

Seniorenkalender

Veranstaltungen

August 2019

Erfurt



LANDESHAUPTSTADT
THÜRINGEN
Stadtverwaltung

Die Seniorenklubs der Stadt Erfurt und die Klubs in freier Trägerschaft laden ein

Stadtverwaltung Erfurt
Seniorenklub
Leiterin: Frau Karasjew
Hans-Grundig-Straße 25
99099 Erfurt
Tel. 0361 3 45 96 56

- Do 01.08. 10:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen -
Webtechniken in Kombination mit Naturmaterial
10:00 Uhr Wandergruppe „Flotte Socke“
10:00 Uhr Keramikkurs mit M. Schneider
10:00 Uhr Qi Gong im Clubgarten
14:00 Uhr Natur erlebt mit gehörlosen Senioren
14:00 Uhr Duftes Klassentreffen der Golden Girls
- Fr 02.08. 10:00 Uhr Auf Schusters Rappen durch Erfurt und Umgebung
- Mo 05.08. 10:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen - Gestalten
mit Stoffdruck
10:00 Uhr Aquarellkurs für Einsteiger mit H. Blankenburg
14:00 Uhr Schach
14:00 Uhr Arbeit mit Speckstein
14:00 Uhr „Aus bunten Fäden“...Treff der fröhlichen
Handarbeiterinnen
14:00 Uhr Selbsthilfegruppe der schwerhörigen Senioren
18:00 Uhr Theatergruppe des GV
- Di 06.08. 10:30 Uhr Singen mit Lutz Lehmann
14:30 Uhr Treff der Osteoporosegruppe
- Mi 07.08. 09:30 Uhr Seminargruppe „Geschichte, Kunst u. Kultur“
10:00 Uhr Aquarellmalerei
13:00 Uhr Treff der gehörlosen Senioren
18:00 Uhr Theatergruppe des GV
- Do 08.08. 10:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen -
Seidenmalerei
10:00 Uhr Keramikkurs mit M. Schneider
10:00 Uhr Gesundheitssport und Tanz — Qi Gong mit Martina
12:30 Uhr Feier der Sportlerinnen
- Fr 09.08. 10:00 Uhr Auf Schusters Rappen durch Erfurt und Umgebung
- Mo 12.08. 10:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen - Gestalten
mit Naturmaterialien
10:00 Uhr Aquarellkurs für Einsteiger mit H. Blankenburg
14:00 Uhr Schach
14:00 Uhr „Aus bunten Fäden“...Treff der fröhlichen
Handarbeiterinnen
14:00 Uhr Arbeit mit Speckstein

- Di 13.08. 18:00 Uhr Theatergruppe des GV
10:00 Uhr Malen, Zeichnen und Gestalten
10:30 Uhr Singen mit Lutz Lehmann
14:00 Uhr Geburtstagsrunden
- Mi 14.08. 10:00 Uhr Aquarellmalerei mit C. Wrobel
13:00 Uhr Skatrunden mit Herrn Winkler
13:00 Uhr Unsere Floristinnen gestalten
14:00 Uhr Rentner für Rentner rund um den Stadtpark
18:00 Uhr Rommé- und Skatabend der gehörlosen Freunde
- Do 15.08. 10:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen
10:00 Uhr Wandergruppe „Flotte Socke“
10:00 Uhr Keramikkurs mit M. Schneider
10:00 Uhr Gesundheitssport und Tanz mit den Baletttänzern des Erfurter Schauspielhauses
13:00 Uhr Spielekoffer: Skat, Rommé, Schach, Canasta
13:00 Uhr Natur erlebt mit gehörlosen Senioren
- Fr 16.08. 10:00 Uhr Auf Schusters Rappen durch Erfurt und Umgebung
- Mo 19.08. 10:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen - Patchwork
10:00 Uhr Aquarellkurs für Einsteiger mit H. Blankenburg
10:00 Uhr Schach
14:00 Uhr Arbeit mit Speckstein
14:00 Uhr „Aus bunten Fäden...“ Treff der fröhlichen Handarbeiterinnen
14:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen
- Di 20.08. 18:00 Uhr Theatergruppe des GV
10:00 Uhr Malen, Zeichnen und Gestalten
10:00 Uhr Seniorengruppenrat
10:00 Uhr Singen mit Lutz Lehmann
14:00 Uhr Geburtstagsrunden
- Mi 21.08. 09:30 Uhr Seminargruppe 1 „Geschichte, Kunst u. Kultur“
10:00 Uhr Aquarellmalerei mit C. Wrobel
13:00 Uhr Zusammenkunft der gehörlosen Freunde
18:00 Uhr Theatergruppe des GV
- Do 22.08. 10:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen
10:00 Uhr Keramikkurs mit M. Schneider
10:00 Uhr Gesundheitssport und Tanz—Qi Gong im Clubgarten
14:00 Uhr Werkstattarbeit der schreibenden Senioren
15:30 Uhr Lesung des Literaturzirkels
- Fr 23.08. 10:00 Uhr Auf Schusters Rappen durch Erfurt und Umgebung
- Mo 26.08. 10:00 Uhr Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen - Gestalten mit Naturmaterialien, Fadentechniken
10:00 Uhr Aquarellkurs für Einsteiger mit H. Blankenburg
14:00 Uhr Schach
14:00 Uhr Arbeit mit Speckstein

		14:00 Uhr	„Aus bunten Fäden...“ Treff der fröhlichen Handarbeiterinnen
		18:00 Uhr	Theatergruppe des GV
Di	27.08.	10:00 Uhr	Seniorengruppenrat
		10:30 Uhr	Singen mit Lutz Lehmann
		14:00 Uhr	Geburtstagsrunden
Mi	28.08.	10:00 Uhr	Aquarellmalerei mit C. Wrobel
		13:00 Uhr	Skatclub „Ramschhand“
		14:00 Uhr	Im Gespräch mit schwerhörigen Senioren
		18:00 Uhr	Rommé- und Skatabend der gehörlosen Freunde
Do	29.08.	10:00 Uhr	Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen- Webtechniken in Kombination mit Naturmaterial
		10:00 Uhr	Keramikkurs mit M. Schneider
		10:00 Uhr	Wandergruppe „Flotte Socke“
		10:00 Uhr	Qi Gong im Clubgarten
		14:00 Uhr	Natur erlebt mit gehörlosen Senioren
		14:00 Uhr	Duftes Klassentreffen der Golden Girls
Fr	23.08.	10:00 Uhr	Auf Schusters Rappen durch Erfurt und Umgebung

Stadtverwaltung Erfurt

Seniorenklub

Leiter: Herr Quitter

Jakob-Kaiser-Ring 56

99087 Erfurt

Tel. 0361 655-6388

E-Mail: [Seniorenklub Jakob-Kaiser-Ring@erfurt.de](mailto:SeniorenklubJakob-Kaiser-Ring@erfurt.de)
christian.quitter@erfurt.de

Machen Sie bei der Wahl des neuen Namens für Ihren Seniorenklub mit! Zum Sommerfest im „Garten der Generationen“, am Dienstag, den 13. August 2019 ab 14 Uhr

„Rückenschule und Gleichgewichtstraining“ mit Bruni,
immer dienstags 10 Uhr

„Gesundheitssport“, jeden Montag um 11:00 Uhr

Der Klubleiter lädt ein: „Gymnastik im Sitzen“,

jeden Dienstag um 11 Uhr (bitte Sportzeug mitbringen/anziehen)

Do	01.08.	13:30 Uhr	Treff der Schachgruppe
		14:30 Uhr	Der Clubleiter lädt ein: Wir blättern im „Boshaften Zitatenschatz“. Bitte Sprichwörter ausdenken und

			mitbringen!
Fr	02.08.	bis 14 Uhr	Mittagessen und Kaffeetrinken
Mo	05.08.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
Di	06.08.	14:30 Uhr	„Ferien-Bingo“, auch die Enkelkinder sind herzlich willkommen!
Mi	07.08.	ab 10 Uhr	wird die Woche geteilt: Zeit für Begegnungen und Beratungsgespräche
		10:00 Uhr	Grundkurs und praktische Übungen „Smartphone“ (Anmeldung erforderlich!)
Do	08.08.	08:30- 11:30 Uhr	Masseurin Aileen Menyhert bietet Massagen an! Bitte in die Liste eintragen!
		13:30 Uhr	Treff der Schachgruppe
		14:30 Uhr	Spielenachmittag: Kniffel mit extra großen Würfeln, Riesendomino, Rummikub (auch große Steine), Triominos, Rommé, Dame/Mühle/Halma, Mensch-ärgere Dich nicht..., Scrabble, Malefiz, Pochen, Überholen ohne Einzuholen (DDR-Spiel), DenkFix (Frage-Antwort), Plastemikado
Fr	09.08.	ab 8 Uhr	Fußpflegerin Frau Treffurt kommt zu uns—bitte in die Liste eintragen!
		bis 14 Uhr	Mittagessen und Kaffeetrinken
Mo	12.08.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
Di	13.08.	14:00 Uhr	Sommerfest im „Garten der Generationen“ mit Kindersingen, Tanz, Kaffee & Kuchen mit Unterstützung durch Stadträtin und MdL Karola Stange
Mi	14.08.	ab 10 Uhr	wird die Woche geteilt: Zeit für Begegnung und Beratungsgespräche
Do	15.08.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
		14:30 Uhr	Dia-Vortrag mit Herrn Grenzdörffer „Insel Rhodos“
Fr	16.08.	bis 14 Uhr	Mittagessen und Kaffeetrinken
Mo	19.08.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
Di	20.08.	14:30 Uhr	Das Klubteam lädt ein: „Wir bereiten eine frische Sommersuppe zu und verkosten“ auch vegetarisch! Bitte anmelden wg. Einkauf!
Mi	21.08.	ab 10 Uhr	wird die Woche geteilt: Zeit für Begegnungen und Beratungsgespräche
Do	22.08.	08:30- 11:30 Uhr	Masseurin Aileen Menyhert bietet Massagen an! Bitte in die Liste eintragen!
		13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
		14:30 Uhr	Zeit für Spielenachmittag: Haben Sie ein neues Spiel? Wir probieren es aus!
Fr	23.08.	bis 14 Uhr	Mittagessen und Kaffeetrinken
Mo	26.08.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
Di	27.08.	14:30 Uhr	Der Klubleiter lädt ein: Wir spielen „Stadt, Land, Fluss—in einer neuen Version: Intelligenz ist relativ“

Mi	28.08.	ab 10 Uhr	wird die Woche geteilt: Zeit für Begegnung und Beratungsgespräche
Do	29.08.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
		14:30 Uhr	Dia-Vortrag mit Herrn Krause „Botanische Wanderung— heute: vom Aussterben bedrohte Arten“
Fr	30.08.	bis 14 Uhr	Mittagessen und Kaffeetrinken
Sa	31.08.	ab 14 Uhr	Sommerfest für den Roten Berg auf dem Marktplatz vor dem Bürgerhaus

Zitat des Monats:

„Das Alter ist unwichtig— es sei denn, du bist ein Käse.“

Helen Hayn

Es kann immer mal Änderungen im Plan geben.

Bitte schauen Sie auf die aktuellen Aushänge im Einkaufszentrum an der Litfaßsäule oder an der Tür des Seniorenklubs! Oder rufen Sie einfach an!

Aus folgenden Angeboten können Sie wählen:

- Freitag ab 10 Uhr nach Absprache Tischtennis oder Dart
- Die meisten Angebote eignen sich auch für jüngere Senioren, EU-Rentner und Menschen in Altersteilzeit.
- **Mittagstisch:**
Montag bis Freitag von 4,25 Euro bis 5,25 Euro, tägl. 8 Menüs zur Auswahl, bitte vorher anmelden!
- kleine, preiswerte Getränke- und Imbissstheke
- Beratung zu Pflegefragen durch Frau Hofmeister vom Amt für Soziales und Gesundheit, Terminvergabe: hier
- Diabeteslotse berät nach Bedarf zu Fragen der Diabetes
- ständig: Beratung zu sozialen Fragen und Weitervermittlung an anderen kompetente Beratungsstellen
- Broschüren zu allen Themen, die Senioren interessieren
- Kosmetik , Fußpflege und Massagen mit Termin in unseren Räumlichkeiten
- „Garten der Generationen“ zu den Öffnungszeiten des Seniorenklubs geöffnet - Zeit für SOMMERFERIEN!
- Ihre Ansprechpartnerin im „Garten der Generationen“ ist Nicole Lang (täglich von 8 bis 12 Uhr und zu Gartenveranstaltungen)
- Vernetzung in der Stadtteilkonferenz sowie dem Ortsteilrat Roter Berg
- Leiter des Seniorenklubs: Christian Quitter
- offen: Montag—Donnerstag 10—17 Uhr, freitags bis 14 Uhr
- Adresse: Jakob-Kaiser-Ring 56a, 99087 Erfurt
- Telefon: 03 61 / 6 55 63 88
- E-Mail: Seniorenklub.Jakob-Kaiser-Ring@erfurt.de oder christian.quitter@erfurt.de

Stadtverwaltung Erfurt

Seniorenklub

Klubleiterin: Frau Peter von Renteln

Berliner Straße 26

99091 Erfurt

Tel. 0361 655-4145 / Fax 0361 655-4149

Do	01.08.	10:00 Uhr	Probe Kabarett: „Die Spitzenpensionäre“
		10:00 Uhr	„Ab ins Beet“- Es treffen sich unsere Gartenfreunde
		14:00 Uhr	„Gemeinsam statt einsam“ Rate –u. Knobelspiele in gemütlicher Runde in unserem Garten
Fr	02.08.	08:30 Uhr	Gesellige Frühstücksrunde
		09:30 Uhr	Sitzgymnastik mit Irma
		09:30 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene
Mo	05.08.	10:00 Uhr	Englisch für Senioren
		10:00 Uhr	Rückenschule mit Bruni
		14:00 Uhr	Zeit für Würfel –u. Kartenspiel
Di	06.08.	09:30 Uhr	Tanzgruppe „Fröhlicher Kreis“
		09:30 Uhr	Probe „Seniorenensemble Erfurt“
		14:00 Uhr	Ein Dia-Vortrag mit Herrn Dölle. Thema: „An der Ostseeküste“
Mi	07.08.	10:00 Uhr	Probe Zither-Duo
		10:00 Uhr	„Offenes Singen“ mit Lutz Lehmann
		11:15 Uhr	Sitzgymnastik mit Danka
		14:00 Uhr	Es treffen sich die Mitglieder der Parkinson Selbsthilfegruppe.
Do	08.08.	10:00 Uhr	Probe Kabarett : „Die Spitzenpensionäre“
		10:00 Uhr	„Ab ins Beet“- Es treffen sich unsere Gartenfreunde
		14:00 Uhr	Es ist wieder Zeit für „BINGO-Spaß“ am Nachmittag
Fr	09.08.	08:30 Uhr	Gesellige Frühstücksrunde
		09:30 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene
		09:30 Uhr	Sitzgymnastik mit Irma
Mo	12.08.	10:00 Uhr	Rückenschule mit Bruni
		10:00 Uhr	Englisch für Senioren
		14:00 Uhr	Es trifft sich die Handarbeitsgruppe
		14:00 Uhr	Zeit für Würfel –u. Kartenspiel
		15:00 Uhr	Englisch für den Alltag - mit Herrn Korda
Di	13.08.	09:30 Uhr	Tanzgruppe „Fröhlicher Kreis“
		09:30 Uhr	Probe „Seniorenensemble Erfurt“
		14:00 Uhr	Die Mitglieder der Selbsthilfegruppe feiern ihr Sommerfest.
Mi	14.08.	10:00 Uhr	Probe, Zither-Duo
		10:00 Uhr	„Offenes Singen“ mit Lutz Lehmann

		11:15 Uhr	Sitzgymnastik mit Danka
		14:00 Uhr	Probenachmittag des Parkinson-Chor
Do	15.08.	10:00 Uhr	Probe Kabarett: „Die Spitzenpensionäre“
		10:00 Uhr	„Ab ins Beet“ Es treffen sich unsere Gartenfreunde
		14:00 Uhr	„Gemeinsam statt einsam“ Rate –u. Knobelspiele in gemütlicher Runde in unserem Garten
Fr	16.08.	08:30 Uhr	Gesellige Frühstücksrunde
		09:30 Uhr	Sitzgymnastik mit Irma
		09:30 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene
Mo	19.08.	10:00 Uhr	Englisch für Senioren
		10:00 Uhr	Rückenschule mit Bruni
		14:00 Uhr	Zeit für Würfel– und Kartenspiel (Bei schönen Wetter auch im Garten)
		15:00 Uhr	Englisch für den Alltag—mit Herrn Korda
Di	20.08.	09:30 Uhr	Tanzgruppe „Fröhlicher Kreis“
		09:30 Uhr	Probe „Seniorenensemble Erfurt“
		14:00 Uhr	Ein Dia-Vortrag mit Herrn Grenzdörffer. Thema: „Mali-Afrika“
Mi	21.08.	10:00 Uhr	Probe, Zither-Duo
		10:00 Uhr	„Offenes Singen“ mit Lutz Lehmann
		11:15 Uhr	Sitzgymnastik mit Danka
		14:00 Uhr	Blumig und sommerlich wird es dieses Mal wenn es wieder heißt: „Kreativzeit im Klub“. Mit Blüten und anderen Naturmaterialien aus unserem Garten fertigen wir kleine Tischgestecke. (Gefäße für die Gestecke bitte selbst mitbringen. Steckmasse ist vorhanden, dafür fallen Materialkosten an.)
Do	22.08.	10:00 Uhr	Probe Kabarett: „Die Spitzenpensionäre“
		10:00 Uhr	„Ab ins Beet“- Es treffen sich unsere Gartenfreunde
		14:00 Uhr	Es ist wieder Zeit für einen Eis-Schlemmernachmittag. Treffpunkt ist wieder um 14:00 Uhr auf dem Domplatz.
Fr	23.08.	08:30 Uhr	Gesellige Frühstücksrunde
		09:30 Uhr	Sitzgymnastik mit Irma
		09:30 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene
Mo	26.08.	10:00 Uhr	Rückenschule mit Bruni
		14:00 Uhr	Es trifft sich die Handarbeitsgruppe
		15:00 Uhr	Englisch für den Alltag—mit Herrn Korda
Di	27.08.	09:30 Uhr	Tanzgruppe „Fröhlicher Kreis“
		09:30 Uhr	Probe „Seniorenensemble Erfurt“
		14:00 Uhr	Geobotanische Wanderung-ein Dia-Vortrag mit Herrn Krause. Thema: „Botanische Wanderungen 2018“
Mi	28.08.	10:00 Uhr	Probe, Zither-Duo
		10:00 Uhr	„Offenes Singen“ mit Lutz Lehmann
		11:15 Uhr	Sitzgymnastik mit Danka
		14:00 Uhr	Zeit für Würfel– und Kartenspiel

- Do 29.08. 10:00 Uhr Probe Kabarett : „Die Spitzenpensionäre“
 10:00 Uhr „Ab ins Beet“- Es treffen sich unsere Gartenfreunde
 14:00 Uhr Treffen der Volkssolidarität Gruppe Rieth
- Fr 23.08. 08:30 Uhr Gesellige Frühstücksrunde
 09:30 Uhr Sitzgymnastik mit Irma
 09:30 Uhr Englisch für Fortgeschrittene
 14:00 Uhr „Café classic“ - unsere literarische Tafelrunde

Stadtverwaltung Erfurt

Seniorenklub

Leiterin: Frau Otto

Weitergasse 25

99084 Erfurt

Tel. 0361 5 62 67 89

- Do 01.08. 09:00 Uhr Rückenschule mit Elvira
 14:00 Uhr Pack die Badehose ein—Tanz mit Vladi
- Fr 02.08. ab 11 Uhr Mittagsversorgung
- Mo 05.08. 09:30 Uhr Pilates mit Frau Apel
 09:30 Uhr Englisch 1
 10:30 Uhr Chi-Gong mit Frau Apel
 11:00 Uhr Englisch 2
 13:30 Uhr Chorsingen mit Frau Claasen
- Di 06.08. 09:00 Uhr Frühstücksrunde der ehemaligen Optimaner
 10:00 Uhr Hoch das Bein mit Waltraut
- Mi 07.08. 10:00 Uhr Englisch mit Herrn Ziehrenner
 10:00 Uhr Bleib beweglich...Sport mit Eva
 ab 13 Uhr „Die Karten sind gemischt.“
- Do 08.08. 09:00 Uhr Rückenschule mit Elvira
 14:00 Uhr Im Namen der Liebe -Tanztee mit DJ Thomas
- Fr 09.08. ab 11 Uhr Mittagsversorgung
- Mo 12.08. 09:30 Uhr Pilates mit Frau Apel
 09:30 Uhr Englisch 1
 10:30 Uhr Chi-Gong mit Frau Apel
 11:00 Uhr Englisch 2
 13:00 Uhr Kreatives Gestalten mit Gisela
- Di 13.08. 09:00 Uhr „Damals war`s...“ Frühstücksrunde der ehemaligen
 Optimaner
 10:00 Uhr Immer in Bewegung—Sport mit Waltraut
- Mi 14.08. 10:00 Uhr Sport mit Eva
 ab 13Uhr „Bube, Dame, König, Ass...“
- Do 15.08. 09:00 Uhr Rückenschule mit Elvira

Fr	16.08.	ab 11 Uhr	Mittagsversorgung
Mo	19.08.	09:30 Uhr	Pilates mit Frau Apel
		09:30 Uhr	Englisch 1
		10:30 Uhr	Qi-Gong mit Frau Apel
		11:00 Uhr	Englisch 2
		13:00 Uhr	Kreatives Gestalten mit Gisela
Di	20.08.	09:00 Uhr	Frühstücksrunde der ehemaligen Optimaner
		10:00 Uhr	Bauch, Beine, Po-Seniorensport mit Waltraut
Mi	21.08.	10:00 Uhr	Sport mit Eva
		ab 13 Uhr	Spielesachmittag
Do	22.08.	09:00 Uhr	Rückenschule mit Eva
		14:00 Uhr	Lass die Sonne in dein Herz—Tanztee mit Stefan
Fr	23.08.	ab 11 Uhr	Mittagsversorgung
Mo	26.08.	09:30 Uhr	Pilates mit Frau Apel
		09:30 Uhr	Englisch 1
		10:30 Uhr	Chi-Gong mit Frau Apel
		11:00 Uhr	Englisch 2
		14:00 Uhr	Kaffeepausch mit den ehemaligen Krippenleiterinnen
		14:00 Uhr	Die ehemaligen Kindergartenleiterinnen tauschen ihre Erfahrungen aus
Di	27.08.	09:00 Uhr	Frühstücksrunde der ehemaligen Optimaner
		10:00 Uhr	Hoch das Bein mit Waltraut
Mi	28.08.	10:00 Uhr	Englisch mit Herrn Ziehrer
		10:00 Uhr	Bleib beweglich ... Sport mit Eva
		ab 13 Uhr	Spielesachmittag
Do	29.08.	09:00 Uhr	Rückenschule mit Elvira
		14:00 Uhr	Ab in den Süden—DJ Jubelprinz legt auf
Fr	30.08.	ab 11 Uhr	Mittagsversorgung

Schutzbund der Senioren und Vorruehstaendler Thu. e. V.
Kompetenz- und Beratungszentrum
Ansprechpartner: Frau Barbara Schumann, Frau Marianne Schwalbe
Juri-Gagarin-Ring 64
99084 Erfurt
Tel. 0361 2620735 / 0361 78929902

Zentrale Veranstaltungen:

Do, 01.08.19 „Such dir ein Ehrenamt...“
ab 10:00 Uhr Beratungsgespräche zu Angeboten für bürgerschaftliches Engagement in Vereinen,

- ganztägig** Projekten, Interessen-, Sport- oder Arbeitsgruppen nach Terminabsprache
Kontakt: Rita Hofmann, Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64, Tel.: 0361- 26 20 77 5
oder E-Mail: hofmann@senioren-schutzbund.org
- Di, 06.08.19** **Beratung mit ehrenamtlichen Pflegebegleitern** zu Inhalten der Begleit- und
14:00 Uhr Beratungstätigkeit (Projekt Pflegebegleiter-Initiative),
Kontakt: Rita Hofmann, Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64, Tel.: 0361- 26 20 77 5
oder E-Mail: hofmann@senioren-schutzbund.org
- Mo, 12.08.19** **Sitzung des Stadtvorstands, erweiterte Sitzung** mit der
10:00 Uhr Dezernentin für Bildung,
Bürgermeisterin Anke Hofmann-Domke , Juri-Gagarin-Ring 56a
- Mo, 12.08.19** **Gespräche mit aktiven Ehrenamtlichen** zur Fortsetzung von
ab 10:00 Uhr Projekten, Inhalten, Fragen zu
Fördermöglichkeiten, Qualifizierungswünschen nach dem
Bedarf der Ehrenamtlichen
ganztägig Kontakt: Rita Hofmann, Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64, Tel.: 0361- 26 20 77 5
oder E-Mail: hofmann@senioren-schutzbund.org
- Mo, 19.08.19** **Arbeitsgespräche mit Projektleitern der Generationenarbeit** zur
14:00 Uhr Weiterführung und
Sicherung der Nachhaltigkeit (Projekt Mentor - die
Leserlernhelfer, Patenschaftsarbeit mit der Friedrich-Schiller-
Schule), Kontakt: Rita Hofmann, Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64,
Tel.: 0361- 26 20 77 5 oder E-Mail:
hofmann@senioren-schutzbund.org
- Mo, 19.08.2019** **Seniorenforum zum Thema Pflege** mit interessanten Vorträgen
14:00 Uhr und der Möglichkeit,
Fragen zu stellen, Rathaus, Sitzungssaal
- Do, 22.08.19** Im Rahmen „Kultur am Nachmittag“ - Vernissage zu den
14:00 Uhr **Ausstellungen unserer
Fotogruppen zum Thema Erfurt**, als Rahmenprogramm werden
Geschichten und Geschichte der Stadt Erfurt geboten, Gäste:
6,00€, Mitglieder: 5,00€, Saal, Juri-Gagarin-Ring 56a, Gäste:
Anmeldungen bei Rita Hofmann, Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64,
Tel.: 0361- 26 20 77 5 oder E-Mail:
hofmann@senioren-schutzbund.org

Di, 27.08.19 **Beratung mit aktiven Ehrenamtlichen zur Auswertung des Engagement- und Stiftungstages** im Augustinerkloster und Ideenentwicklung zum Freiwilligentag in der Woche des bürgerschaftlichen Engagements, Kontakt: Rita Hofmann, Tel.: 0361- 26 20 77 5 oder E-Mail: hofmann@senioren-schutzbund.org, Saal, Juri-Gagarin-Ring 56

Do, 29.08.19 **Hoffest der City-Runde**, hier stellen sich die Akteure der City-Runde mit Informationsständen, Kaffee und Kuchen vor, im Venedig

Veranstaltungen der Selbsthilfegruppen

Mi, 28.08.19 Die SHG 006 „Herrenberg- Lebenshilfe“ trifft sich zum Sommerfest.
14:30 Uhr Family-Club, Drosselberg

Montag Die SHG 007 „Kreative Freizeitgestaltung“ trifft sich **jeden 2. und 4. Montag** im Monat
14:00 Uhr Nachfragen über Frau Büchner Tel.: 0361- 6464257, DIZ, Friedrich - Engels- Straße 49

In Anlehnung an den Spruch: „**Sommer ist die Zeit, in der es zu heiß ist, um das zu tun, wozu es im Winter zu kalt war**“, trifft sich die SHG 008 „**Gesund und aktiv im höheren Lebensalter**“ erst im September wieder. Wir wünschen eine entspannte und fröhliche Sommerzeit.

Die Mitglieder der **SHG 9 „Aktive Herbstzeit“** treffen sich im Herbst zu einem Busausflug. Genaueres wird noch bekannt gegeben.

Neuigkeiten/Vorankündigungen

PC-Kurs: Anfänger Windows 10

Im September startet ein neuer Kurs für Anfänger mit dem Betriebssystem Windows 10. Wer sich die Grundlagen aneignen und sich ausführlich über die Möglichkeiten informieren möchte, ist in diesem Kurs richtig. Kurstermine sind jeweils dienstags und donnerstags von 13:30 – 16:30 Uhr im PC-Kabinett, Juri-Gagarin-Ring 64, Anmeldungen bitte bei Frau Müller: 0361- 26 20 77 5 oder über info@senioren-schutzbund.org

Der Weg zum eigenen Fotobuch

Wir suchen wieder Interessenten für einige Restplätze im Kurs „Der Weg zum eigenen Fotobuch“.

Der Kurs wird im Herbst beginnen und immer mittwochs von 10 – 12 Uhr für die Dauer von 10 Wochen stattfinden. Interessenten melden sich bitte bei Frau Müller: 0361- 26 20 77 5 oder über info@seniorenschutzbund.org

Dozent/in für Kunstgeschichte gesucht

Seit Jahren gibt es eine engagierte und stabile Gruppe von Senioren und Seniorinnen, die interessiert gemeinsam mit einem/r Kursleiter/in wöchentlich Themen im Bereich Kunstgeschichte behandeln. Wir suchen eine/n Dozent/in, der/ die sein/ihr Wissen gern an die Gruppe weitergeben möchte.

Sprechstunden

Erbrecht	jeden 1. Mittwoch im Monat	13:00 – 14:00 Uhr
Mietrecht	jeden 2. Mittwoch im Monat	13:00 – 14:00 Uhr

Was sagt der Arzt? Jeden 2. Donnerstag im Monat **13:00 – 14:00 Uhr**
Bitte mindestens 3 Tage vor dem jeweiligen Termin anmelden unter Tel. 26 20 73 5. Für Nichtmitglieder wird ein Unkostenbeitrag von 5,00 € erhoben. Für Mitglieder sind die Beratungen kostenfrei.

IG Radwandern/Radtouristik

Do, 01.08.19 Rad-Bus-Tagesfahrt TR 14 auf dem Werra - RW von Eschwege nach Hann. Münden,
07:30 Uhr Abfahrt Domplatz

bis 31.08.19 ist die Überweisung (46,80€ für Mitglieder incl. Imbiss in einer Besenwirtschaft) für die TR 16 am 24.09.19 auf dem Unstrut- RW von Wiehe nach Naumburg fällig. Ansprechpartner zu Rad-Bus-Reisen und -Tagesfahrten: Dieter Dennstedt .

Sprachen und Computer-Kurse

Interessierte Teilnehmer sind in allen Kursen herzlich willkommen.
Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620775 bei Frau Müller oder Frau Hofmann.

Englisch

(Juri-Gagarin-Ring 64, Seminarraum)
mit Frau Elkhanova
mit Herrn Wettstein
mit Frau Müller

Mo
Mo
Di

mit Frau Lederhausen	Di
mit Frau Schwolow	Di, Mi, Do
mit Herrn Korda	Mi

Französisch

(Juri-Gagarin-Ring 64, Bibliothek)

mit Frau Fuchs	Mo
mit Frau Liebermann	Fr

Computer, Tablet, Smartphone und mehr

Kursangebote zu Bildbearbeitung, Windows, Internet, sozialen Netzwerken, Skype und anderen Themen werden entsprechend der Nachfrage angeboten.

Bitte melden Sie sich bei Frau Müller mit Ihrem Wunschthema

Tel.: 0361- 2620775 oder direkt im Büro Juri- Gagarin- Ring 64

Für die Teilnahme an einem Kurs rund um das Smartphone melden Sie sich bitte an bei Fr. Müller, Tel.: 0361- 2620775 oder 0361- 2620735.

Sportliche Betätigungen

Interessierte Teilnehmer sind in allen Kursen herzlich willkommen.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620735 im Sekretariat.

Senioren sport

mit Frau Lorenz	Mo, Di, Mi
mit Herrn Pöck	Mo, Do
mit Frau Kühn-Vogt	Di, Mi
mit Frau Barthel	Fr

Yoga

mit Frau Barthel	Do
------------------	----

Qi Gong

mit Frau Koch	Di
---------------	----

Tanz

Rhythmik, Bewegung, Balance

mit Frau Hempel	Mi
-----------------	----

(Saal- Juri-Gagarin-Ring 56a)

Kunst, Kultur und Freizeitgestaltung

Bus-Tagesreisen - monatlich mit unterschiedlichen Zielen (siehe Aushang und Monatsplan)

Kultur am Nachmittag – monatlich am 2. Donnerstag 14 Uhr (siehe Aushang und

Monatsplan)

Fotogruppen
Fotofreunde

1. Montag im Monat – 14 Uhr
(Seminarraum, Juri-Gagarin-Ring 56a)

Focus

2. Montag im Monat – 13:00 Uhr
(Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64)
letzter Mittwoch im Monat –
9:30 -12:30 Uhr
(Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64)

Sensor

3. Montag- 14:00 Uhr
(Bibliothek, Juri- Gagarin-Ring 64)

Neue Interessenten sind herzlich willkommen!

Musikalische Hobbys

Chorsingen – Dirigentin: Frau König

Montag 13:45 – 15:30 Uhr
(Bürgerhaus unter den
Kastanien, Röntgenstraße 28

Anmeldungen von Interessenten bei Frau Fischer unter Tel. 0361 5629696

Seniorenensemble

Dirigent: Herr Münchow

Dienstag 09:30 - 11:30 Uhr
(Seniorenklub Berliner Str. 26)

Es werden noch neue Mitwirkende gesucht. Informationen unter Tel. 0361 3464838

Malen und Zeichnen

(Saal – Juri-Gagarin-Ring 56a)

mit Frau Wagner

mit Frau Zimek

Mi

Mi

Literatur

Interessengruppe „Herbstzeitlose“

3. Donnerstag im Monat –
13:30 Uhr
Bibo, Juri-Gagarin-Ring 64
1. Donnerstag im Monat -

Literatursalon mit Frau Schleinitz

15:00 Uhr
Frauzentrum
Pergamentergasse

Auskünfte und Anmeldungen bei Frau Schleinitz unter Tel. 036203- 90928
(nach 17 Uhr) Es werden stets interessierte Mitwirkende gesucht!

Schach

(DIZ – Friedrich-Engels-Straße 49) Freitag 10:00 Uhr

Skat

(DIZ – Friedrich-Engels-Straße 49) Mittwoch 13:00 Uhr

Leselernhelfer

Ansprechpartner für Interessenten und Mitwirkende Frau Zerull – Tel. 55082422
(ab 17:00 Uhr).

Sprechstunden

Erbrecht	jeden 1. Mittwoch im Monat	13:00 - 14:00 Uhr
Mietrecht	jeden 2. Mittwoch im Monat	13:00 - 14:00 Uhr
Was sagt der Arzt?	jeden 2. Donnerstag im Monat	13:00 - 14:00 Uhr

Bitte **mindestens** 3 Tage vor dem jeweiligen Termin anmelden unter Tel. 2620735
Für Nichtmitglieder wird ein Unkostenbeitrag von 5,00 € erhoben. Für Mitglieder
sind die Beratungen auch weiterhin kostenfrei.

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung

Terminvereinbarung unter Tel. 2620735

Mobiles Beratungsteam

Dienstag und Donnerstag 09:00-16:00 Uhr
Informationen und Beratung zum Betreuungs- und Begleitdienst und über
Demenz - Frau Noatnick: Tel. 55064160

Begegnungsstätten für ältere Bürger

Wer rastet, der rostet. Die Begegnungsstätte ist ein Ort, an dem Kreativität,
Aktivität und Kommunikation im Mittelpunkt stehen.

Südlicher Ring

Tel: 0151 51549178

Dienstag

Mittwoch

Juri-Gagarin-Ring 22

12:00 Uhr – 16:00 Uhr

12:00 Uhr – 16:00 Uhr

DIZ

Friedrich-Engels-Str. 49

Tel.: 01520 5853131

Montag	10:00 Uhr – 16:00 Uhr
Dienstag	09:00 Uhr – 15:00 Uhr
Mittwoch	10:00 Uhr – 16:00 Uhr
Donnerstag	10:00 Uhr – 16:00 Uhr
Freitag	09:00 Uhr – 13:00 Uhr

Veranstaltungen „Treff im DiZ“, Begegnungsstätte- Friedrich-Engels-Str. 49

Jeden 2. und 4. Montag im Monat

14:00-16:00 Uhr Bastelnachmittag mit der Kreativgruppe
Frau Büchner

Jeden Mittwoch ab 07.08.2019

13:00-16:00 Uhr Treff zu fröhlichen Skatrunde

Jeden Freitag ab 02.08.2019

10:00-13:00 Uhr Treff der Schachfreunde

Donnerstag, 01.08.2019

12:15-13:30 Uhr Kreatives Gestalten

14:00-16:00 Uhr Spielenachmittag

Mittwoch, 07.08.2019

10:00-11:30 Uhr Gemeinsames Frühstück

Donnerstag, 08.08.2019

10:30 Uhr Treffpunkt Besuch des Augustinerklosters
vor Ort

Donnerstag, 15.08.2019

14:00-16:00 Uhr Eigengestaltung des Nachmittags
durch unsere Senioren

Mittwoch 21.08.2019

10:00 -11:30 Uhr Gemütliche Frühstücksrunde bei Plauderei
und Handarbeiten

Donnerstag, 22.08.2019

14:00-16:00 Uhr

Wir packen den Spielekoffer aus
durch unsere Senioren

Donnerstag, 29.08.2019

Frühstück bei IKEA verbunden mit einem Einkaufsbummel.

**Treffpunkt: Endhaltestelle, Linie 2, 9:32 Uhr oder 9:42 Abfahrt Bus Linie 80,
9:47 Uhr**

Bitte beachten Sie, dass bei einigen Veranstaltungen Unkosten anfallen.

Ihre Ansprechpartnerin: Frau Grabb, Frau Ulatowski

Tel. 0152/05 85 31 31 Concierge F.-Engels-Str. 49

DIZ

Alfred-Delp-Ring 24

Ansprechpartner: Frau Schulze

99087 Erfurt

Telefon: 0361/65386440

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 08:00– 16:00

Veranstaltungen DiZ:

Montag:	10:00 Uhr	Gemeinsames Backen
	14:00 Uhr	Osteoporosegymnastik
Dienstag:	08:30 – 13:00 Uhr	Friseur
	14:00 Uhr	Gemeinsamer Kaffeenachmittag
Mittwoch:	09:00 Uhr	Computerkabinett
	14:00 Uhr	Arbeitskreis „Alt hilft Jung“
Donnerstag:	08:00 – 10:00 Uhr	Gemeinsames Frühstück
	08:00 – 16:00 Uhr	Fußpflege im Haus
Freitag:	10:00 – 13:00 Uhr	Pflegeberatung

Jahresveranstaltungen:

Di	10.09.	14:00 Uhr	Melodien meines Lebens Entspannungstherapeutin Kathleen Koch
Di	12.11.	14:00 Uhr	Kennzeichnung von Lebensmitteln— Die Inhaltsstoffe in Käse Ernährungsberaterin Olga Heinzl
Di	03.12.	14.00 Uhr	Buchlesung—Märchen und

Geschichten aus Erfurt
Autorin Ingrid Annel
Weihnachtsfeier

Di 17.12. 14:00 Uhr

ASB „Im Dichterviertel“
ASB Regionalverband Mittelthüringen e. V.
Geschäftsführer: F. Stübling
Rankestraße 59
99096 Erfurt
Tel. 0361 590 59 135

im Schulungsraum des ASB in Erfurt, Geibelstr. 20 a.

Mi 07.08.2019	14:00 Uhr	Soziales Zentrum des ASB— „Am Dosselberg“ Wir treffen uns am Eingang Ernst-Häckel-Str. 17-18
Mi 21.08.2019	14:00 Uhr	Plauderstündchen

Luther-Eck
Blosenburgerstraße 19
Ansprechpartner: Frau Zapke
99096 Erfurt
Telefon: 0361 60068153

Das Luther-Eck hat wieder wie gewohnt Mittwoch und Donnerstag von 13:30 - 18:00 Uhr geöffnet.

Seniorenbeauftragter der Landeshauptstadt Erfurt
Herr Rolf-Dieter Tröbs
Juri-Gagarin-Ring 60
99084 Erfurt
Telefon: 0361 655-1071
Geschäftsstelle
Telefon: 0361 655-1070
Mail: seniorenbeauftragter@erfurt.de

Sprechstunde:
Jeweils Dienstag und Donnerstag 10:00 bis 12:00 Uhr

Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Erfurt

Vorsitzende : Gudrun Stübling

Juri-Gagarin-Ring 60

99084 Erfurt

Telefon: 0361 655-1072

E-Mail: seniorenbeirat@erfurt.de

Sprechstunde:

jeweils Montag und Donnerstag

10:00 bis 12:00 Uhr

19.08.2019 14:00 Uhr

3. Senioren-Forum 2019, Rathaus, Raum 244

Thema: Pflege

Malteser Hilfsdienst e. V.

Ansprechpartner: Frau Heike Schiwiek

August-Schleicher-Str. 2

99089 Erfurt Telefon: 0361 3404779

Mail: www.malteser.de

Jeden 2. Donnerstag im Monat von 14:30 –17:00 Uhr Café Malta

- für Menschen mit Demenz u. ihre Angehörigen
- individuelle Aktivitäten / Angebote
- mit Voranmeldung

Beratung zum Thema Demenz und Pflege mit Terminabsprache

Wigbertihof - Seniorentreff in katholischer Trägerschaft

Ansprechpartner: Konstanze Wiederhold

Regierungsstraße 74, 99084 Erfurt

Tel. 0361 54 36 44

- Dienstags: 14:00 - 16:00 Uhr, 14-tägig offener Treff „55 plus“
Ehrenamtskolleg, Marienstift
Hopfengasse 8, Erfurt
- Mittwochs: 10:00 - 12:00 Uhr, 14-tägig Tanzen
14:00 - 16:00 Uhr, Themenkaffee
- Donnerstags: 10:00 - 12:00 Uhr, 14-tägig „Fit im Alter“
10:00 - 12:00 Uhr 14-tägig „Offener Treff“

Genauere Angaben entnehmen Sie bitte der Presse.

Evangelische Kaufmannsgemeinde
Seniorenberatung und Seniorenbegegnungsstätte
Ansprechpartner: Frau Henning
Röntgenstraße 28
99085 Erfurt
Tel. 2 62 69 63
Fax 64 43 98 61

Beratung

jeden Mittwoch 9-12 Uhr, zu Leistungen der Krankenkasse, der Pflegeversicherung und des Sozialamtes sowie diversen Hilfen.

Handarbeit

jeden Mittwoch 14-16 Uhr

Strickerinnen sind herzlich willkommen. Wolle ist vorhanden (Restbestände können auch mitgebracht werden).

Seniorenchor

jeden Montag 14-16 Uhr

Themen und Gesprächsnachmittag

Sittänze

jeden letzten Mittwoch im Monat 14-15 Uhr

(Teilnahme nur mit vorheriger telefonischer Anmeldung möglich!)

Lichtbildervorträge

jeden 2. Mittwoch im Monat 14-17 Uhr

Volkssolidarität-Regionalverband Mittelthüringen e. V.
Begegnungs- und Kommunikationszentrum Ringelberg
Leiterin: Frau Meißner
Oskar-Schlemmer-Straße 1
99085 Erfurt

Fr	02.08.	10-14 Uhr	Wochenausklang für Jedermann mit Spiel, Spaß und Unterhaltung!
Mi	07.08.	14:00 Uhr	Sommerfest der OG—084-RB
Fr	09.08.	10-14 Uhr	Wochenausklang für Jedermann mit Spiel, Spaß und Unterhaltung!
Mi	14.08.	15:00 Uhr	„Tanz auf dem Ringelberg“ Es spielt und singt Udo

Kierbach

Bitte nur mit Voranmeldung!

- Fr 16.08. 10-14 Uhr **Wochenausklang** für Jedermann mit Spiel, Spaß und Unterhaltung!
- Mo 19.08. 13:30 Uhr Treffen der „**Fröhlichen Runde**“ und der **Reichsbahngruppe** Geöffnet für alle!
- Fr 23.08. 10-13 Uhr **Wochenausklang** für Jedermann mit Spiel, Spaß und Unterhaltung!
- 13:30 Uhr Vorstand **Landesverband der VS**
- Mo 26.08. 14:00 Uhr **Sommerfest** einer Selbsthilfegruppe
- Mi 28.08. 14:00 Uhr Kaffeenachmittag der OG—42
- Fr 30.08. 10-14 Uhr **Wochenausklang** für Jedermann mit Spiel, Spaß und Unterhaltung!

Änderungen vorbehalten!

AWO Kreisverband Erfurt e. V.
Begegnungsstätte „Heckenrose“
Leiterin: Kati Langenberger
Heckenrosenweg 2
99097 Erfurt
Telefon: 0361 213000400

- Mo 05.08. 15:30-17:30 Uhr Singen mit Kaffee und Kuchen (4 €)
Voranmeldung erforderlich!
- Di 06.08. 15:00-17:00 Uhr Spielenachmittag
- Mi 07.08. 10:00-12:00 Uhr Kreativangebot
17:30-19:30 Uhr Line-Dance
- Fr 09.08. 9:30-11:30 Uhr Computerstammtisch
- Di 13.08. 09:00-10:00 Uhr Gymnastik (6 €)
10:15-11:00 Uhr Hockergymnastik (5,50 €)
14:30-16:00 Uhr Kaffeekränzchen mit Vortrag u. a. zum Thema „Betrugsversuche, z. B. Enkeltrick“
- Mi 14.08. 10:00-12:00 Uhr Kreativangebot
17:30-19:30 Uhr Line-Dance
- Mo 19.08. 15:30-17:30 Uhr Singen mit Kaffee und Kuchen (4 €)
Voranmeldung erforderlich!
- Di 20.08. 09:00-10:00 Uhr Gymnastik (6 €)
10:15-11:00 Uhr Hockergymnastik (5,50 €)
15:00-17:00 Uhr Spielenachmittag
- Mi 21.08. 10:00-12:00 Uhr Kreativangebot
17:30-19:30 Uhr Line Dance
- Fr 23.08. 09:30-11:30 Uhr Computerstammtisch

Mo	26.08.	10:30-11:30 Uhr	Gedächtnistraining
Di	27.08.	09:00-10:00 Uhr	Gymnastik (6 €)
		10:15-11:00 Uhr	Hockergymnastik (5,50 €)
		14:30-16:00 Uhr	Kaffeekränzchen
Mi	28.08.	10:00-12:00 Uhr	Kreativangebot
		17:30-19:30 Uhr	Line Dance
Do	29.08.	17:00-18:00 Uhr	Buchlesung

„Quartier-Aktiv-Treff“ für Senioren

Serviceleiter: Herr David Henkel

Am Katzenberg 1

99097 Erfurt

Tel.: 0361/43 02 19 73

Für den Monat August wurden uns keine Veranstaltungen gemeldet.

Das aktuelle Wochenprogramm finden Sie auch auf der Webseite:

<https://www.pflege-moeller.de/service-wohnen>.

Diakonie - Quartiershaus am Ringelberg

Begegnungsstätte

Quartiersmanagerin: Christina Fette

Walter-Gropius-Straße 45

99085 Erfurt

Tel.: 0361/554585150

E-Mail: c.fette@diakonie-wl.de

montags	10:00-10:45 Uhr	Andacht
dienstags	15:00-18:00 Uhr	Sprechzeit Quartiermanagement (entfällt in den Sommerferien)
mittwochs	10:00-11:30 Uhr	Krabbelkreis (entfällt in den Sommerferien)
donnerstags	10:00-10:45 Uhr	Seniorengymnastik (entfällt in den Sommerferien)
	17:00-17:30 Uhr	Qi Gong für Anfänger (entfällt am 01.08.)
	17:40-18:30 Uhr	Qi Gong Basiskurs (entfällt am 01.08.)
	19:00-20:00 Uhr	Fitnessgymnastik

freitags	10:00-11:00 Uhr	(entfällt in den Sommerferien) Gedächtnistraining/Bingo
	14:00-15:30 Uhr	Fit 50+
	17:30-19:00 Uhr	(entfällt in den Sommerferien) Kindertanzgruppe „Phönix“ ab Klasse 3 (nicht in den Sommerferien)

außerdem:

05.08.19	19:30-21:00 Uhr	Beiratstreffen
21.08.19	19:30-21:00 Uhr	Ringelbergkreis der ev. Kaufmannsgemeinde (Interessierte herzlich willkommen)
27.08.19.	16:00-19:00 Uhr	Repariertreffen (Wir reparieren eure kaputten Toaster, Textilien,...)
28.08.19	19:00-21:00 Uhr	Offener Spieletreff (Schach, Rommé, diverse Brettspiele)

Das Quartiersbüro ist vom 08.07.-16.08.2019 in den Sommerferien.

**Amt für Bildung
Volkshochschule
Schottenstraße 7
99084 Erfurt (Telefon: 0361 655-2962)**

Romane schreiben, Part 3

Kursnr.: Q10785

Beginn: Mi, ab 21.08.2019, 18:40 - 21:00 Uhr, 6 Veranstaltungen

Gebühr: 72,00 EUR, erm. 57,60 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referentin: Julia Kulewatz

"Fundstücke"

Sie gestalten aus Ihren mitgebrachten Urlaubsschätzen einen individuellen Raumschmuck.

Kursnr.: Q21222

Beginn: Mittwoch, 21.08.2019, 18:30 - 20:45 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR, erm. 9,60 EUR

Gerne können Sie mitbringen: Holzfische, Sardinenbüchse, Muscheln, Algen, Sand, Schwemholz, Akkubohrer, Draht, Perlen und ein Gefäß sowie Steckmasse

Nebenkosten: 12 EUR

Kursort: Deutschen Gartenbaumuseum e. V.

Referentin: Silke Buchmann

Für alles ist ein Kraut gewachsen - Kräutermedizin selbst herstellen

Kursnr.: Q34306

Beginn: Freitag, 23.08.2019, 14:30 - 19:45 Uhr

Gebühr: 28,00 EUR, erm. 22,40 EUR, zzgl. 15,00 EUR Nebenkosten (bar im Kurs zu entrichten)

Kursort: Waldgarten Seeberg (Gotha-Siebleben)

Referentin: Ilka Bergner

Obstbaumschnitt - Sommerschnitt

Kursnr.: Q11512

Beginn: Sa, 24.08.2019, 09:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 35,00 EUR wird durch die Erfurter Fuchsfarm e. V. erhoben
Erfurter Fuchsfarm e. V.

Tischlerwerkstatt

Kursnr.: Q20612

Beginn: Montag, ab 26.08.2019, 17:30 - 19:45 Uhr, 7 Wochen

Gebühr: 134,40 EUR, erm. 107,50 EUR, Atelier unARTigie Ariane Mees, Nordhäuser Str. 23

Referentin: Ariane Mees

Kreatives Schreiben: "Briefe großer Frauen und Männer"

Der Kurs thematisiert berühmte und geheime Briefe verschiedenster couleur, beleuchtet Schreibstil, historische und persönliche Hintergründe und nicht zuletzt Handschriften und auch, warum das Briefe-Schreiben selbst im Zeitalter der digitalen Medien wieder ein aktuelles Thema ist. Eigene "Brief-Schätze" dürfen natürlich ebenfalls vorgestellt und besprochen werden. Ziel des Kurses ist es, einen "literarischen" Brief zu verfassen und diesen (vielleicht sogar durch eine Flaschenpost) in die Welt zu entlassen.

Kursnr.: Q10780

Beginn: Dienstag, 20.08. bis 02.10.2019, jeweils 18:40 bis 21:00 Uhr

Gebühr: 96,00 EUR, ermäßigt: 76,80 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Julia Kulewatz

Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel

Kursnr.: Q57303

Beginn: Montag, ab 26.08.2019, 17:00 - 20:15 Uhr, 8 Wochen

Gebühr: 128,00 EUR, erm. 102,40 EUR, Volkshochschule, 2. Etage, Raum 28

Holzbildhauerei

Kursnr.: Q20622

Beginn: Donnerstag, ab 29.08.2019, 17:30 - 19:00 Uhr, 10 Wochen

Gebühr: 106,60 EUR, erm. 85,40 EUR, Lernmittelgebühr: 20,00 EUR

Kursort: Atelier unARTigie Ariane Mees, Nordhäuser Str. 23

Referentin: Melanie Fieger

Qualifizierung zum Thüringenführer / Stadt Erfurt

Neben historischem, architektonischem und geographischem Sach- und Fachwissen über Erfurt werden spezielle Techniken vermittelt, anhand derer die Führung und Betreuung von Gruppen und die Kommunikation mit Gästen zum Erfolg wird. Die Fortbildung entspricht mit 160 Unterrichtseinheiten á 45 Minuten einer Basisqualifizierung, die zum Erreichen des europäischen Qualifikationsniveaus für Fremdenführer notwendig sind.

Zum Abschluss wird eine Kombinationsprüfung mit einem schriftlichen und einem mündlich/praktischen Teil durchgeführt. Bereits vorhandene Qualifikationen können ggf. anerkannt werden. Dieses Angebot ist bei Vorliegen der persönlichen Voraussetzungen durch die Bildungsprämie förderfähig.

Kursnr.: Q10101

Beginn: immer dienstags, 24.09.2019 bis 26.05.2020, jeweils 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: 640,00 EUR, erm. 512,00 EUR (Prüfungsgebühr 70,00 EUR, Lernmittelgebühr 12,00 EUR)

Weitere Informationen unter: politik.volkshochschule@erfurt.de

Eine vorherige Anmeldung an volkshochschule@erfurt.de oder vor Ort in Ihrer Volkshochschule, Schottenstraße 7, ist dringend erforderlich.

Das Angebot der Avenida-Therme Hohenfelden für aktive Senioren

Jeden Montag: Sonniges 50plus-Aktiv

Jeden Montag haben wir für alle Gäste ab 50 Jahren ein sonniges Angebot:

- 4 Stunden Aufenthalt im Freizeit- und Familienbad
- 1 Freigetränk (1 Tasse Kaffee, Tee oder Mineralwasser 0,3l)
- Schnupperkurs Wassergymnastik (ca. 11:30 Uhr und 13:30 Uhr, nicht an Feiertagen und in den Thüringer Schulferien)
- Gemütliche Ruhezone zum Relaxen
- Sprudelliegen und Massagedüsen

zum Sonderpreis von 9,50 € pro Person.

Bitte beachten Sie die Öffnungszeiten unseres Rutschenturmes.

Die Nutzung der Saunenwelt ist gegen einen Aufpreis von 8,00 € pro Person möglich.

Öffnungszeiten:

Täglich von 10:00-23:00 Uhr. Jeden Mittwoch und Donnerstag ab 20:00 Uhr:

Textilfreies Baden im Freizeit- und Familienbad. Das textilfreie Baden findet nicht an Feiertagen und in den Thüringer Schulferien statt.

Anreise:

Bus: EVAG-Buslinie 155 (aus Erfurt), Bushaltestelle Hohenfelden-Therme vor der Avenida-Therme (ca. 50m)

PKW: Erfurt in Richtung Kranichfeld/ Stausee Hohenfelden. Parkplatz gegen Gebühr, die Ihnen mit dem Kauf des Eintrittstickets in die Avenida-Therme vollständig erstattet werden.

Kontakt:

Avenida-Therme Hohenfelden

Am Stausee 1

99448 Hohenfelden

Tel.: 036450/449 0

info@avenida-therme.de

www.avenida-therme.de

Impressum



Herausgeber

Landeshauptstadt Erfurt
Stadtverwaltung

Redaktion

Amt für Soziales und Gesundheit
Juri-Gagarin-Ring 150
99084 Erfurt

Telefon 0361 655-6301

Fax 0361 655-6309

Internet www.erfurt.de/soziales