

SENIORENTREFFS IN **MANNHEIM**²

GESAMTPROGRAMM

3. QUARTAL 2025

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 unserer Treffs finden Sie beim jeweiligen Treffprogramm.

SeniorenTreff Feudenheim

Neckarstraße 11; 0621/798410

Montag:

10:30	-	12:30	PC-Gruppe
14:00	-	16:00	i-Pad-Kurs
14:00	-	15:00	„MAL-ZEIT“ neue Malgruppe <i>Beginn und Kennenlernen 2. Juni 2025</i>

Dienstag:

10:00	-	15:00	Kochgruppe <i>4. Dienstag im Monat</i> <i>Anmeldung bis Freitag Vorwoche*</i>
10:30	-	13:00	Arbeitsgruppe PC
11:00	-	15:00	Spätes Frühstück/Buffet <i>2. Dienstag im Monat</i> <i>Anmeldung bis Freitag Vorwoche*</i>
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
14:00	-	15:00	Vortragsreihe Geographie, Geologie, Astronomie <i>einfach erklärt</i> <i>mit anschließender Gesprächsrunde</i> <i>2. Donnerstag im Monat</i>



Freitag:

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

*Anmeldungen unter 0621/798410



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* <i>Individuelle Problemlösungen</i>

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 Fortgeschrittene
13:00	-	14:00	Line Dance 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 Vortag bis 14:00 im Treff

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:

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

Freitag:

14:00 - 17:00 Schachgruppe



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. Juli, August: Ferien, 10. September



SeniorenTreff Herzogenried
Am Brunnengarten 5; 0621/301866

Montag:

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

Dienstag:

ab		12:00	Mittagessen
13:30	-	16:00	Spiele-Mittag

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 Innenstadt K1

K1; 7-13; 0621/293-9394

Montag:

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



Dienstag:

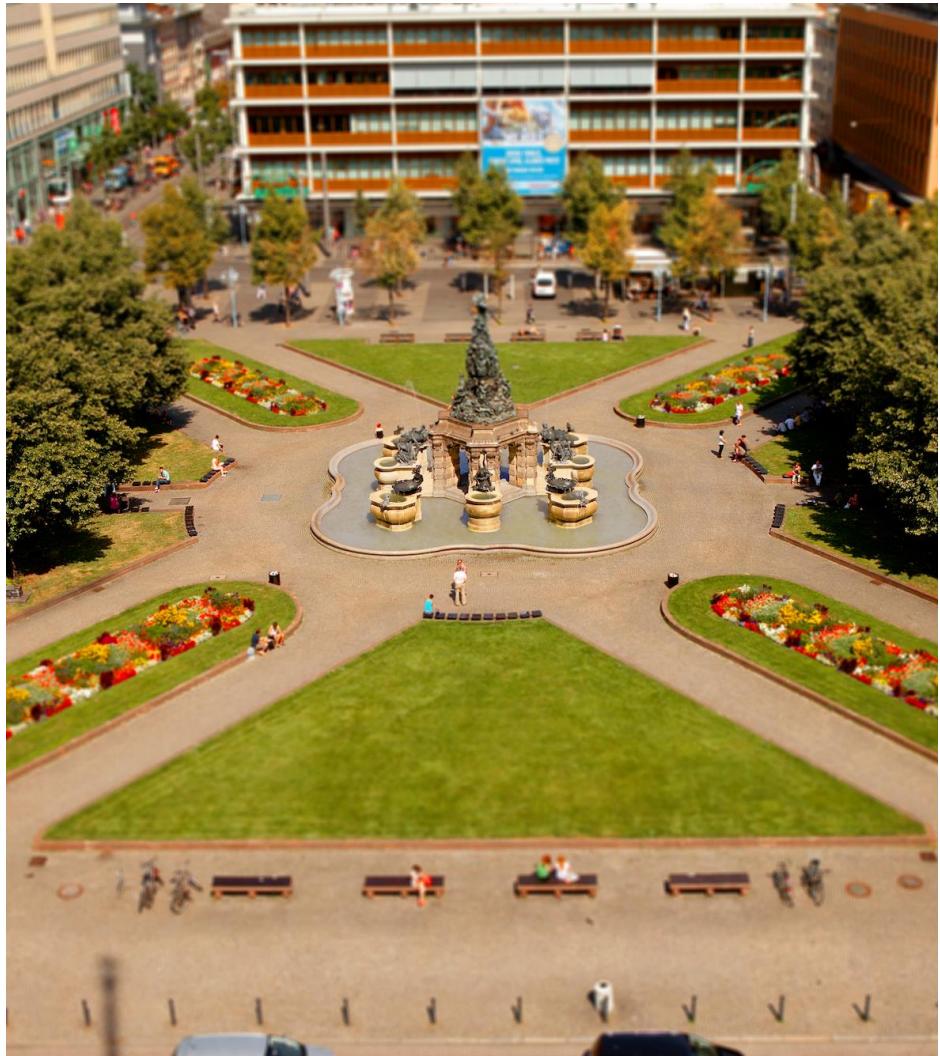
11:30 - 12:30 **Gymnastik**
(In den Räumlichkeiten des CVJM, K2, 10-11)
14:00 - 16:00 **Bingo bei Kaffee und Kuchen**
16:00 - 17:00 **Plausch und Spiele**

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 - 13:00 **Smartphone-Kurs****
*Einzeltermine nach Absprache***
12:30 - 14:30 **PC-FIX*****
Individuelle Problemlösungen
13:00 - 14:30 **Smartphone-Kurs****
13:00 - 17:00 **Origamigruppe „Bahnhofsfalter**
1. (Werk) Donnerstag im Monat



Freitag:

9:00 - 10:30
11:00 - 12:30

PC/Laptop-Kurs Einsteiger***
PC/Laptop-Kurs Fortgeschrittene***

- * Voranmeldung bis 12:00 Uhr
Freitag Vorwoche 0621/293-9230
- ** Voranmeldung unter 0176 5162 7022
- *** Voranmeldung unter 0621/293-3483

SeniorenTreff Innenstadt P7

P7, 4; 0621/28310

Montag:

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



Dienstag:

10:00	-	11:00	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 Käfertal:

Gartenstraße 8; 0621/734441

Mittwoch:

10:00 -	15:00	PC-Kurs
---------	-------	---------

SeniorenTreff Lindenhof

Eichelheimer 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 - 15:00

Singkreis

Volksmusik mit musikalischer Begleitung

14:00 - 16:00

Gedächtnistraining

Donnerstag:

10:45 - 11:45

Stuhlgymnastik

14:00 - 16:00

Bingo bei Kaffee & Kuchen

14:00 - 15:00

Singkreis

Volksmusik mit Begleitung

Freitag:

11:00 - 13:00

Offenes Haus

12:00

Gemeinsames Mittagessen

2. und 4. Freitag im Monat

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 Neckarstadt

Lutherstraße 17; 017648728438

Freitag:

15:00 - 17:00 Tanzweltreise
Folkloristische Tanzgruppe

Tanztermine im Bürgerhaus für das Jahr 2025

21. Mai

18. Juni

16. Juli

17. September

15. Oktober

19. November

Jeweils von 13:30 - 16:30



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) START: 20.03.2025
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 Sandhofen
Obergasse 4; 0621/781220

Vorübergehend geschlossen!

SeniorenTreff Schöna
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 Schwetzingерstadt
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 Vogelstang
Jenaer Weg 7; 0621/707975

Montag:

10:00 -	11:00	Smartphone-HILFE! <i>NEU! START: 07.07.2025</i>
12:00 -	13:00	IT-Sprechzeit und Beratung* <i>Individuelle Hilfestellung für PC & Smartphone (Kapazität begrenzt)</i>
13:00 -	15:30	Spieldienstag 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 –offenes Bewegungsangebot (Bürgersaal, Freiberger 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>
13:00 -	14:00	Gedächtnistraining <i>2. und 4. Dienstag im Monat</i> <i>NEU! Start: 10.06.2025</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, Freiberger Ring 6)
13:00	-	14:00	Karten- und Gesellschaftsspiele
14:30	-	15:30	Französischkurs *

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 (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 *

* Voranmeldungen bitte unter 0621/ 707975



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

