



Kontaktzeiten (Telefonisch):

Terminvereinbarungen & Kurzberatungen

Montag bis Donnerstag:

9 bis 13 Uhr

Kontakt Gesundheitscafé

Hannah Leonhardt

Bromberger Baumgang 12

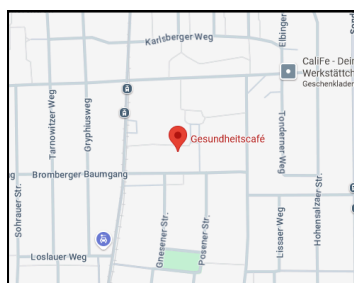
Mannheim-Schönau

Tel.: 0621 / 293 3457

Mobil: 0151 / 527 762 85

Mail: 580gescafe@mannheim.de

Sie finden uns hier



Webseite

Alle Informationen, Angebote und Termine
finden Sie auch unter:

www.mannheim.de/gesundheitscafe



Impressum

Stadt Mannheim

Jugendamt und Gesundheitsamt

R1 12, 68161 Mannheim

**GESUNDHEITSCAFÉ
SCHÖNAU**

**BROMBERGER
BAUMGANG 12**

IN MANNHEIM²

**Angebote
Oktober, November &
Dezember 2025**



STADT MANNHEIM²

Jugendamt und
Gesundheitsamt

GESUNDHEITSCAFÉ SCHÖNAU

Das Gesundheitscafé Schönau ist eine zentrale Anlaufstelle und ein Treffpunkt rund um das Thema Gesundheit. Das Gesundheitscafé ist offen für alle Menschen - von jung bis alt.

*Gesund aufwachsen - Gesund leben -
Gesund älter werden*

Was bietet das Gesundheitscafé?

- Kurse und Vorträge zu gesundheitlichen Themen
- Beratung und Informationen über Gesundheitsangebote im gesamten Stadtgebiet
- Unterstützung bei der Kontaktaufnahme und der Vermittlung zu passenden Stellen
- Hilfe bei Anträgen

Alle Angebote sind kostenfrei. Die Zugänge zu den Räumlichkeiten sind barrierefrei und für Familien steht ein Wickeltisch bereit.

Beratungsangebote

Pflegeberatung (1* pro Monat)

Fachkräfte von Roll In e.V. beraten Sie zu Fragen rund um die Pflege.

Mittwochs, 11-12 Uhr: 01.10., 05.11., 03.12.

Sprechstunde Gesundheitstreffpunkt: Selbsthilfe & Selbsthilfegruppen (2* pro Monat)

Mittwochs, 10-11 Uhr: 22.10., 19.11., 10.12.

Donnerstags, 15-16 Uhr: 23.10., 20.11., 11.12.

Sprechstunde Sozialpsychiatrischer Dienst (1* pro Monat)

Dienstags, 14.30-16.30 Uhr: 21.10., 11.11., 09.12.

Hinweis: Ausführliche Beschreibungen der Angebote finden Sie auf unserer Webseite oder vor Ort: www.mannheim.de/gesundheitscafe

Offene Angebote

Café-Treff: Gesund & Vernetzt

Tauschen Sie sich zu gesundheitlichen Themen aus und verbringen gemeinsame Zeit.

Mittwochs von 9.30-12 Uhr

Donnerstags von 14.30-17.30 Uhr



Gemeinsames Singen

Mittwochs 11.10-11.45 Uhr



Fahrrad-Check von BIWAQ "Let's move, Schönau!" (1* pro Monat)



Kleine Reparaturen an Fahrrädern - direkt vor Ort.
Wetterbedingt **ab Oktober nur noch monatlich.**

Donnerstags, 14.30-16.30 Uhr: 09.10., 06.11., 11.12.

Termine: Oktober bis Dezember

- **16.10.25, 15 Uhr:** Offener Café-Treff zum Thema **"Krank - und jetzt? Hausarzt, Bereitschaftsdienst oder Notaufnahme?"**
Sophie Kücherer (KGK, Stadt Mannheim)
informiert, welche Anlaufstelle im Ernstfall die Richtige ist.
- **23.10.25, 18 Uhr:** „Kamingespräch: Seelische Gesundheit“. Stress und Belastungen im Alltag? Selbsthilfegruppen berichten, wie sie seelisch stärken und unterstützen.
- **19.11.25, 10-11 Uhr:** Infos zur **Patientenberatung** Dr. Gökçe Karakaş (GTP)
- **November 2025:** Aktion zu den **"Mach dich Stark"-Tagen**. Informationen folgen.
- **04.12.25, 18-19 Uhr:** Lebendiger Adventskalender - **Gesund durch die Weihnachtszeit**

Schließzeiten: 27.10.25 - 02.11.25
22.12.25 - 11.01.26



Angebote für Familien



Spiel-Treff für Familien (1* pro Monat)

Wir laden an diesem Tag Familien zum Austausch, Spiel und Spaß ein. Die Aufsichtspflicht liegt bei den Begleitpersonen.

Mittwochs, 14.30-17 Uhr: 01.10., 05.11., 03.12.

Familienküche - Ich kann kochen!

Wir suchen noch Interessierte zur Gruppengründung. Melden Sie sich bei Interesse gerne bei uns (Siehe Kontakt auf der Rückseite).

MiA-Kurs: "Migrantinnen einfach stark im Alltag" (BAMF) - mit Anmeldung & Kinderbetreuung

Ein Frauenkurs zum gegenseitigen stärken: Machen sie sich Mut, lernen und erfahren Sie viel Neues. Verschiedene Themen zum Leben in Deutschland. In Kooperation mit Caritas "Kind&Kegel" & Quartierbüro Schönau.

Montags und freitags, 9.30-11.30 Uhr: 06.10. bis 12.12.25

Angebote für das seelische Wohl

Pilates für Mamas - mit Anmeldung & Kinderbetreuung

Für mehr Kraft, eine bessere Haltung und ein rundum gutes Körpergefühl. Kursreihe mit vier Terminen.

Donnerstags, 16.30-17.30 Uhr: 23.10., 06.11., 13.11., 20.11.

Angebote des Sozialpsychiatrischen Dienst

Für Menschen mit psychischen Erkrankungen - Kontakte knüpfen, gemeinsam Kochen oder für Unterstützung bei behördlichen Angelegenheiten.

Dienstags, 10.30-14.30 Uhr: 21.10., 11.11., 09.12.