

# Seniorenkalender

Veranstaltungen

Oktober 2025

**Erfurt**



LANDESHAUPTSTADT  
THÜRINGEN  
**Stadtverwaltung**

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

## Kontakte auf einem Blick

Stadtverwaltung Erfurt Übersicht Seniorenklubs	ab Seite 4
Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub Daberstedt	ab Seite 6
Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub Roter Berg „Treff der Generationen“	ab Seite 8
Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub Berliner Straße	ab Seite 10
Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub Altstadt	ab Seite 12
AGATHE in Erfurt-Älter werden in Gemeinschaft- AGATHE-Berater/innen in den Stadtteilen/Ortsteilen	ab Seite 14
Schutzbund der Senioren und Vorruehändler Thüringen e.V. Juri-Gagarin-Ring 64	ab Seite 18
„Treff im DIZ“ Begegnungsstätte Friedrich-Engels-Straße 49	ab Seite 24
Dienstleistungszentrum DiZ Roter Berg, Alfred-Delp-Ring 24	ab Seite 25
Begegnungscafé - Jesus-Projekt Erfurt e.V. Alfred-Delp-Ring 78	ab Seite 26
ASB-Begegnungsstätte „Im Dichterviertel“ Rankestraße 59	ab Seite 27
Seniorenbeauftragter der Landeshauptstadt Erfurt Juri-Gagarin-Ring 60	ab Seite 27
Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Erfurt Juri-Gagarin-Ring 60	ab Seite 27

Volkssolidarität-Regionalverbund Mittelthüringen e.V. Oskar-Schlemmer-Straße 1	ab Seite 28
Bürgerhaus „Unter den Kastanien“ Röntgenstraße 28	ab Seite 29
Diakonie-Quartiershaus am Ringelberg Walter-Gropius-Straße 45	ab Seite 30
Stadtverwaltung Erfurt, Amt für Bildung, Volkshochschule Schottenstraße 7	ab Seite 31
Theater Erfurt Theaterplatz 1	ab Seite 38
Stadt- und Regionalbibliotheken	ab Seite 38
Häusliche Kranken – u. Altenpflege & Aktiv Treff für Senioren Schmid Möller Am Katzenberg 1	ab Seite 39
Kulturhaus Dacheröden Anger 37	ab Seite 40
Kaufmänner Gesellschaft e.V. Schottenstraße 26	Ab Seite 43
FrauenZentrum Erfurt Pergamentergasse 36	ab Seite 44
Stadtverwaltung Erfurt Gesundheitsamt; Bewegungsbegleiter	ab Seite 46
Avenida-Therme Hohenfelden Am Stausee 1	ab Seite 47

# Städtische Seniorenklubs der Landeshauptstadt Erfurt

**Seniorenklub Daberstedt**  
Hans-Grundig-Straße 25

**Seniorenklub Roter Berg „Treff der Generationen“**  
Jakob-Kaiser-Ring 56a

**Seniorenklub Berliner Platz**  
Berliner Straße 26

**Seniorenklub Altstadt**  
Weitergasse 25

## Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag 10:00 Uhr - 16:00 Uhr

Freitag 09:00 Uhr - 13:00 Uhr

## Schließzeiten:

Alle Seniorenklubs: 03.10.2025  
31.10.2025

Alle Seniorenklubs  
außer SK Daberstedt: 01.10.2025

Seniorenklub Berliner Straße: 02.10.2025  
Seniorenklub Roter Berg: 02.10.2025 ab 12:00 Uhr  
Seniorenklub Weitergasse: 02.10.2025 ab 12:00 Uhr

## **Erstberatung in sozialen Angelegenheiten, die Seniorinnen und Senioren betreffen**

Auf Wunsch beraten wir Sie zu Ihrer persönlichen Lebenssituation, ganz individuell, vertraulich und kostenfrei.

Wir geben Ihnen Informationen u.a. zu Freizeitangeboten, Beratungsstellen oder vermitteln an weiterführende Stellen.

Wir unterstützen Sie bei behördlichen Schreiben, Antragstellungen und begleiten Sie ggf. zu Institutionen.

Das Gespräch kann telefonisch, bei uns vor Ort in einer angenehmen Umgebung oder bei Ihnen zu Hause stattfinden.

## **Als Ort der Begegnung und Gemeinschaft finden Sie bei uns vielfältige Angebote:**

- Gesprächs-, Kaffee- und Spielrunden
- Kreatives Gestalten
- Bildungsveranstaltungen, Sprachangebote
- Sport- und Bewegungsangebote
- Bücher- und Lesekreis
- Gedächtnistraining
- Angeleitete Wanderung
- Tanzveranstaltungen
- Sport- und Bewegungsangebote
- Beratung und Schulung zu Smartphone und Tablet
- Englischkurse
- .....

---

**Stadtverwaltung Erfurt  
Seniorenklub Daberstedt**

**Straße:** Hans-Grundig-Straße 25, 99099 Erfurt  
**Klubleitung:** Herr Löffler **Tel.:** 0361 345 96 56  
**Sozialarbeiter:** Frau Gödicke **Tel.:** 0361 262 88 497  
**Mitarbeiter:** Herr Graeser **Tel.:** 0361 345 96 56  
**E-Mail:** seniorenklub.hans-grundig-strasse@erfurt.de  
**Erreichbarkeit:** Stadtbus Linie 9 - Haltestelle: Geraer Straße oder  
Jenaer Straße  
**Öffnungszeiten:** **Montag – Donnerstag** 10:00 – 16:00 Uhr  
**Freitag** 09:00 – 13:00 Uhr

---

**Wöchentliche Angebote:**

<b>Montag</b>	10:00 - 12:00 Uhr	Malen 1 - Aquarelle
	09:30 - 10:50 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs I
	11:15 - 12:35 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs II
	12:30 - 16:00 Uhr	Spiel- und Gesprächsrunde
	14:00 - 16:00 Uhr	Handarbeiten
	13:00 - 14:20 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs III
	15:00 - 16:30 Uhr	Englisch - für Reisende
<b>Dienstag</b>	10:00 - 11:30 Uhr	Englisch - Gespräche führen
	12:30 - 14:00 Uhr	Singen mit Herrn Lehmann
	14:00 - 15:30 Uhr	Gedächtnistraining
<b>Mittwoch</b>	10:00 - 12:00 Uhr	Malen 2 - freies Malen
	10:00 - 11:45 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs III
	13:00 - 16:00 Uhr	Skatfreunde
	14:30 - 18:00 Uhr	Rommé-Skat-Runde der Gehörlosen
<b>Donnerstag</b>	11:00 - 13:00 Uhr	Qi Gong mit Frau Koch
	14:00 - 16:00 Uhr	Malen 3 - freies Malen
<b>Freitag</b>	09:50 - 11:15 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs I
	11:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechzeit Um Voranmeldung wird gebeten!
	11:30 - 12:45 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs II

## Weitere Angebote:

### **Montag**

06.10.	10:00 -12:00 Uhr	Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik
13.10.	10:00 -12:00 Uhr	Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik

### **Mittwoch**

08.10.	13:00 – 16:00 Uhr	Seniorengruppe der Gehörlosen
22.10.	13:00 – 16:00 Uhr	Seniorengruppe der Gehörlosen

### **Donnerstag**

02.10.	10:00 -12:00 Uhr	Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik
02.10.	14:00 - 17:00 Uhr	Bücher – und Lesekreis
09.10.	10:00 -12:00 Uhr	Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik

---

## Stadtverwaltung Erfurt

### Seniorenklub Roter Berg „Treff der Generationen“

Straße:	Jakob-Kaiser-Ring 56 a, 99087 Erfurt	
Klubleitung:	Herr Quitter-Susdorf	Tel.: 0361 655-6388
Sozialarbeiter:	Herr Tange	Tel.: 0361 655-6388
Mitarbeiter:	Frau Hünninger	Tel.:
E-Mail:	seniorenklub.jacob-kaiser-ring@erfurt.de	
Erreichbarkeit:	Straßenbahnlinie 5, Haltestellen Roter Berg oder Zoopark	
Öffnungszeiten:	Montag – Donnerstag	10:00 – 16:00 Uhr
	Freitag	09:00 – 13:00 Uhr

---

### Wöchentliche Angebote:

#### Montag

10:00 Uhr Selbsthilfe Sport

13:30 Uhr Treff der Schachfreunde

#### Dienstag (alle 14 Tage)

10:00 Uhr Hockergymnastik

#### Mittwoch (außer 01.10.)

10:00 Uhr Sport mit Danka

14:30 Uhr Selbsthilfe Sport mit Fr. Schmidt

#### Donnerstag

10:00 Uhr NEU! Handarbeitstreff

13:30 Uhr Treff der Schachfreunde (außer 02.10.)

14:00 Uhr „Treffen ohne Grund“  
mit Kaffee und Spielen (außer 02.10.)

#### Freitag (außer 03. und 31.10.)

10:00 Uhr Tischtennis

## Weitere Angebote:

### **Dienstag**

- 07.10. 14:30 Uhr Dia-Vortrag mit Herrn Krause  
„Die Peenewiesen von Pützkw“
- 14.10. 14:30 Uhr Wohnzimmerkonzert mit dem  
Mundharmonikaduo „Klangspiel“ und  
„Herbstlichen Impressionen“
- 21.10. 14:30 Uhr Frau Hesse von der „Agentur für Haushaltshilfe“ stellt sich und mögliche Leistungen vor
- 28.10. 14:30 Uhr Das Klubteam lädt ein: Wir kochen und verkosten eine herbstliche Suppe  
(Vorschläge willkommen!)

### **Mittwoch**

- 15.10. 14:30 Uhr Treff der Volkssolidarität OG Roter Berg

### **Donnerstag**

16. und 30.10. ab 08:00 Uhr Massage (Bitte anmelden!)

### **Freitag**

17. und 24.10. ab 08:00 Uhr Fußpflege (mit Anmeldung)

## Tägliche Angebote:

nach Vereinbarung: **Sozialberatung und Hausbesuche** sowie **Beratung zu Smartphone/Tablet** (kostenfrei)

kleine, preiswerte **Getränke- und Imbissstheke**

**„Garten der Generationen“**

Für Besucher: begehbar zu den Öffnungszeiten

Für Nutzer: fachliche Ansprechpartnerin ist Frau Rüger,  
Montag - Freitag 08:00 - 12:00 Uhr

**aktuelles Amtsblatt kostenfrei zum Mitnehmen**

**„Thüringer Allgemeine“ kostenfrei zum Hierlesen** als Papiaerausgabe  
und als E-Paper am Computer

**Am 1. Oktober, am Tag der Deutschen Einheit und am Reformationstag ist geschlossen.**

**Am 2. Oktober ist ab 12:00 Uhr geschlossen.**

---

## Stadtverwaltung Erfurt

### Seniorenklub Berliner Platz

<b>Straße:</b>	Berliner Straße 26, 99091 Erfurt	
<b>Klubleitung:</b>	Frau Peter-von Renteln	Tel.: 0361 655 4145
<b>Sozialarbeiter:</b>	Frau Ullmann	Tel.: 0361 655 4146
<b>Mitarbeiter:</b>		Tel.:
<b>E-Mail:</b>	seniorenklub.berliner-strasse@erfurt.de	
<b>Erreichbarkeit:</b>	Straßenbahnlinien 1 und 6; Haltestellen Berliner Straße & Vilniuser Straße	
<b>Öffnungszeiten:</b>	<b>Montag – Donnerstag</b>	<b>10:00 – 16:00 Uhr</b>
	<b>Freitag</b>	<b>09:00 – 13:00 Uhr</b>

---

### Wöchentliche Angebote:

<b>Montag</b>	10:00 – 11:30 Uhr	Sport mit Bruni
	10:00 – 11:30 Uhr	Englisch für Senioren
	10:00 - 12:00 Uhr	Doppelkopf-Runde
	14:00 – 16:00 Uhr	Rommé-Runde
<b>Dienstag</b>	09:30 – 12:00 Uhr	Orchesterprobe des Seniorenensemble
<b>Mittwoch</b>	10:30 - 11:30 Uhr	Sitzgymnastik mit Danka
	14:00 – 16:00 Uhr	Zeit für Brett- und Kartenspiel
<b>Freitag</b>	09:00 – 12:00 Uhr	Orchesterprobe des Seniorenensemble

Sozialberatung und Hausbesuche nach vorheriger Rücksprache. (Bitte melden Sie sich im Vorfeld telefonisch an und vereinbaren Sie einen Termin.

Ein Leseexemplar der Thüringer Allgemeinen liegt täglich im Klub für Sie bereit. Das Amtsblatt liegt zum Mitnehmen für Sie aus.

### Schließhinweis:

Der Klub ist an folgenden Tagen geschlossen:

Mittwoch, den 01.10.; Donnerstag, den 02.10.; Freitag, den 03.10. sowie 31.10.2025

## Weitere Angebote:

### **Montag**

06.10.	13:30 Uhr	Es trifft sich unsere Handarbeitsgruppe
13.10.	13:30 Uhr	Es trifft sich der VdK
20.10.	13:30 Uhr	Es trifft sich unsere Handarbeitsgruppe

### **Dienstag**

07.10.	14:30 Uhr	Konzert mit dem Duo Klangspiel - Herbstliche Impressionen auf der Mundharmonika Ab 14:00 Uhr Kaffeetrinken, Kuchenwünsche bitte vorher anmelden. Eintritt 3,- €
14.10.	14:30 Uhr	„Samowar mit Gänsehaut“ - unsere literarische Krimirunde
21.10.	14:00 Uhr	BINGO-Spass am Nachmittag
28.10.		Ausflug zum Waldkasino mit Mittagessen. Nur mit Anmeldung. Weitere Informationen erhalten Sie im Klub.

### **Mittwoch**

08.10.	10:00 Uhr	Handykurs mit Willi - Gruppe 1
15.10.	10:00 Uhr	Die fröhlichen Noten - Es trifft sich unser Singekreis
22.10.	10:00 Uhr	Handykurs mit Willi - Gruppe 2
29.10.	10:00 Uhr	Die fröhlichen Noten - Es trifft sich unser Singekreis

### **Donnerstag**

09.10.	14:00 Uhr	Kaffeeklatsch am Nachmittag
16.10.	14:00 Uhr	Kaffeeklatsch am Nachmittag
23.10.	14:00 Uhr	Kaffeeklatsch am Nachmittag
30.10.	14:00 Uhr	Kaffeeklatsch am Nachmittag

Kuchenwünsche bitte mindestens einen Tag vorher anmelden.

---

## Stadtverwaltung Erfurt

### Seniorenklub Altstadt

Straße: Weiergasse 25, 99084 Erfurt  
Klubleitung: Frau Kuhles Tel.: 0361 5626789  
Sozialarbeiter: Frau Rossel Tel.: 0361 26209880  
Mitarbeiter: Frau Yufa Tel.:  
E-Mail: seniorenklub.weiergasse@erfurt.de  
Erreichbarkeit: Straßenbahn Linie 4, Haltestelle Angerbrunnen oder  
Linien 1,2,3,4,5,6 Haltestelle Anger  
Öffnungszeiten: Montag – Donnerstag 10:00 – 16:00 Uhr  
Freitag 09:00 – 13:00 Uhr

---

### Wöchentliche Angebote:

<b>Montag</b>	09:00 - 10:00 Uhr	<b>Sport</b> „Mobilisationstraining“ (ab 15.09.2025)
	10:30 - 12:00 Uhr	<b>Englisch 1</b> (Fortgeschrittene 3)
<b>Dienstag</b>	09:00 - 12:00 Uhr	<b>Treff</b> der ehemaligen Optima-MA
	13:30 - 15:30 Uhr	<b>Stricken für die Seele</b> - jeder kann Dazukommen
<b>Mittwoch</b>	10:00 - 11:00 Uhr	<b>Sport</b> „Brust raus, Bauch rein“
	13:00 - 13:45 Uhr	<b>Englisch 2</b> (Anfänger)
	14:00 - 15:30 Uhr	<b>Englisch 3</b> (Fortgeschrittene 1)
	13:00 - 15:30 Uhr	<b>Spielenachmittag</b> (offener Treff, alle sind herzlich eingeladen)
<b>Donnerstag</b>		
02.10.	kein Tanz	
09.10.	14:00 - 17:00 Uhr	<b>Tanz</b> mit Musiker Rumen (Oktoberfest)
16.10.	14:00 - 17:00 Uhr	<b>Tanz</b> mit DJ Thomas
23.10.	14:00 - 17:00 Uhr	<b>Tanz</b> mit Musiker Vladi
30.10.	kein Tanz	

**Eintritt (3,00 €) nur mit Eintrittskarte oder an der Tageskasse!**

**Freitag** finden Einzelbesuche und Beratungsgespräche nach vorheriger Rücksprache statt (Bitte melden Sie sich im Vorfeld telefonisch an und vereinbaren Sie einen Termin mit uns).

## Weitere Angebote:

### **Montag**

06.10. 14:30 - 15:30 Uhr **offene Gesprächsrunde „Mach mit - gestalte deinen Seniorenklub“** Beteiligungs möglichkeit für interessierte Senioren des Klubs

### **Dienstag**

07.10. 10:00 Uhr **Museumsbesuch.** Bei Interesse können Sie sich gerne bei uns melden.  
Treff: 10:00 Uhr am Klub

07.10. 14:00 - 15:30 Uhr **Deutsch - ukrainisches Seniorentreffen,**  
Thema: Oktoberfest.  
Wir bitten um Voranmeldung!

14.10. 14:00 - 15:30 Uhr **Kaffeeklatsch** - jeder kann dazu kommen,  
(bei Kuchenwünschen bitten wir um telefonische Voranmeldung!)

21.10. 14:00 - 15:00 Uhr **Kräuterwissen** mit Ernährungsberaterin  
Frau Schütz, Thema: **Kräutertees**  
Kosten: 3,00 € zzgl. Material

28.10. 10:00 Uhr **Wandertag.** Bitte melden Sie sich bei uns bei Interesse. Abo-/Fahrkarte mitbringen.  
Treff: 10:00 Uhr am Klub

28.10 14.00 - 15:30 Uhr **Musikalischer Nachmittag mit Ulli.** Wir bitten um Voranmeldung. Eintritt:3,00 €

### **Neu:**

Ab sofort liegt die „**Thüringer Allgemeine**“ **kostenfrei zum Hierlesen** als Papierausgabe in unserer Lesecke aus,  
ebenfalls gibt es im Informationsstander **das aktuelle Amtsblatt kostenfrei zum Mitnehmen**

### **Schließzeiten:**

Aus betrieblichen Gründen ist der Seniorenklub am Mittwoch, den 01.10. den ganzen Tag und Donnerstag, den 02.10. ab 12:00 Uhr geschlossen.  
Feiertage: 03.10. (Tag der deutschen Einheit) und 31.10. (Reformationstag):  
der Seniorenklub bleibt den ganzen Tag geschlossen.

**AGATHE in Erfurt - Älter werden in der Gemeinschaft**  
**- Thüringer Initiative gegen Einsamkeit -**  
Gefördert aus Mitteln des Freistaates Thüringen

In den Stadtteilen Moskauer Platz, Johannesplatz, Erfurt Südost und den ländlichen Ortsteilen unterstützen die Beraterinnen des Mitmenschen e. V. und des Jesus-Projekts Erfurt e. V. die Erfurter Senioren. Das Amt für Soziales koordiniert das Programm.

Sie sind mindestens 63 Jahre alt, leben allein und wünschen sich mehr soziale Kontakte oder Unterstützung? Die AGATHE-Fachkräfte haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen. Sie informieren Sie gerne über Hilfen und Angebote. Die Beratung ist kostenfrei und kann telefonisch, in den Beratungsstellen oder auf Wunsch gerne bei Ihnen zu Hause erfolgen. Haben Sie Fragen zum Programm oder Interesse an einer Beratung? Dann melden Sie sich gerne bei:

---

**Herrenberg, Wiesenhügel und Melchendorf**

Frau Kropp, Telefon: 0176 48 99 22 43

E-Mail-Adresse: [agathe.suedost@jesus-projekt-erfurt.de](mailto:agathe.suedost@jesus-projekt-erfurt.de)

**Sprechzeiten:**

Montag: 10:00-12:00 Uhr im Stadtteilzentrum Herrenberg, Stielerstraße 3

Donnerstag: 14:00-16:00 Uhr im Family Club, Ernst-Haeckel-Straße 17/18

---

**Herrenberg, Sulzer Siedlung/ Hohenwinden**

Frau Silke Wardius, Telefon: 0155 63710798

E-Mail-Adresse: [s.wardius@jesus-projekt-erfurt.de](mailto:s.wardius@jesus-projekt-erfurt.de)

---

**Ländliche Ortsteile der Stadt Erfurt**

Frau Ruth von Kymmel, Telefon: 0176 48 99 22 42

E-Mail-Adresse: [agathe.ortsteile@jesus-projekt-erfurt.de](mailto:agathe.ortsteile@jesus-projekt-erfurt.de)

**Sprechzeiten:**

Jeden Dienstag: 10:00-12:00 Uhr im Begegnungscafé Alfred-Delp-Ring 78,

**Roter Berg**

14-tägig mittwochs (ungerade Kalenderwochen):

09:30-11:30 Uhr im Bürgerhaus, Lindenplatz 6, **Bischleben**

14-tägig mittwochs (gerade Kalenderwochen):

09:00-11:00 Uhr im Martin-Niemöller-Haus, Zittauer Straße, **Gispersleben**

**Beratungs-Café Gottstedt**, 14:00-16:00 Uhr, Bürgerhaus, Kleine Dorfstr. 13

Termine:

**2. Oktober** Einbruchschutz und Betrugsmaschen: Ein Vortrag zu Seniorensicherheit mit Herrn Schubert und Herrn Selke (aus der polizeilichen Beratungsstelle) inkl. Beratung, Sicherheitsberater für Senioren, Kriminalpräventiver Rat Erfurt

**6. November** Erzähl-Café mit Kreativangebot: Jahreskalender gestalten für 2026

Das Material wird gestellt. Eigene Fotos können gerne mitgebracht werden.

Mit Ruth von Kymmel, AGATHE-Beratungsfachkraft

**4. Dezember** Medien-Café: Fragen zu Smartphone/Handy, Tablet & Co.? In geselliger Runde unterstützen wir Sie bei der sicheren Nutzung Ihrer digitalen Medien. Eine kleine Einführung in die digitale Welt. Mit Medienmentorin Ruth von Kymmel

---

## **Johannesplatz**

Frau Henckell, Tel.: 0176/34506041

E-Mail-Adresse: [agathe.johannesplatz@mmev.de](mailto:agathe.johannesplatz@mmev.de)

## **Sprechzeiten**

Dienstag: 9:00 – 11:00 Uhr, Eislebener Straße 3, Gemeinschaftsraum  
weitere Zeiten nach Absprache, auch individuelle Beratungsspaziergänge

## **Veranstaltungen:**

### **Seniorenkaffeerunde am Johannesplatz**

14tägig dienstags 14.30 Uhr – Termine und nähere Informationen unter 0176/34506041

Ort: Gemeinschaftsraum, Eislebener Straße 3, Erfurt

### **Erzählcafe**

am: 25.09.2025 von 11.00 – 12.00 Uhr

Ort: Bibliothek Johannesplatz in der IGS/Wendenstraße 23

Märchen von Pflanzen und Kräutern: „Vom Schachtelhalmchen“

### **Fit im Alter**

am: 18.9.2025 Donnerstag, von 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Eislebener Straße 3, Gemeinschaftsraum

## **Johannesplatz**

Frau Henckell, Tel.: 0176/34506041

E-Mail-Adresse: agathe.johannesplatz@mmev.de

## **Sprechzeiten**

Dienstag: 9:00 – 11:00 Uhr, Eislebener Straße 3, Gemeinschaftsraum  
weitere Zeiten nach Absprache, auch individuelle Beratungsspaziergänge

## **Veranstaltungen:**

### **Seniorenkaffeerunde am Johannesplatz**

14-tägig dienstags 14.30 Uhr – Termine und nähere Informationen unter  
0176/34506041

Ort: Gemeinschaftsraum, Eislebener Straße 3, Erfurt

### **Erzählcafe**

am: 16.10.2025 von 11.00 – 12.00 Uhr

Ort: Bibliothek Johannesplatz in der IGS/Wendenstraße 23

Märchen von der Arbeit: „Wie der Wolf und der Fuchs ein Waldstück roden wollten“

### **Fit im Alter mit Christine**

am: 2.10.2025 Donnerstag, von 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Eislebener Straße 3, Gemeinschaftsraum

### **Fit im Alter mit Christine**

am: 16.10.2025 Donnerstag, von 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Eislebener Straße 3, Gemeinschaftsraum

### **Fit im Alter mit Christine**

am: 30.10.2025 Donnerstag, von 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Eislebener Straße 3, Gemeinschaftsraum

### **Spaziergang rund um den Johannesplatz**

am: 8.10.2025 um 13.30 Uhr

Ort: Treffen vor Eislebener Straße 3 (Dauer ca. 1-1,5 Stunden), ohne Anmeldung

und am: 22.10.2025 um 13.30 Uhr

Ort: Treffen vor Eislebener Straße 3 (Dauer ca. 1-1,5 Stunden), ohne Anmeldung

## **Moskauer Platz**

Frau Bender, Tel.: 0176/34505645

Email: agathe.moskauerplatz@mmev.de

## **Sprechzeiten:**

Mittwoch: 9.30 – 11.30 Uhr, Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114

## **Veranstaltungen:**

### **Spaziergang durch die Gera-Aue**

am: 10.10.2025 um 12.30 Uhr

Ort: am Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114, (Dauer ca. 1 Stunde),  
ohne Anmeldung

### **Mittagstisch mit Austausch**

Jeden Dienstag 12 Uhr

Anmeldung erforderlich unter 0176-34505645

### **Seniorentanzkurs für Ältere und Junggebliebene**

Am: 7.10.2025 14.30 Uhr – 16.30 Uhr

Wo: Saal des Mehrgenerationenhauses, Moskauer Straße 114

Anmeldung erforderlich unter 0176-34505645

---

Schutzbund der Senioren und Vorruehstandler Thüringen e.V.  
Kompetenz-und Beratungszentrum  
Juri-Gagarin-Ring 64, 99084 Erfurt

Ansprechpartnerinnen: Frau Jutta Gerhardt (Vorsitzende)  
Frau Anke Penner

E-Mail: info@senioren-schutzbund.org

Internet: www@senioren-schutzbund.org

Telefon: 0361 2 62 07 35 oder 0361 78 92 99 05

Fax: 0361 78 92 99 00

---

## Sprach-Kurse

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

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

### **Englisch**

Montag (Anfängerkurs)	08:45 – 09:45 Uhr	mit Herrn Wettstein
Montag	10:00 – 11:30 Uhr	mit Herrn Wettstein
Montag	12:00 – 13:30 Uhr	(Fortgeschrittenkurs)
Montag	14:30 – 16:00 Uhr	mit Frau Elchanova (Konversation)
Mittwoch	10:30 – 12:00 Uhr	mit Herrn Korda (Konversation)

### **Spanisch**

Montag	11:00 – 12:30 Uhr	mit Frau Klingebeil
--------	-------------------	---------------------

## Tablet/Smartphone

Für die Teilnahme an Einzelsprechstunden rund um das Smartphone mel-  
den Sie sich bitte an bei

Fr. Müller, Tel.: 0361 2620775 oder 0361 2620735.

## Sportangebote

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

**Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620735 im Sekretariat oder 0361-2620775 bei Frau Müller**

Montag	09:30 – 10:30 Uhr	Beckenbodengymnastik Frau Lorenz
Montag	11:00 – 12:00 Uhr	Osteoporosegymnastik Frau Lorenz
Dienstag	10:00 – 11:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik Frau Lorenz
Dienstag	11:30 – 12:30 Uhr	QiGong Frau Koch
Mittwoch	08:30 – 09:30 Uhr	Ganzkörpersport Frau Apel
Mittwoch	10:00 – 11:00 Uhr	Seniorengymnastik Frau Kühn-Vogt
Mittwoch	11:30 – 12:30 Uhr	Seniorengymnastik Frau Kühn-Vogt
Mittwoch	13:00 – 14:00 Uhr	Seniorengymnastik Frau Kühn-Vogt
Donnerstag	10:00 – 11:30 Uhr 11:30 – 13:00 Uhr	Yoga Frau Barthel Yoga Frau Barthel
Freitag	10:00 – 11:00 Uhr	Pilates Frau Naß

## Kunst, Kultur und Freizeitgestaltung

- Bildungsfahrten** Informieren Sie sich an den Aushängen im SBSV, Juri-Gagarin-Ring 64
- Radgruppen** Dass sich das Radfahren immer größerer Beliebtheit erfreut, ist auch in unserer Interessengemeinschaft gleichen Namens bemerkbar. Eine ständig wachsende Anzahl an Fahrradgruppen ist das Resultat. Dabei unterscheiden sich die Gruppen sehr in den sportlichen Herausforderungen. Lassen Sie sich beraten zu der für Sie richtigen Gruppe.  
**Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620735 im Sekretariat.**
- Fotogruppen** Neue Interessenten sind herzlich willkommen!
- Focus** jeden 1. und 3. Montag im Monat  
13:00 Uhr, Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64
- Sensor** jeden letzten Montag im Monat  
14:00 Uhr, Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64
- Musikalische Hobbys**
- Dienstag** 14:00 – 16:00 Uhr Frauenchor musikalische Leitung Frau Stitz  
Bibliothek, Juri-G.- Ring 64  
**Bitte um Anmeldung!**
- Malen und Zeichnen**
- Mittwoch** 10:00 – 12:00 Uhr Mittwochsmaler
- Mittwoch** 12:30 – 14:30 Uhr Farbenspiel  
**Bitte um Anmeldung!**
- Kreatives Gestalten**  
Unterschiedliche Ideen und Anregungen werden zusammengetragen und mit Fantasie und geschickten Händen in die Realität umgesetzt.
- Dienstag** 13:00 – 16:30 Uhr Kreativ Straubing,  
14- tägig, Seminarraum  
Juri-Gagarin-Ring 56a
- Donnerstag** 10:00 – 11:30 Uhr Kreativ Club, 14- tägig,  
Seminarraum,  
Juri-Gagarin-Ring 64

## NEU! NEU! NEU!

Englisch lernen leichtgemacht! Unser Anfängerkurs für Senioren bietet Ihnen die perfekte Gelegenheit, die Sprache strukturiert und mit Freude zu entdecken.

Der Sprachkurs findet ab dem **04.09.2025 bis 20.11.2025 jeden Donnerstag**,

**von 14:00 – 15:30 Uhr statt**. Mindestteilnehmerzahl 6 Personen.

Anmeldungen bei Frau Müller unter 0361 – 26 20 775 oder E-Mail an [mueller@senioren-schutzbund.org](mailto:mueller@senioren-schutzbund.org)

## Rommènnachmittag- Spaß und Spiele für alle!

Karten spielen in geselliger Runde, um Anmeldung wird gebeten.

**Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620735 im Sekretariat oder 0361-2620775 bei Frau Müller** Jeder 1. Dienstag im Monat von 14:00 – 16:00 Uhr

## Sprechstunden

*Bitte mindestens 5 Tage vor dem jeweiligen Termin anmelden unter Tel. 2620735*

## Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung

Unterschiedliche Gründe können dazu führen, dass Sie vielleicht irgendwann nicht mehr für sich selbst entscheiden können. Deswegen ist es notwendig festzulegen, wer Ihre Interessen im Ernstfall vertritt. Kommen Sie mit ihren Fragen zu Vorsorgevollmacht, Betreuungs- oder Patientenverfügung zu uns. Ihr **Ansprechpartner Herr Günther** berät Sie gern. Einen Termin für ein persönliches Gespräch können Sie telefonisch unter **0361 - 262 07 74** oder per E-Mail [erfurt@senioren-schutzbund.org](mailto:erfurt@senioren-schutzbund.org) ausmachen.

## Mobiles Beratungsteam

Informationen und Beratung zum Betreuungs- und Begleitdienst und über Demenz

*Frau Deregowski: Tel. 55064160*

Montag - Freitag 08:00 – 13:00 Uhr Juri-Gagarin-Ring 56a

## **Treffpunkt Ehrenamt**

Das „Team Ehrenamt“ informiert und berät Engagement- Interessierte und mögliche Einsatzstellen, Vereine und Initiativen zum Thema Ehrenamt. Wir vermitteln Bürger und Bürgerinnen der Stadt Erfurt in ein für sie passendes Tätigkeitsfeld/ Engagement.

Sie haben Fragen zum Thema Ehrenamt? Wir sind für Sie erreichbar:

- Treffpunkt Ehrenamt – jeden zweiten Donnerstag im Monat, ganztägig ab zehn Uhr
- telefonisch unter 0361-2620735 im Sekretariat oder 0361-2620775 bei Frau Müller / Frau Kühn-Vogt
- per E-Mail ehrenamt@seniorenenschutzbund.org;  
mueller@seniorenenschutzbund.org;  
teamehrenamt@seniorenenschutzbund.org  
persönlich zu den Öffnungszeiten

## **"Engagiert im Ruhestand - Nach- berufliche Berufung"**

- \* Anlaufstelle für Bürgerinnen und Bürger, Vereine, Organisationen zur Koordinierung und Qualifizierung des Ehrenamtes
- \* Partner bei der Beratung und Information zu Inhalten und Angeboten des freiwilligen Engagements und der Selbsthilfe
- \* Stätte des Erfahrungsaustauschs und der Anerkennung des Ehrenamtes
- \* Ehrenamtsbörse (Koordinierung von Angebot und Nachfrage)
- \* Konzipierung von ehrenamtlichen Initiativen und Projekten, deren Begleitung sowie der Qualifizierung und Motivation bürgerschaftlich Engagierter.

Treffpunkt Ehrenamt mit Frau Müller und Frau Kühn-Vogt jeden 2. Donnerstag im Monat ab 10:00 Uhr, ganztägig.

## Pflegebegleiter Erfurt / Pflegebegleiter – Stammtisch

Wir suchen ehrenamtliche Helfer, die pflegenden Angehörigen als Vertrauensperson zur Seite stehen. Was ist zu tun? Zuhören, Informieren, Pflegenden in ihrer Situation stärken, Lotsenfunktion - Hinweise zu bestehenden Entlastungsmöglichkeiten geben, zur Selbstfürsorge anregen. Das Augenmerk gilt den Bedürfnissen und der Selbstsorge der Pflegenden Angehörigen.

Kontakt: Kompetenz- und Beratungszentrum/ SBSV e.V., Juri-Gagarin-Ring 64, 99084 Erfurt

Frau Penner 0361 78 92 99 05

---

Treff im DiZ - Begegnungsstätte  
Friedrich-Engels-Straße 49  
99086 Erfurt

Ansprechpartnerin: Frau Fröbel  
Telefon: 0152 05 85 31 31 (Concierge)

---

*Hinweis: Bitte beachten Sie, dass bei einigen Veranstaltungen Kosten anfallen.*

**Öffnungszeiten:**

Dienstag	12:00-18:00 Uhr
Mittwoch	12:00-17:00 Uhr
Donnerstag	12:00-17:00 Uhr
Freitag	09:00-14:00 Uhr

**Veranstaltungen:**

Jeden Dienstag	15:00-18:00 Uhr	Strickgruppe „Heiße Nadel“
Jeden Mittwoch	13:00-16:00 Uhr	Treff Skatrunde
Jeden Freitag	10:00-13:00 Uhr	Treff der Schachfreunde

---

Dienstleistungszentrum DiZ (Trägerwerk Soziale Dienste AG)  
Alfred-Delp-Ring 24  
Ansprechpartner: Frau Schulze  
99087 Erfurt  
Telefon: 0361 65 38 64 40

---

## Wochenplan

### Wochenplan

<b>Montag</b>	8:00 -11:00 Uhr 13:00-15:00 Uhr	Gemeinsames Backen Spielenachmittag bei Kaffee und Kuchen
<b>Dienstag</b>	8:30-13:00 Uhr 14:00-16:00 Uhr	Frisör Kaffee und Kuchen
<b>Mittwoch</b>	8:00-16:00 Uhr 8:00 – 13:00 Uhr 10:00-13:00 Uhr	Fußpflege Frisör Einzelbetreuung
<b>Donnerstag</b>	8:00-10:00 Uhr 10:00-16:00 Uhr	Gemeinsames Frühstück Fußpflege
<b>Freitag</b>	8:00-10:00 Uhr 10:00-13:00 Uhr	Pflegeberatung Computerkabinett

## Monatsveranstaltung

### Monatsveranstaltung

03. Oktober, Freitag	10:00 Uhr	Sportrunde mit Olga Heinzl
08. Oktober, Mittwoch	13:00 Uhr	Singkreis mit Antje Genth-Wagner
14. Oktober, Dienstag	14:00 Uhr	Erntedankfest
15. Oktober, Mittwoch	13:00 Uhr	Individueller Malkurs
17. Oktober, Freitag	10:00 Uhr	Sportrunde mit Olga Heinzl

---

Begegnungscafé- Jesus-Projekt Erfurt e.V.  
Ansprechpartnerin: Sandra Hörth  
Alfred-Delp-Ring 78  
99087 Erfurt  
Telefon: 0361 55370660  
E-Mail: [s.hoerth@jesus-projekt-erfurt.de](mailto:s.hoerth@jesus-projekt-erfurt.de)

---

Begegnungscafé: Kaffee trinken – Begegnung – Gemeinschaft  
Montag, Dienstag, Donnerstag Freitag:  
09:30 – 12:00 Uhr und 13:15 – 15:00 Uhr

Mittwoch  
09:30 Uhr—12:00 Uhr und 13:15—16:30 Uhr

Das Café bietet Kaffeevariationen auf Spendenbasis.  
Montags und Donnerstags gibt es die Möglichkeit vor Ort ein frisch gekochtes Mittagessen gemeinsam zu genießen.

### Regelmäßige Termine:

Montag	12:30 – 13:00 Uhr	Mittagessen
Dienstag	10:00 – 12:00 Uhr 10:00 – 12:00 Uhr	Agathe-Sprechstunde für Senioren Spielangebot
Mittwoch	09:30 – 11:30 Uhr 14:00 – 16:00 Uhr	Deutschkurs Unterstützung bei Anträgen und Briefen
Donnerstag	10:00 – 12:00 Uhr 12:30 – 13:00 Uhr	Spielangebot Mittagessen

---

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

---

Im Schulungsraum des ASB in Erfurt, Geibelstraße 20a

Unsere Plauderstündchen finden - falls möglich -  
jeweils **am 1. und 3. Mittwoch im Monat** um 14:00 Uhr statt.

---

Seniorenbeauftragter der Landeshauptstadt Erfurt  
Herr Rolf-Dieter Tröbs  
Juri-Gagarin-Ring 60 in 99084 Erfurt  
Telefon: 0361 655-1071      Geschäftsstelle: 0361 655-1070  
E-Mail: [seniorenbeauftragter@erfurt.de](mailto:seniorenbeauftragter@erfurt.de)

---

**Sprechstunden:** Jeweils Dienstag und Donnerstag 10:00 - 12:00 Uhr

---

Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Erfurt  
Vorsitzender: Roland Richter  
Juri-Gagarin-Ring 60 in 99084 Erfurt  
Telefon: 0361 655-1072      Geschäftsstelle: 0361 655-1070  
E-Mail: [seniorenbeirat@erfurt.de](mailto:seniorenbeirat@erfurt.de)

---

**Sprechstunden:** Jeweils Dienstag und Donnerstag 10:00 - 12:00 Uhr

- 14.10.25      Datenschutz und Sicherheit—Persönliche Daten auf dem Smartphone schützen
- 28.10.25      09:30—11:30 Uhr Sitzung des Seniorenbeirates  
Schutzbund der Senioren und Vorruehständler  
Thüringen e.V., Juri-Gagarin-Ring 5
- 28.10.25      offener Medien Treff

---

Volkssolidarität Mittelthüringen e.V.

Straße: Oskar-Schlemmer-Straße 1 , 99085 Erfurt

Ansprechpartner: Frau Meißner Tel.: 6795011  
Tel.:

E-Mail: Simone.meissner@volkssolidaritaet.de

Internet:

Fax:

Erreichbarkeit: Straßenbahnlinie 4  
Haltestelle Wagenfeldstraße

Öffnungszeiten: ab 8:00 Uhr  
Bis je nach Veranstaltungen

---

### Angebote:

Mittwoch 01.10.2025 14:30 Uhr Gruppennachmittag OG 152

Donnerstag 09.10.2025 14:00 Uhr Senioren Post

Montag 13.10.2025 13.30 Uhr Treffen der Fröhlichen Runde

Mittwoch 15.10.2025 15:00 Uhr Tanz auf dem Ringelberg  
(Voranmeldung)

Montag 20.10.2025 14:00 Uhr Gruppennachmittag OG 033

Dienstag 21.10.2025 14:00 Uhr Herbstfest - OG 055

Montag 27.10.2025 14:00 Uhr Treffen der Polio  
- Selbsthilfegruppe

Mittwoch 29.10.2025 10:00 Uhr Delegiertenversammlung  
Reg.-verband

Änderungen vorbehalten!

---

**Beratung und Begegnungsstätte für Senioren**  
**Bürgerhaus „Unter den Kastanien“**  
Leiterin: Frau Anita Henning  
Röntgenstraße 28  
Telefon: 0361 2626963 / Fax: 0361 64439861

---

### **Beratung**

Jeden Mittwoch 10:30-11:30 Uhr zu Leistungen der Krankenkasse, der Pflegeversicherung und des Sozialamtes sowie zu diversen Hilfen.

### **Handarbeit**

Jeden Mittwoch 13:30-16:00 Uhr Strickerinnen sind herzlich willkommen. Wolle ist vorhanden. (Restbestände können mitgebracht werden.)

### **Seniorenchor**

Jeden Montag 14:00-15:30 Uhr bei Interesse bitte im Gemeindebüro bei Frau Rylke unter Telefon: 26 26 96 2 nachfragen.

### **Themen und Gesprächsnachmittag**

Jeden 2. Mittwoch im Monat 14:00-16:00 Uhr diverse Programme

Jeden letzten Mittwoch im Monat 14:00-15:00 Uhr Sitztänze  
(Mit vorheriger Anmeldung.)

---

## Diakonie—Quartiershaus am Ringelberg

**Straße:** Walter-Gropius-Straße 45, 99085 Erfurt  
**Ansprechpartner:** Frau Beuchel Tel.: 554585120  
Frau Lobenstein Tel.: 554585110  
**E-Mail:** Begegnungsstaette-Ringelberg@diakonie-wl.de  
**Internet:** www.diakonie-wl.de  
**Fax:**  
**Erreichbarkeit:** 0361/554585150  
Straßenbahnlinie 4  
Haltestelle: Wagenfeldstraße  
**Öffnungszeiten:** Variiert nach Angeboten

---

### Wöchentliche Angebote:

Montag: 10 Uhr **Andacht**

Montag und Dienstag: Yoga Kurs 1+2(Sommerpause)

Dienstag:15-17 Uhr- **Sprechstunde/Beratungsangebot**

Donnerstag: 14:00 Uhr **Sport+ Dehnen** (Sommerpause bis 13.08.)

16:30-17:00 Uhr Qi Gong für Ältere

17:30-18:30 Uhr Qi Gong für Fortgeschrittene

### Weitere Angebote:

**01.10.-Pflegekaffee** (immer 1. Mittwoch/ Monat)

**15-16:30 Uhr- Gesprächsrunde für pflegende Angehörige** mit Betreuungsangebot für die pflegebedürftigen Menschen

**15.10.25- 19 Uhr offener Spieleabend-** Mittwochs-

**22.10.25- 19 Uhr**

„Ringelbergkreis“ (Gesprächskreis der Kaufmannsgemeinde)- Mittwochs

**Ausblick:**

**15.11.25 8-16 Uhr- Nachbarschaftskurs** (zertifiziert nach § 45 SGB XI) **im Quartiershaus. Anmeldung erforderlich!**

**Kontakt:** 0361-554585120/ Mail: [A.Beuchel@diakonie-wl.de](mailto:A.Beuchel@diakonie-wl.de)

**Neuer Pflegebasiskurs:** immer Dienstags 15-16:30 Uhr

Am 14.+21.+28.10./ 18.+25.11.- Anmeldung erforderlich!

**Kontakt:** 0361-554585120/ Mail: [A.Beuchel@diakonie-wl.de](mailto:A.Beuchel@diakonie-wl.de)

---

Amt für Bildung  
Volkshochschule  
Schottenstraße 7 in 99084 Erfurt (Telefon: 0361 655-2962)  
E-Mail an [volkshochschule@erfurt.de](mailto:volkshochschule@erfurt.de)  
Homepage [www.erfurt.de/volkshochschule](http://www.erfurt.de/volkshochschule)

---

*Eine vorherige Anmeldung zu den Vorträgen, Seminaren und Exkursionen per E-Mail an [volkshochschule@erfurt.de](mailto:volkshochschule@erfurt.de) oder vor Ort in Ihrer Volkshochschule, Schottenstraße 7, ist dringend erforderlich.*

**Philosophie und Politik in der Geschichte - Von Sokrates bis zur Postmoderne – Der Weg des abendländischen Denkens – oder die Geschichte der europäischen Philosophie**

Kursnr.: 25-10259  
Beginn: Donnerstag, 02.10.2025, 17:00 - 18:00 Uhr (5 Wochen)  
Gebühr: gebührenfrei  
Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7  
Dozent: Hartmut Lippold, OKR i.R.

**Die Kunst mit Menschen umzugehen - Kleingruppenseminar**

Kursnr.: 25-10609  
Beginn: Montag, 06.10.2025, 17:00 - 20:45 Uhr (2 Wochen)  
Gebühr: 53,30 Euro, ermäßigt: 42,64 Euro  
Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7  
Dozent: Marc Lischewski

**Probleme lösen – aber wie?**

Neue Perspektiven gewinnen. Kooperation mit der Adventgemeinde  
Kursnr.: 25-10757  
Beginn: Mittwoch, 08.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr  
Gebühr: gebührenfrei  
Kursort: Adventgemeinde Erfurt, Walter-Gropius-Straße 2  
Dozent: Norbert Gelke

**Stadtrundgang: Jüdische Denknadeln: Verachtet, vernichtet, vergessen?**

Einblicke in die jüdische Geschichte vom Mittelalter bis ins 20. Jahrhundert mit einem Rundgang zu Erfurter Denknadeln in der Altstadt  
Kursnr.: 25-10146  
Beginn: Samstag, 11.10.2025, 13:00 - 14:30 Uhr  
Gebühr: gebührenfrei  
Treffpunkt: Reglerkirche  
Dozent: Richard Schaefer

## **Regierungswechsel - Politikwechsel? Eine erste Bilanz des Kurses von Schwarz-Rot**

Kursnr.: 25-10224

Beginn: Mittwoch, 15.10.2025, 18:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Kleine Synagoge

Dozent: Prof. Dr. Oliver Lembcke

## **Der deutsche Föderalismus – bürgernah oder Hindernis?: Der deutsche Föderalismus als Erbe des Mittelalters**

Kursnr.: 25-10283

Beginn: Mittwoch, 15.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7 Dozent: Hans-Joachim Becken

## **Erste Hilfe für die Katze**

Kursnr.: 25-11524

Beginn: Montag, 20.10.2025, 17:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 16,00 Euro, ermäßigt: 12,80 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7 Dozentin: Lara von Lindeiner

## **250 Jahre Goethe in Thüringen - Goethe und Erfurt**

Kursnr.: 25-10160

Beginn: Montag, 20.10.2025, 17:30 - 19:45 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Kleine Synagoge

Dozent: Dr. Thomas Frantzke

## **Unter Gleichgesinnten: Ehrenamtliche tauschen sich aus**

Kursnr.: 25-10002

Beginn: Montag, 20.10.2025, 16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

## **Seniorenkurs: Internet für Einsteiger**

Kursnr.: 25-51019

Beginn: 20.10.2025 – 30.10.2025 (2 Wochen - Mo, Mi, Fr), jeweils 9:00 - 11:30 Uhr

Gebühr: 72,00 EUR, erm. 57,60 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Matthias Wendel

## **Wie können Sie Ihre Daten im Alltag und Job einfach und sicher schützen?**

Kursnr.: 25-51091

Beginn: Dienstag, 21.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozentin: Robby Schäfer

## **Basefasten - dein Einstieg in eine gesunde Ernährung**

Kursnr.: 25-36008

Beginn: Mittwoch, 22.10.2025, 17:30 - 19:45 Uhr

Gebühr: 12,00 Euro, Im Kurs sind zzgl. 15 EUR Lebensmittelkosten in bar zu entrichten.

Kursort: VHS Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Gabi Todt

## **Das iPad: Einführung in die Bedienung von Apples mobilen Betriebssystem iPadOS**

Kursnr.: 25-54041

Beginn: 22.10.2025 – 12.11.2025, mittwochs, 17:00 - 20:10 Uhr

Gebühr: 64,00 EUR, erm. 51,20 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozentin: Florian Zipplies

## **Richtig atmen - besser leben**

Kursnr.: 25-34001

Beginn: Donnerstag, 23.10.2025 & 30.10.2025, jeweils 17:30 - 19:00 Uhr

Gebühr: 16,00 Euro

Kursort: VHS Erfurt, Schottenstraße 7 Dozentin: Jutta Jost

## **Der deutsche Föderalismus – bürgernah oder Hindernis?: Die Sehnsucht nach dem deutschen Nationalstaat**

Sprache, Aufklärung, Napoleon – der Weg zur Nation und die Risiken des übersteigerten Nationalismus.

Kursnr.: 25-10284

Beginn: Mittwoch, 22.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans-Joachim Beeken

## **Geschichtsverein: Krämer - Brückentage - Archäologische Ergebnisse zur Krämerbrücke und ihrem Umfeld**

Vortrag in Kooperation mit Kirche, Kulturdirektion und VHS zur Bau- und Nutzungsgeschichte der Krämerbrücke.

Kursnr.: 25-10188

Beginn: Mittwoch, 22.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Ägidienkirche, Wenigemarkt 4, Erfurt Dozentin: Dr. Karin Sczech

## **Sicher im Netzwerk: Schützen Sie Ihre Geräte und Daten**

Kursnr.: 25-51093

Beginn: Donnerstag, 23.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozentin: Robby Schäfer

### **Crashkurs: Canva für Anfänger – Gestaltung leicht gemacht für Ehrenamtliche**

Kursnr.: 25-10013

Beginn: Freitag, 24.10.2025, 09:00 – 12:00 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Samuel Hardenberg

### **Stadtrundgang: "Meine Heimat erkunden": Handwerk und Gassen – Das Andreasviertel**

Kursnr.: 25-10138

Beginn: Samstag, 25.10.2025, 14:00 - 15:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Webergasse/Andreaskirche

Dozent: Ralf-Dieter May

### **Grundlagen der digitalen Fotografie - Kurzworkshop am Wochenende**

Kursnr.: 25-52011

Beginn: Samstag, 25.10.2025, 9:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 32,00 EUR, erm. 25,60 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozentin: Boris Hajdukovic

### **Exkursion: Zweiländermuseum Rodachtal & Grenzturm Eisfeld-Rottenbach**

Eine eindrucksvolle Zeitreise an die ehemalige innerdeutsche Grenze: Führung durch das Zweiländermuseum mit Zeitzeugengespräch, Besuch der Kirche und des original erhaltenen Grenzturms bei Eisfeld-Rottenbach. Geschichte von „Aktion Ungeziefer“ bis Widerstand – hautnah und bewegend.

Kursnr. 25-11113

Beginn: Samstag, 25.10.2025, 09:00 – 17:00 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Treffpunkt: Busbahnhof Erfurt (Anmeldung erforderlich!)

Kursbegleitung: Eike Küstner

### **Gestalte eindrucksvolle Fotobücher mit CEWE®**

Kursnr.: 25-52060

Beginn: 27.10.2025 – 17.11.2025, montags, jeweils 17:00 - 20:10 Uhr

Gebühr: 64,00 EUR, erm. 51,20 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozentin: Claudia Bock

### **Dinosaurier als moderne Mythen**

Die Veranstaltung beleuchtet, wie sich der „Mythos Dinosaurier“ in Wissenschaft, Kultur und Literatur entwickelt hat – und was er uns heute über unser Selbstverständnis verrät.

Kursnr.: 25-11506

Beginn: Montag, 27.10.2025, 18:40 - 20:10 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: René Porschen

### **Handykurs – Handykurs – Fotografieren, Fotos übertragen und ordnen (Betriebssystem Android)**

Kursnr.: 25-54021

Beginn: Dienstag, 28.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Martin Scholz

### **Spannung, Geheimnis und Gänsehaut – literarisch durch die dunkle Jahreszeit**

Krimis, Märchen, Sagen und Fantastisches – was literarisch zur dunklen Jahreszeit passt, wird lebendig vorgestellt.

Kursnr.: 25-10165

Beginn: Mittwoch, 29.10.2025, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Christina Klauke

### **Der deutsche Föderalismus – bürgernah oder Hindernis?: Der Föderalismus der Weimarer Republik und der Zentralismus der Nazizeit**

Wie sich in Thüringen Föderalismus und Zentralismus im 20. Jahrhundert begegneten und ablösten.

Kursnr.: 25-10285

Beginn: Mittwoch, 29.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans-Joachim Beecken

### **Erstaunliches, Schönes und Bizarres am Himmel**

Ein Abend unter dem Sternenhimmel mit Beobachtungen, Erklärungen und Diskussion in der Kirchheimer Sternwarte.

Kursnr.: 25-11505

Beginn: Donnerstag, 30.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 12,00 Euro

Kursort: Volkssternwarte Kirchheim

Dozenten: Dr. Ralf Neubauer / Dr. Jürgen Schulz

### **Dinosaurier als moderne Mythen**

Die Veranstaltung beleuchtet, wie sich der „Mythos Dinosaurier“ in Wissenschaft, Kultur und Literatur entwickelt hat – und was er uns heute über unser Selbstverständnis verrät.

Kursnr.: 25-11506

Beginn: Montag, 27.10.2025, 18:40 - 20:10 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: René Porschen

### **Handykurs – Handykurs – Fotografieren, Fotos übertragen und ordnen (Betriebssystem Android)**

Kursnr.: 25-54021

Beginn: Dienstag, 28.10.2025, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Martin Scholz

### **Spannung, Geheimnis und Gänsehaut – literarisch durch die dunkle Jahreszeit**

Krimis, Märchen, Sagen und Fantastisches – was literarisch zur dunklen Jahreszeit passt, wird lebendig vorgestellt.

Kursnr.: 25-10165

Beginn: Mittwoch, 29.10.2025, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Christina Klauke

### **Der deutsche Föderalismus – bürgernah oder Hindernis?: Der Föderalismus der Weimarer Republik und der Zentralismus der Nazizeit**

Wie sich in Thüringen Föderalismus und Zentralismus im 20. Jahrhundert begegneten und ablösten.

Kursnr.: 25-10285

Beginn: Mittwoch, 29.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans-Joachim Beecken

### **Erstaunliches, Schönes und Bizarres am Himmel**

Ein Abend unter dem Sternenhimmel mit Beobachtungen, Erklärungen und Diskussion in der Kirchheimer Sternwarte.

Kursnr.: 25-11505

Beginn: Donnerstag, 30.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 12,00 Euro

Kursort: Volkssternwarte Kirchheim

Dozenten: Dr. Ralf Neubauer / Dr. Jürgen Schulz



---

**Theater Erfurt**  
**Franziska Kloos**  
**Musiktheater-und Konzertvermittlerin/ Leitung Junges Theater**  
**Theaterplatz 1 in 99084 Erfurt**  
**Telefon: 0361 22 33 255      E-Mail: kloos@theater-erfurt.de**

---

Aktuelle Angebote bitte unter [www.theater-erfurt.de](http://www.theater-erfurt.de) einsehen

---

**Stadt- und Regionalbibliothek**  
**Domplatz 1**  
**99084 Erfurt**

---

### **Geschichten aus dem Kinderbucharchiv**

Lesungen und Gespräche für alle Erwachsenen, die Kinderbücher lieben, in der Stadt-und Regionalbibliothek der Landeshauptstadt Erfurt.

Über 5.000 historische Kinder-und Jugendbücher aus verschiedenen Jahrhunderten gehören zum Bestand des Kinderbucharchivs, das älteste aus dem Jahr 1792/1793. DDR Kinder-und Jugendbücher bilden die umfangreichste Sammlung. Regelmäßig werden interessante Fundstücke aus dem Kinderbucharchiv in dieser Veranstaltungsreihe vorgestellt.

### **Bibliothek am Domplatz (Domplatz 1, 99084 Erfurt)**

### **Bibliothek am Johannesplatz (Wendenstraße 23, 99086 Erfurt)**

#### **Brettspiele für Jedermann**

Die Stadt-und Regionalbibliothek veranstaltet einmal monatlich einen Nachmittag, an dem alle Interessierten eine bunte Auswahl spannender, unterhaltsamer und informativer Spiele kennenlernen können. Die Besucherinnen und Besucher lernen unter Anleitung Spielregeln kennen und probieren vor Ort aus, welches Brettspiel ihnen am Besten gefällt.

---

Häusliche Kranken- und Altenpflege Schmid Möller & Aktiv Treff für  
Senioren

Am Katzenberg 1 in 99097 Erfurt/ Bleichstraße 3b in 99089 Erfurt

Telefon: 0361 4302 1973

Homepage : [www.pflege-moeller.de](http://www.pflege-moeller.de)

---

**Quartier-Treff**

Bleichenstraße 3b, 99089 Erfurt

01520-2545753

Jeden Mittwoch unser Senioren-Café 15:15 – 17:15 Uhr

Jeden Samstag Kaffeeklatsch mit verschiedenen Aktivitäten 14:00 – 16:00  
Uhr

**Quartier-Treff**

Am Katzenberg 1, 99097 Erfurt

0361-43021973

Jeden Mittwoch ab 17:00 gemeinsames Abendessen

Jeden Freitag ist „Schlemmer-Freitag“

Für die Teilnahme sind Anmeldungen erforderlich und es fällt ein Unkostenbeitrag an. **In beiden Treffs haben wir von Montag bis Freitag ganztätig Beschäftigungen für Körper und Geist, ganz unter dem Motto „Gemeinsam statt Einsam“**

**Für pflegende Angehörige und interessierte Senioren bieten wir zahlreiche Info-Kurse und Pflegeberatungen an:**

Pflegedienst Schmid/Möller

Stotterheimer Str. 9a, Erfurt

[www.pflege-moeller.de](http://www.pflege-moeller.de)

0361-2114727

---

## Kulturhaus Dacheröden

**Straße:** Anger 37, 99084 Erfurt  
**Ansprechpartner:** Frau Bucklitsch Tel.: 654 49457  
Tel.:

**E-Mail:** kontakt@dacheröden.de  
**Internet:** www.dacheroeden.de

**Fax:**  
**Erreichbarkeit:** Haltestelle Angerbrunnen  
Stadtbahnlinie 4  
Haltestelle Anger (alle Stadtbahnlinien)

**Öffnungszeiten:** Di bis Fr: 12.00 - 17.00 Uhr  
Sa: 10.00 - 17.00 Uhr

---

### Angebote:

Donnerstag, 02.10. 19:30 Uhr Vortrag *Eintritt: 14 €/erm. 12 € /HERBSTLESE*  
**DACHERÖDEN ON TOUR: REISEN LIEBEN LERNEN**  
ROADTRIP IN AFRIKA

Mittwoch, 08.10. 16:00 Uhr Kino ab 6 Jahre / *Eintritt: 6 €/erm. 4 €*  
**DACHERÖDEN KINDERKINO: RICO, OSKAR UND DIE TIEFERSCHATTEN**

Mittwoch, 08.10. 19:30 Uhr Kino *Eintritt: 8 €*  
**KINO IM SALON ERLESENE FILME: NOSFERATU**  
*Gefördert durch die Thüringer Staatskanzlei*

Freitag, 10.10. 19:30Uhr Lesung *Eintritt: 17 €/erm. 15 € /HERBSTLESE*  
**MICHEAL KRÜGER: UNTER DICHTERN**

Montag, 13.10. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 17 €/erm. 15 € /HERBSTLESE*  
**DAS ERSTE MAL: DER DEBÜTANTENSALON**

Mittwoch, 15.10. 16 Uhr Kino ab 4 Jahre / *Eintritt: frei*  
**BILDERBUCHKINO: JIM KNOPF UND DIE SPUREN IM DSCHUNDEL**  
VON MICHAEL ENDE

Mittwoch, 15.10. 19:30 Uhr Bingo *Eintritt: 1 Buch*  
**DACHERÖDEN BUCHBINGO** mit THOMAS SCHMIDT  
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Freitag, 17.10. 18 Uhr Lesung ab 14 Jahre / *Eintritt: 12 €/erm. 7 €/HERBSTLESE*

**CHRISTELLE DABOS: DIE SPUR DER VERTRAUTEN**

Sprachen: deutsch und französisch

Dienstag, 21.10. 18:30 Uhr Workshop *Gebühr: 10 €/erm. 7 €*

**WORKSHOP: PHILOSOPHY AFTER WORK**

MIT DIETLINDE SCHMALFUß-PLICHT

Anmeldung: [dacheroeden.de](http://dacheroeden.de) / 0361 64412375

Dienstag, 21.10. 19:30 Uhr Kino *Eintritt: 17 €/erm. 15 €*

KINO IM SALON EXTRA: KNUT ELSTERMANN:

**BACH BEWEGT. DER KOMPONIST IM FILM**

Samstag, 25.10. 10 - 15 Uhr Workshop *Gebühr: 55 €/erm. 42 €*

**WORKSHOP KREATIVES SCHREIBEN**

MIT ANKE ENGELMANN

Anmeldung: [engelmann@poesiebuero.de](mailto:engelmann@poesiebuero.de) / 01522 9477982

Samstag, 25.10. 15:00 Uhr Lesung ab 9 Jahre / *Eintritt: 8 €/erm. 5 €/HERBSTLESE*

**CHRISTOPH KARRASCH:**

RIOS MAGISCHE REISEN – PLÖTZLICH IN NEW YORK

Sonntag, 26.10. 15 Uhr Konzert ab 5 Jahre / *Eintritt: 10 €/erm. 7 €/HERBSTLESE*

**ANNIKA BOSCH & TILMAN WÖLZ: NEPOMUK UND DER RABEL – INKLUSIVES FAMILIENKONZERT**

Mittwoch, 29.10. 16 Uhr Kino ab 4 Jahre / *Eintritt frei*

**BILDERBUCHKINO: EMILS KLEINES HAUS VON SIMONA CECCARELLI**

Mittwoch,, 29.10. 19:30 Uhr Quiz *Eintritt frei*

**TABLEQUIZ:** DACHERÖDEN SUCHT DAS BESTE RATETEAM

Anmeldung: [dacheroeden.de](http://dacheroeden.de) / 0361 64412375

Donnerstag, 30.10. 19 Uhr Vortrag *Eintritt frei*

VORTRAG :

**FRECHE FRAGEN AN ÄRZT:INNEN DER ZENTRALKLINIK BAD BERKA**

*Ver-*

*anstalter: Zentralklinik Bad Berka*

### ZEICHENKURS MIT JULIA KNEISE

Gebühr vor Ort, pro Termin: 20,- € / erm. 17,- € jeden Donnerstag 17:00 – 19:00 Uhr : 02.10. / 23.10. / 30.10.

Anmeldung unter: [dacheroeden.de](http://dacheroeden.de) / 0361-644 123 75

### AUSSTELLUNG

**RAUM\_SZENEN\_BILDER** Susanne Besser: 01.09. bis 02.11.2025

---

**Kaufmänner Gesellschaft e.V.**

Schotten Straße 26 99084 Erfurt  
**Ansprechpartner:** Herr Kindervater Tel.: siehe  
Frau Junk Tel.: unten  
**E-Mail:** info@kaufmaenner-gesellschaft.de  
**Internet:** www.kaufmaenner-gesellschaft.de  
**Fax:**  
**Erreichbarkeit:** Straßenbahnlinie 1,3  
Haltestelle Kaisersaal (1)  
Haltestelle Anger (3)  
**Öffnungszeiten:** Termine nach Vereinbarung

---

**Ansprechpartner:**

**Präsident:** Herr Karl-Heinz Kindervater Tel.: 0173 5688311  
**Vizepräsidentin:** Frau Karla Junk Tel.: 0173 9796553

Sa. 18.10.25 15 Uhr, **Konzert Mandolinenorchester**  
Eintritt: 10 Euro / Kinder frei  
Tickets: Tourist-Info / Tageskasse

19 Uhr, **Don Kosaken Chor Serge Jaroff**  
Festliches Kirchenkonzert  
Eintritt: VVK 23 Euro / AK 25 Euro / Kinder frei  
Tickets: Tourist-Info / Abendkasse

Do. 23.10.25 19 Uhr, **Chorkonzert Kantorei St. Katharinen Hamburg**  
Eintritt: frei / Spenden erbeten

---

FrauenZentrum Erfurt

Straße:

Pergamentergasse 36

Ansprechpartner:

Frau Hildesheim

Tel.: 2251473

Tel.:

E-Mail:

info@frauenzentrum.de

Internet:

www.frauenzentrum-erfurt.de

Fax:

Erreichbarkeit:

Straßenbahnlinie 3, 4, 6  
Haltestelle Domplatz.

Öffnungszeiten:

Montag—Freitag ab 10:00 Uhr

---

### Wöchentliche Angebote:

#### DIENSTAGS

Sport für Seniorinnen\*

14.00 - 15.00 Uhr wöchentlich

15.00 - 16.00 Uhr wöchentlich

Fit und standfest im Alltag\* 16.15 - 17.15 Uhr bis 28.10.

#### MITTWOCH

Frauensport

18.00 - 19.00 Uhr ab 01.10.

#### FREITAGS

Seniorinnensport  
(je 7€/wöchentlich)

13.30 - 14.30 Uhr wöchentlich

## Weitere Angebote:

**Lesung „Eigentlich bin ich ganz anders, nur komm ich so selten dazu.“** (Ödon von Horvarth)

**Donnerstag, 02.10., 15.00-16.30 Uhr**

Johanna Ringeis liest aus ihrem Gedichtband, eigene kleine Geschichten und Gedichte, die alltägliche Erlebnisse und ihre eigene Biografie spiegeln. Bei Kaffee, Tee und Keksen könnt ihr der Lesung lauschen und ins Gespräch kommen. Kosten: 3€. Wir bitten um Anmeldung.

## **Frauenplauderei**

**Donnerstag, 09.10., 10.00-12.00 Uhr**

Lust auf anregende Gespräche und neue Kontakte? Bei uns hast du die Möglichkeit, dich über aktuelle Themen auszutauschen, voneinander zu lernen und dich inspirieren zu lassen. Wir freuen uns auf dich!

## **Cafe Creme**

**Donnerstag, 16.10., 15.00-16.30 Uhr**

Bei köstlichem Kaffee und hausgebackener Torte laden wir dich ein, über spannende Themen ins Gespräch zu kommen. Im Oktober stimmen für dich mit „Halloween“ auf den Herbst ein. Kosten: 5€. Wir bitten um Anmeldung.

## **Frauenspaziergang**

**Donnerstag, 23.10., ab 10.00 Uhr (Treffpunkt Frauenzentrum)**

Entdecke mit uns auf moderaten Wegen den Erfurter Steiger oder andere spannende Orte in Erfurt.

## **Frauenfrühstück P36**

**Freitag, 24.10., 10.00-12.00 Uhr**

Das Frühstück mit Begegnung, Gesprächen und Gedankenaustausch. Starte mit uns gemeinsam in den Tag und knüpfe neue Kontakte. Kosten: 7,50€. Wir bitten um Anmeldung bis 23.10., 12.00 Uhr.

---

Stadtverwaltung Erfurt, Gesundheitsamt  
Straße: Juri-Gagarin-Ring 150 , 99084 Erfurt  
Ansprechpartner: Frau Schmidt Tel.: 655-4217  
Tel.:  
E-Mail: bianca.schmidt@erfurt.de  
Internet: www.erfurt.de/ef151720  
Fax:  
Erreichbarkeit: Straßenbahnlinien 1,5  
Haltestelle Augustinerkloster  
Öffnungszeiten: Zu den Sprechzeiten

---

## Bewegungsbegleiter — Fitnesskurse

In Erfurt gibt es 4 kostenfreie Bewegungsgruppen am Berliner Platz, am Johannesplatz, am Moskauer Platz und in Dittelstedt. Alle werden von durch das Gesundheitsamt geschulte Bewegungsbegleitern geleitet. Die Bewegungsbegleiter bringen Seniorinnen und Senioren einfache Bewegungsübungen mit und ohne Geräte näher.

### **Die einzelnen Gruppen:**

Berliner Platz (Stadtteiltreff Berolina): 14-tägig dienstags ab 16:30 Uhr  
im Stadtteiltreff Berolina

Johannesplatz( Clubraum in der Eislebener Straße 3): 14-tägig dienstags  
von 13:00 bis 14:00 Uhr

Moskauer Platz (Mehrgenerationenhaus): Gruppe 1: dienstags von 8:30  
bis 9:30 Uhr , Gruppe 2 dienstags von 10:00 bis 11:00 Uhr, Gruppe 3:  
mittwochs von 9:00 bis 10:00 Uhr.

Dittelstedt (Ortsteilhaus): 14-tägig dienstags zwischen 18 und 19 Uhr

**Änderungen vorbehalten!**

---

## Das Angebot der Avenida-Therme Hohenfelden für aktive Senioren

### SONNIGES 50PLUS AKTIV-ANGEBOT

Jeden Montag haben wir für alle Gäste ab 50 Jahren ein besonders sonniges Angebot: 4 Stunden Aufenthalt im Freizeit- und Familienbad

1 Freigetränk (1 Tasse Kaffee, Tee oder Mineralwasser 0,3l)

Gemütliche Ruheazonen zum Relaxen

Sprudelliegen und Massagedüsen zum Sonderpreis von 13,50

€ pro Person.

Die Nutzung der Saunawelt ist gegen einen Aufpreis von 11,00 € pro Person möglich. Die Verlängerung auf den Tagesaufenthalt ist gegen einen Aufpreis von 4,50 € pro Person möglich.

**An Feiertagen beträgt der Eintrittspreis 14,50 € pro Person.**

**Öffnungszeiten:** täglich 10:00 - 23:00 Uhr

### *Zusatzinformationen:*

Beim Betreten der Saunawelt wird der Saunazuschlag automatisch aufgebucht, wenn dieser noch nicht am Empfangsbereich bezahlt wurde.

Bei Zeitüberschreitung des gelösten Zeitlimits erfolgt eine Nachberechnung zum nächst höheren Tarif i.H.v. 4,00 €.

Unsere Bademäntel, Hand- und Saunatücher stehen Ihnen gegen Gebühr (Bademäntel 7,00 € & Hand- bzw. Saunatücher 5,00 €, kleines Handtuch 3,00 €) und Pfand zur Verfügung.

**Schwerbehinderte ab 70% erhalten für den Eintritt 50% Nachlass** auf die Standardtarife. Bei B-Eintrag (Begleitperson) erhält die Begleitperson 100% Ermäßigung.

Alle Angebote und Tarife sind ab dem 01.10.2023 bis auf Weiteres gültig.

### **Bezahlung**

WÄRMEUMLAGE IN HÖHE VON 1,60 € AB DEM 15. OKTOBER 2022

Sie können bei uns in Bar oder mit EC-Karte (Girocard) bezahlen. Es werden keine Kreditkarten akzeptiert.

### **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 Telefon: 036450 449 0

## Impressum



### Herausgeber

Landeshauptstadt Erfurt  
Stadtverwaltung

### Redaktion

Amt für Soziales  
Juri-Gagarin-Ring 150  
99084 Erfurt

Telefon 0361 655-6226  
Fax 0361 655-6309  
Internet [www.erfurt.de/soziales](http://www.erfurt.de/soziales)