

SENIORENTREFFS
IN **MANNHEIM**²

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 ²
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 ²
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	Spielenachmittag bei Kaffee und Kuchen
13:00	-	14:00	(Sitz) Tanz
13:00	-	15:30	Kartenspiele* Mitspieler*innen gesucht für: Rommé, Canasta, Rummy, Tridon für Anfänger*innen und Fortgeschrittene!
14:00	-	15:30	Kreativ-Nachmittag ** Häkeln, Basteln, Stricken, Origami, Malen... OHNE Voranmeldung, einfach reinschauen, bei Fragen anrufen*

Dienstag:

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



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 *

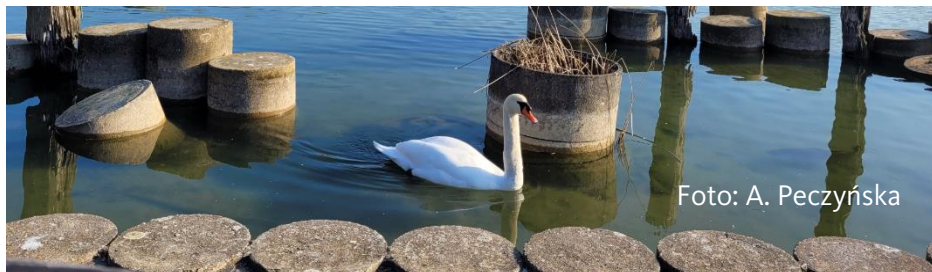


Foto: A. Peczyńska

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 ... & 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 & Kuchen, Skat, Spiele</i>
10:00			Vortragsreihe Geographie, Geologie, Astronomie <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 MANNHEIM²

Arbeit und Soziales