

## *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.*

*Für die Programme aller Treffs behalten wir uns Änderungen vor.*

## SeniorenTreff Feudenheim

Neckarstraße 11; 0621/798410

### Montag:

10:30 -	12:30	PC-Gruppe
14:00 -	16:00	i-Pad für Einsteigende
14:00 -	15:00	„MAL & Kreativ-ZEIT“

### Dienstag:

10:00 -	15:00	Kochgruppe <i>4. Dienstag im Monat Anmeldung bis Freitag Vorwoche*</i>
10:30 -	13:00	Arbeitsgruppe PC
11:00 -	15:00	Spätes Frühstück/Bufferet <i>2. Dienstag im Monat Anmeldung bis Freitag Vorwoche*</i>
13:30 -	16:00	Offener Treff <i>- Canasta-Gruppe</i>

### Mittwoch:

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

### Donnerstag:

13:30 -	16:00	Offener Treff <i>Skat-Gruppe</i>
---------	-------	-------------------------------------

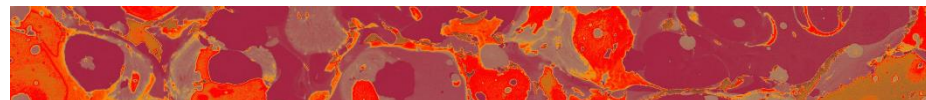


14:00 -	15:00	Vortragsreihe Geographie, Geologie, Astronomie <i>einfach erklärt mit anschließender Gesprächsrunde 2. Donnerstag im Monat</i>
---------	-------	--

### Freitag:

9:30 -	11:30	Internet Café
12:30 -	13:15	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:

12:30 -	13:30	Gemeinsamer Mittagstisch**
13:30 -	15:30	Karten- und Brettspiele/Plaudern
15:00 -	16:00	Kaffeeklatsch
15:00 -	18:00	Wizard Kartenspielrunde <i>14-tägig</i>

### 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:

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

\* Voranmeldung unter 0621/ 293- 34 83

\*\* Anmeldung Vortrag 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 - 16:30 Bingo bei Kaffee und Kuchen

Freitag:

14:00 - 17:00 Schachgruppe



SeniorenTreff Hochstätt  
Riesterweg 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 3. Quartal:

08. Oktober –Herbstfest,  
12. November,  
10. Dezember -Weihnachtsfeier



SeniorenTreff Herzogenried  
Am Brunnengarten 5; 0621/301866

Montag:

10:00 - 11:00 Gymnastik  
11:00 - 12:30 Frühstück

Dienstag:

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

Mittwoch:

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

Donnerstag:

14:00 - 15:30 Englischkurs

Freitag:

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



## SeniorenTreff Innenstadt K1

K1; 7-13; 0621/293-9394

### Montag:

11:00 - 14:00 Brunch-Bufferet\*  
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:

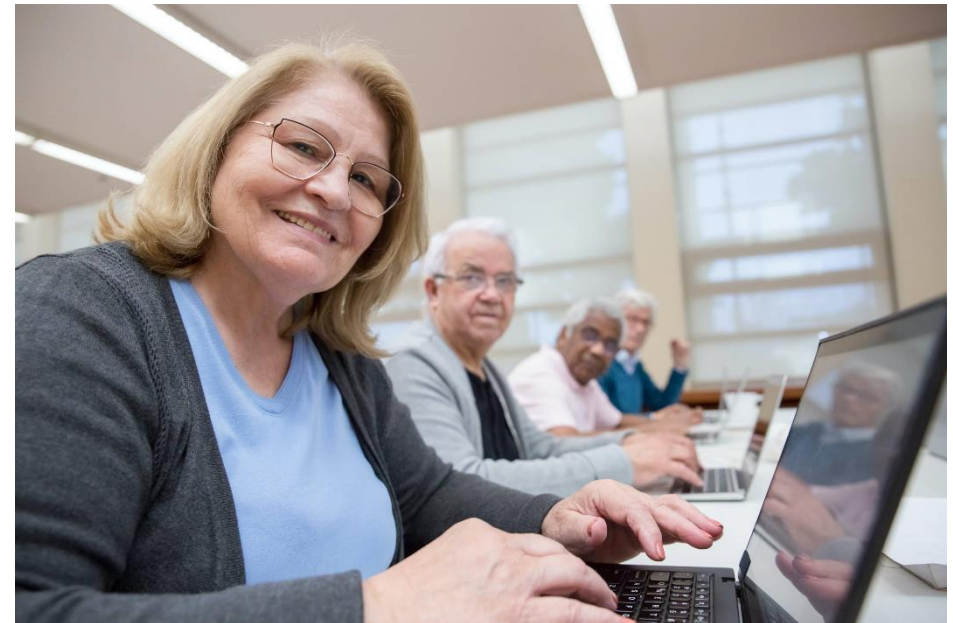
10:00 - 11:00 Line-Dance  
11:00 - 12:00 Line-Dance  
12:00 - 13:00 Line-Dance  
14:00 - 15:00 Bingo bei Kaffee und Kuchen  
15:00 - 17:00 Plausch und Spiele

### Donnerstag:

12:30 - 14:30 PC-FIX\*\*  
Individuelle Problemlösungen  
13:00 - 17:00 Origamigruppe „Bahnhofsfallter  
1. (Werk) Donnerstag im Monat

### Freitag:

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



- \* Voranmeldung bis 12:00 Uhr  
Freitag Vorwoche 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
14:00	- 15:00	Stuhl-Gymnastik

### 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	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	Spielnachmittag
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

Eichelsheimer Straße 54-56; 0621/814658

#### Montag:

10:00 -	11:00	Line-Dance
11:00 -	12:00	Line-Dance
13:00 -	14:00	Kaffee und Kuchen
14:00 -	16:00	Basteln

#### Dienstag:

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

#### Mittwoch:

11:00 -	13:00	PC-Kurs
14:00 -	15:00	Singkreis <i>Volksmusik mit musikalischer Begleitung</i>
15:00 -	16:00	Gedächtnistraining

#### Donnerstag:

10:45 -	11:45	Stuhlgymnastik
14:00 -	16:00	Offener Treff

#### Freitag:

11:00 -	13:00	Offener Treff
12:00		Gemeinsames Mittagessen <i>2. und 4. Freitag im Monat</i>

### 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

#### Mittwoch:

13:30 -	16:30	Tanzveranstaltung <i>3. Mittwoch im Monat</i>
---------	-------	--

#### Restliche Termine 2025

*17. September  
15. Oktober  
19. November*

#### Freitag:

15:00 -	17:00	Tanzweltreise Folkloristische Tanzgruppe
---------	-------	---



GenerationenTreff 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 -	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 -	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

SENIORENBÜRO  
IN MANNHEIM <sup>2</sup>

**LESUNG!**

Im Rahmen der **SWR» Aktion**

„NACHT GEGEN DIE EINSAMKEIT“

**22.11.2025 um 19:00 Uhr**

im GenerationenTreff Rheinau; Relaisstraße 157

**EINTRITT FREI!**

**Britta &  
Christian** (CHAKO)  
**HABEKOST**

lesen aus ihrem Buch

„Weinberg Blut“

Ein Elwenfels-Krimi



Wer in Elwenfels hat eine Leiche im (Wein)Keller?

Im von Touristen überrannten Elwenfels taucht eine Leiche auf. Ein Influencer wollte seine Follower zu einer nächtlichen Erkundung der Weinstube mitnehmen. Seine Zuschauer konnten live verfolgen, wie er die Kellertreppe hinabstieg, sich mächtig erschreckte, stürzte ... Dann bricht das Video ab. Alle Spuren deuten darauf hin, dass es kein Unfall war. Der Ermittlergeist von Carlos Herb ist gefragt.

Bilder: -Stadtmarketing Mannheim GmbH / Hyp Yerlikaya  
-Britta & Christian Habekost / Hyp Yerlikaya

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

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 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 14-tägig

Freitag:

10:00 -	11:00	Gymnastik
---------	-------	-----------



**SeniorenTreff Vogelstang**  
Jenaer Weg 7; 0621/707975

**Montag:**

10:00 -	11:00	<b>Smartphone-HILFE!</b> <i>Sommerpause, nächster Termin: 01.09.2025</i>
12:00 -	13:00	<b>IT-Sprechzeit und Beratung*</b> <i>Individuelle Hilfestellung für PC &amp; Smartphone (Kapazität begrenzt)</i>
13:00 -	15:30	<b>Spielenachmittag bei Kaffee und Kuchen</b>
13:00 -	15:30	<b>Kartenspiele*</b> Mitspieler*innen gesucht für: Rommé, Canasta, Rummy, Tridom für Anfänger*innen und Fortgeschrittene!
13:30 -	14:30	<b>Tanzen –offenes Bewegungsangebot</b> (Bürgersaal, Freiburger Ring 6)
14:00 -	15:30	<b>Kreativ-Nachmittag **</b> Häkeln, Basteln, Stricken, Origami, Malen... OHNE Voranmeldung, einfach reinschauen, bei Fragen anrufen*

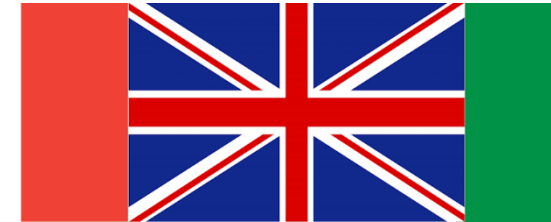


**Dienstag:**

12:00 -	13:30	<b>Gemeinsames Mittagessen *</b> <i>(Kapazität begrenzt)</i>
13:00 -	14:00	<b>Gedächtnistraining</b> <i>2. und 4. Dienstag im Monat</i>
13:30 -	14:30	<b>Allgemeine Beratung</b> Sprechstunde für individuelle Angelegenheiten
14:00 -	16:00	<b>Geselliges Singen und Musizieren</b> 1. und 3. Dienstag im Monat

**Mittwoch:**

9:00 -	12:00	<b>Frühstücks-Café *</b>
13:00 -	14:00	<b>Yoga &amp; Qigong auf dem Stuhl *</b> (Bürgersaal, Freiburger Ring 6)
13:00 -	14:00	<b>Karten- und Gesellschaftsspiele</b>
14:30 -	15:30	<b>Englischkurs *</b>
15:30 -	16:30	<b>Französischkurs *</b>



**Donnerstag:**

9:45 -	10:45	<b>Englischkurs *</b>
10:00		<b>Spaziergang um den Vogelstangsee</b> 1. und 3. Donnerstag im Monat <i>Treffpunkt: Wittenberger Weg 2</i>
11:00 -	12:00	<b>Italienischkurs für Anfänger*innen *</b> ohne Vorkenntnisse
12:00 -	12:30	<b>Italienischkurs für Anfänger*innen *</b> mit Vorkenntnissen
12:30 -	13:30	<b>Italienischkurs für Fortgeschrittene *</b>
14:00 -	15:00	<b>Allgemeine Beratung</b> Sprechstunde für individuelle Angelegenheiten

**Freitag:**

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

\* 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



SeniorenTreff Waldhof West  
Oppauer Straße 40; 0621/756970

Wiedereröffnung

Donnerstag, 20. November 2025!

Stehempfang bei Getränken und Fingerfood  
mit Live Musik von 14:00 - 17:00 Uhr

Montag:

10:00 - 11:30 Das 19. Jahrhundert

11:30 - 16:00 Offener Treff

Dienstag:

10:00 - 12:30 Nähen mit Hand und Maschine

13:30 - 14:30 Türkisch für Deutsche

14:30 - 16:00 Deutsch als Fremdsprache

Mittwoch:

10:00 - 12:30 Kochgruppe

13:00 - 15:00 EDV und Plausch für Fortgeschrittene

Donnerstag:

10:00 - 11:30 USA mit realen Kriminalfällen kennenlernen

11:30 - 14:00 Offener Treff

14:00 - 16:00 Deutsch als Fremdsprache

Freitag:

10:00 - 12:00 Stammtisch über aktuelle  
Wirtschafts- und Politikthemen

12:00 - 14:00 Offener Treff

Änderungen vorbehalten

## PFLEGE- STÜTZPUNKT

WIR BERATEN  
**MANNHEIM**<sup>2</sup>

Ebenfalls unter dem Dach  
des Seniorenbüros Mannheim

Unabhängige Information und Beratung, für gesetzlich versicherte  
Kinder, Jugendliche und Erwachsene, rund um das Thema Pflege.

### Telefonischer Kontakt:

0621 293-8710  
0621 293-8711  
0621 293-9208  
0621 293-2876

### OFFENE SPRECHZEITEN

Montag 10:00 - 12:00 Uhr  
Donnerstag 14:00 - 15:30 Uhr

Individuelle Beratungstermine bieten wir Ihnen gerne  
nach vorheriger Vereinbarung von montags bis freitags an.

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

**B**ERATUNG  
**G**espräch  
Fragen klären  
**L**ÖSUNGEN  
**S**UCHEN  
Perspektiven finden  
**I**nformation  
Unterstützung