
0621/814658
15. *Karl-Blind-Straße 3*  
0621/823014
16. *Rheingoldstraße 47-49*  
0621/858178
17. *Riestenweg 15a*  
0621/478408
18. *Relaisstraße 157*  
0621/895110
19. *Neudorfstraße 24*  
0621/478408

Herausgeberin:

**Stadt Mannheim**

Arbeit und Soziales

Seniorenbüro

K1, 7-13

68159 Mannheim

Stadtplan:

Bilder:

© Stadt Mannheim

FB Geoinformation und Stadtplanung

- Bilddatenbank Mannheim

- pexels.com

**STADT MANNHEIM**<sup>2</sup>

Arbeit und Soziales