

SENIORENTREFFS
IN **MANNHEIM**²

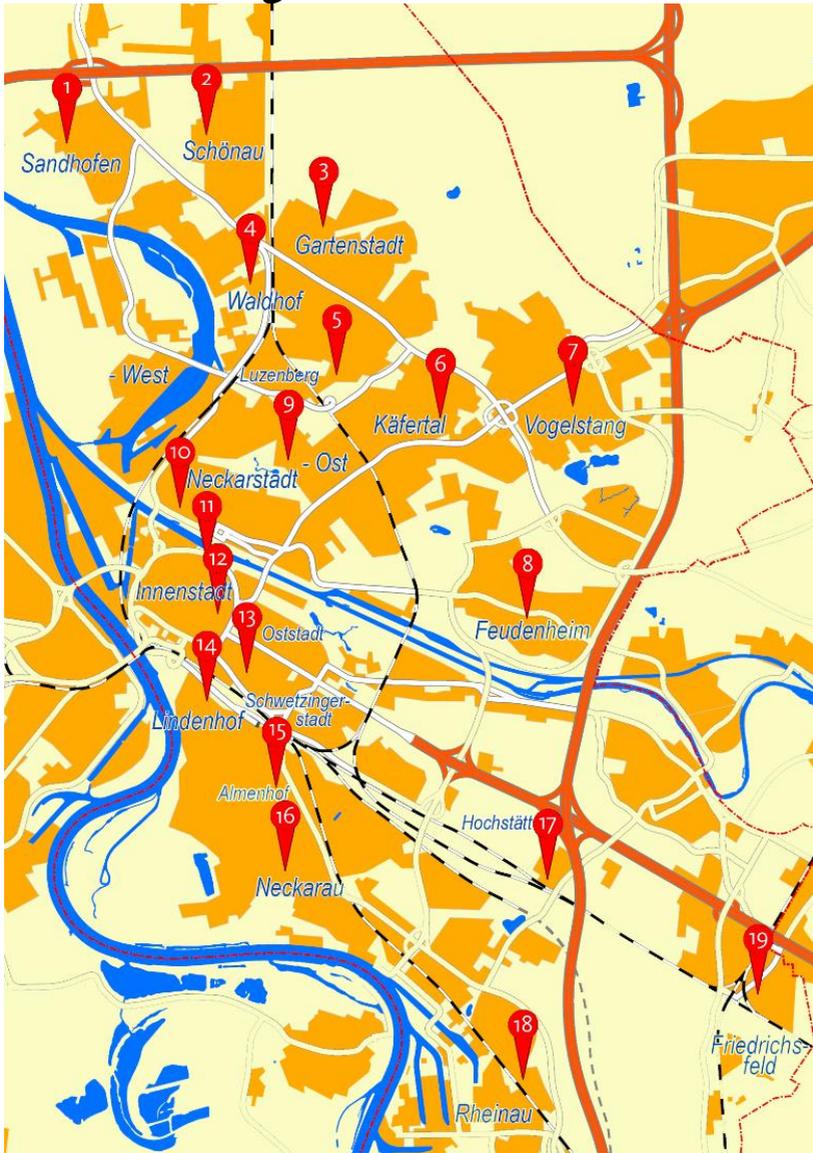
GESAMTPROGRAMM

2. QUARTAL 2025

Programmübersicht *aller Senioren Treffs*

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 den Seiten 2 und 3.

Wir sind an folgenden Standorten für Sie da.



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



SeniorenTreff Sandhofen
Obergasse 4; 0621/781220

Dienstag:

8:00 - 13:00 Offener Treff

Donnerstag:

8:00 - 12:00 Offener Treff



SeniorenTreff Schönau
Pillauer Straße 15; 0621/781220

Montag:

9:00 - 12:00 Gemeinsames Frühstück
10:00 - 13:00 Reparaturwerkstatt
(alles außer Elektrogeräte)
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 Gartenstadt
Kirchwaldstraße 17; 0621/781220

Montag:

14:00 - 17:00 Skatgruppe

Dienstag:

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

Mittwoch:

14:00 - 16:00 Handarbeitskreis

Donnerstag:

13:30 - 16:30 Bingo bei Kaffee und Kuchen

Freitag:

14:00 - 17:00 Schachgruppe



SeniorenTreff Waldhof Ost

Frohe Zuversicht 5-7; 0621/752328

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 Käfertal;

Gartenstraße 8; 0621/734441

Mittwoch:

10:00 - 15:00 PC-Kurs



SeniorenTreff Vogelstang
Jenaer Weg 7; 0621/707975

Montag:

12:00	-	13:00	IT-Sprechzeit und Beratung* <i>Individuelle Hilfestellung für PC & Smartphone (Kapazität begrenzt)</i>
13:00	-	15:30	Spielenachmittag bei Kaffee und Kuchen
13:00	-	15:30	Kartenspiele* Mitspieler*innen gesucht für: Rommé, Canasta, Rummy, Tridom für Anfänger*innen und Fortgeschrittene!
13:30	-	14:30	Tanzen (Bürgersaal, Freiburger Ring 6)
14:00	-	15:30	Kreativ-Nachmittag ** Häkeln, Basteln, Stricken, Origami, Malen... OHNE Voranmeldung, einfach reinschauen, bei Fragen anrufen*

Dienstag:

12:00	-	13:30	Gemeinsames Mittagessen * <i>(Kapazität begrenzt)</i>
13:30	-	14:30	Allgemeine Beratung Sprechstunde für individuelle Angelegenheiten
14:00	-	16:00	NEU! Geselliges Singen und Musizieren 1. und 3. Dienstag im Monat

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
14:30	-	15:30	Französischkurs *



Foto: A. Peczvńska

Donnerstag:

9:45	-	10:45	Englischkurs *
10:00	-	11:00	Spaziergang um den Vogelstangsee 1. und 3. Donnerstag im Monat <i>Treffpunkt: Wittenberger Weg 2</i> <i>(Café-Treffen im Anschluß)</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 *
14:00	-	15:00	Allgemeine Beratung Sprechstunde für individuelle Angelegenheiten

Freitag:

10:30	-	12:00	Erzähl- Begegnungscafé * 1. und 3. Freitag im Monat
12:30	-	13:30	Französischkurs *
14:00	-	15:45	Computerkurs *

* Fragen oder Voranmeldungen
bitte unter 0621/ 707975



SeniorenTreff Feudenheim

Neckarstraße 11; 0621/798410

Montag:

10:30 - 12:30 PC-Gruppe
14:00 - 16:00 i-Pad-Kurs

Dienstag:

10:00 - 15:00 Kochgruppe
*4. Dienstag im Monat
Anmeldung bis Freitag Vorwoche**

10:30 - 13:00 Arbeitsgruppe PC
11:00 - 15:00 Spätes Frühstück/Bufferet
*2. Dienstag im Monat
Anmeldung bis Freitag Vorwoche**

13:30 - 16:00 Offener Treff
- Canasta-Gruppe

Mittwoch:

12:00 - 13:00 I-Phone-Gruppe
14:00 - 16:00 I-Phone-Gruppe
14:00 - 16:00 PC-Kurs für Einsteiger

Donnerstag:

13:30 - 16:00 Offener Treff
Skat-Gruppe

10:00 Vortragsreihe
Geographie, Geologie, Astronomie
*Gesprächs- und Fragestunde im Anschluss
2. Donnerstag im Monat*

Freitag:

9:30	-	11:30	Internet Café
12:30	-	13:30	Englisch-Gruppe
14:30	-	16:00	Malgruppe-Aquarell

* Anmeldungen unter 0621/798410



SeniorenTreff Herzogenried
Am Brunnengarten 5; 0621/301866

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
-------	---	-------	-------------

Freitag:

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



SeniorenTreff Neckarstadt
Lutherstraße 17; 017648728438

Freitag:

15:00 - 17:00 Tanzweltreise



Tanztermine im Bürgerhaus für das Jahr 2025

16. April

18. Juni

17. September

19. November

21. Mai

16. Juli

15. Oktober

Jeweils von 13:30 - 16:30



SeniorenTreff Innenstadt K1

K1; 7-13; 0621/293-9394

Montag:

11:00 - 14:00 Brunch-Buffer*
2. und 4. Montag im Monat

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
12:00 - 13:00 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**
12:30 - 14:30 PC-FIX***
Individuelle Problemlösungen
13:00 - 14:30 Smartphone-Kurs**
13:00 - 17:00 Origami-Gruppe „Bahnhofsfaller“
1. (Werk) Donnerstag im Monat

Freitag:

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

* Voranmeldung bis Freitag Vorwoche

** Voranmeldung unter 0621/293-9230

*** Voranmeldung unter 0621/293-3483



SeniorenTreff Innenstadt P7

P7, 4; 0621/28310

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
14:00	- 15:30	Kaffeeklatsch

Mittwoch:

14:00	- 16:00	Kaffeeklatsch (MAG1)* <i>1. Mittwoch im Monat</i>
18:00	- 20:00	„Gay & Grey / 50+“ Gruppentreffen <i>3. Mittwoch im Monat</i>

Donnerstag:

10:00	- 11:30	Frühstückscafé *
11:00	- 12:00	Pusteblumen 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 *
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; 0621/444935

Montag:

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

Mittwoch:

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; 0621/814658

Montag:

- 10:00 - 12:00 Gemütlicher Plausch
bei Spaziergang am Rhein
Treffpunkt: vorm SeniorenTreff
- 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 Neckarau

Rheingoldstraße 47-49; 0621/858178

Dienstag:

13:00 - 16:00 Kreativcafé

Mittwoch:

13:00 - 16:00 Kreativcafé

Donnerstag:

14:00 - 17:00 Plaudercafé

15:30 - 16:30 Stuhlgymnastik



SeniorenTreff Hochstätt

Riestenweg 15a; 0621/478408

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. Dabei plaudern wir, zu Gesellschaftsspielen oder Bingo, je nach Wunsch der Besucher*innen.

Termine für das 2. Quartal:

09. April, 14. Mai (Maifeier), 11. Juni



SeniorenTreff Rheinau

Relaisstraße 157; 0621/895110

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: 20.03.2025</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 Friedrichsfeld
Neudorfstraße 24; 0621/478408

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	Karten- und Brettspiele/plaudern
15:00	-	16:00	Kaffeeklatsch

Mittwoch:

10:00	-	11:00	PC-Gruppe
11:00	-	12:00	PC-Gruppe
12:00	-	13:00	Line Dance Workshop zum Einstieg
13:15	-	14:15	Line Dance Workshop zum Einstieg

Donnerstag:

ab		12:30	Gemeinsamer Mittagstisch**
13:30	-	15:30	Karten- und Brettspiele/plaudern
15:00	-	16:00	Kaffeeklatsch

* Voranmeldung unter 0621/ 293- 34 83

** Anmeldung am Vortag bis 14:00 im Treff

