

Seniorenkalender

Veranstaltungen

September 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

Mo	02.09.	10:00 Uhr	Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen - Gestalten mit Naturmaterialien, Fadentechniken / Seidenmalerei
		10:00 Uhr	Aquarellmalerei für Einsteiger mit H. Blankenburg
		14:00 Uhr	Schach
		14:00 Uhr	„Aus bunten Fäden“...Treff der fröhlichen Handarbeiterinnen
Di	03.09.	10:00 Uhr	Malen, Zeichnen und Gestalten
		10:30 Uhr	Singen mit Lutz Lehmann
		14:00 Uhr	Geburtstagsrunden
Mi	04.09.	10:00 Uhr	Aquarellmalerei
		13:00 Uhr	Skatclub „Ramschhand“
		13:00 Uhr	Treff der gehörlosen Freunde
		18:00 Uhr	Romme u. Skatabend der gehörlosen Freunde
Do	05.09.	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
		10:00 Uhr	Wandergruppe „Flotte Socke“
Fr	06.09.	10:00 Uhr	Wir gehen wandern!
Mo	09.09.	10:00 Uhr	Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen - Stoffdruck, Seidenmalerei
		10:00 Uhr	Aquarellkurs mit H. Blankenburg
		14:00 Uhr	Schach
		14:00 Uhr	„Aus bunten Fäden“...Treff der fröhlichen Handarbeiterinnen
		14:00 Uhr	Acrylmalerei
Di	10.09.	10:00 Uhr	Malen, Zeichnen und Gestalten
		10:00 Uhr	Frühsport mit W. Kowarsch
		10:30 Uhr	Singen mit Lutz Lehmann
		14:30 Uhr	Treff der Osteoporosegruppe
Mi	11.09.	09:30 Uhr	Seminargruppe „Geschichte, Kunst und Kultur“
		10:00 Uhr	Aquarellmalerei
		13:00 Uhr	Herzlich Willkommen Senioren der Telekom
		18:00 Uhr	Rommé- und Skatabend der gehörlosen Freunde
Do	12.09.	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 – Qi Gong mit Martina
		14:00 Uhr	Werkstattarbeit der schreibenden Senioren
		14:30 Uhr	Lesekreis
Fr	13.09.	10:00 Uhr	Wir gehen wandern!
Mo	16.09.	10:00 Uhr	Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen - Patchwork, Seidenmalerei
		10:00 Uhr	Aquarellmalerei für Einsteiger mit H. Blankenburg
		14:00 Uhr	„Aus bunten Fäden...“ Treff der fröhlichen Handarbeiterinnen
		14:00 Uhr	Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen
		14:00 Uhr	Schach
Di	17.09.	10:00 Uhr	Malen, Zeichnen und Gestalten
		10:00 Uhr	Singen mit Lutz Lehmann
		13:00 Uhr	Geburtstagsrunden
Mi	18.09.	10:00 Uhr	Aquarellmalerei
		13:00 Uhr	Skatrunde mit B. Winkler
		18:00 Uhr	Rommé und Skatabend der gehörlosen Freunde
Do	19.09.	10:00 Uhr	Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen
		10:00 Uhr	Wandergruppe „Flotte Socke“
		10:00 Uhr	Gesundheitssport und Tanz – Qi Gong im Clubgarten
		10:00 Uhr	Keramikkurs mit M. Schneider
		14:00 Uhr	Werkstattarbeit der schreibenden Senioren
Fr	20.09.		Weltkindertag/Feiertag (Der Klub bleibt geschlossen!)
Mo	23.09.	10:00 Uhr	Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen - Gestalten mit Naturmaterialien, Fadentechniken, Seidenmalerei
		10:00 Uhr	Aquarellmalerei für Einsteiger mit H. Blankenburg
		14:00 Uhr	Schach
		14:00 Uhr	„Aus bunten Fäden...“ Treff der fröhlichen Handarbeiterinnen
Di	24.09.	10:00 Uhr	Malen, Zeichnen und Gestalten
		10:30 Uhr	Fröhliches Singen mit Lutz Lehmann
		14:00 Uhr	Geburtstagsrunden
Mi	25.09..	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	26.09.	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	Gesundheitssport und Tanz - Qi Gong mit Martina
Fr	27.09.	10:00 Uhr	Wir gehen wandern!
Mo	30.09.	10:00 Uhr	Selbsthilfe durch künstlerische Begegnungen – Gestalten mit Naturmaterialien, Fadentechnik

- 10:00 Uhr Aquarellkurs für Einsteiger mit Herrn Blankenburg
- 14:00 Uhr „Aus bunten Fäden ...“ Treff der fröhlichen Handarbeiterinnen
- 14:00 Uhr Arbeit mit Speckstein
- 14:00 Uhr Schach

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

Masseurin Aileen Menyhert bietet Massagen an: jeden zweiten Donnerstag von 9 – 11:30 Uhr. Bitte in die List eintragen lassen!

„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!)

- | | | | |
|----|--------|-----------------|---|
| Mo | 02.09. | 09:00 Uhr | ,Gartentreff der Gartennutzer/-innen |
| | | 13:30 Uhr | Treff der Schachfreunde |
| Di | 03.09. | 14:30 Uhr | Wohnzimmerkonzert mit Duo „Espressivo“ mit dem neuen Programm „Miniaturen“ |
| Mi | 04.09. | ab 10 Uhr | wird die Woche geteilt: Zeit für Begegnungen und Beratungsgespräche |
| Do | 05.09. | 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 | Dia-Vortrag mit Herrn Grenzdörffer „Höhepunkte der ega“ |
| Fr | 06.09. | bis 14 Uhr | Mittagessen und Kaffeetrinken |
| Mo | 09.09. | 13:30 Uhr | „Hutzennachmittag Echalanda Gmoi zu Erfurt“ (Egerländer) |
| Di | 10.09. | 14:30 Uhr | Informationsveranstaltung Horst-Walther-Bestattungen mit Frau Wenzlawek |
| Mi | 11.09. | ab 10 Uhr | wird die Woche geteilt: Zeit für Begegnung und |

			Beratungsgespräche
Do	12.09.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
		14:30 Uhr	Der Klubleiter lädt ein: „Auch wer lesen kann, bekommt gern vorgelesen – heute: Weisheitsgeschichten unter dem Thema: Glück ist, was du daraus machst!“
Fr	13.09.	ab 8 Uhr	Fußpflegerin Frau Treffurt kommt zu uns – bitte in die Liste eintragen
		bis 14 Uhr	Mittagessen und Kaffeetrinken
Mo	16.09.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
Di	17.09.	14:30 Uhr	Das Klubteam lädt ein: „Wir kochen Rhöner Kartoffelsuppe und verkosten sie“
Mi	18.09.	ab 10 Uhr	wird die Woche geteilt: Zeit für Begegnungen und Beratungsgespräche
Do	19.09.	08:30-	Masseurin Aileen Menyhert bietet Massagen an!
		11:30 Uhr	Bitte in die Liste eintragen!
		13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
		14:30 Uhr	Spielenachmittag – Spiele aus dem Seniorenklub können kostenlos ausgeliehen werden: für Familienfeiern, Enkelbetreuung oder Grillabende
Fr	20.09.		Weltkindertag/Feiertag – Der Klub bleibt geschlossen!
Mo	23.09.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
Di	24.09.	14:30 Uhr	„Bingo“ - das schnelle Spiel mit wertvollen Preisen
Mi	25.09.	ab 10 Uhr	wird die Woche geteilt: Zeit für Begegnung und Beratungsgespräche
Do	26.09.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde
		14:30 Uhr	Dia-Vortrag mit Herrn Krause „Botanische Wanderung“
Fr	27.09.	bis 14 Uhr	Mittagessen und Kaffeetrinken
Mo	30.09.	13:30 Uhr	Treff der Schachfreunde

Zitat des Monats:

„Du wirst erst alt, wenn dich die Versuchung meidet.“

Henry Youngman

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

Mo	02.09.	10:00 Uhr	Englisch für Senioren
		10.00 Uhr	Rückenschule mit Bruni
		14:00 Uhr	Zeit für Würfel –u. Kartenspiel
		15:00 Uhr	Englisch für den Alltag - mit Herrn Korda
Di	03.09.	09:30 Uhr	Tanzgruppe „Fröhlicher Kreis“
		09:30 Uhr	Probe „Seniorenensemble Erfurt“
		14:00 Uhr	Ein Vortrag mit Herrn Dölle. Thema: An der Saale hellem Strande...
Mi	04.09.	10:00 Uhr	Probe Zither-Duo
		10:00 Uhr	„Offenes Singen“ mit Lutz Lehmann
		11:15 Uhr	Sitzgymnastik mit Danka
		14:00 Uhr	Treffen der Parkinson Selbsthilfegruppe
Do	05.09.	10:00 Uhr	Probe Kabarett : „Die Spitzenpensionäre“
		ab 13:15	Zu einem gemütlichen Spaziergang durch den Erfurter Steiger laden wir Sie an diesem Nachmittag ein. Wir starten um 13:15 Uhr an der Bushaltestelle Rhodaer

Chaussee – unser Ziel ist das Waldhaus. Dort angekommen können wir uns bei fröhlicher Plauderei ordentlich stärken. Weitere Informationen dazu erhalten Sie im Klub.

- | | | | |
|----|--------|-----------|--|
| Fr | 06.09. | 08:30 Uhr | Gesellige Frühstücksrunde |
| | | 09:30 Uhr | Englisch für Fortgeschrittene |
| | | 09:30 Uhr | Sitzgymnastik mit Irma |
| | | 14:00 Uhr | Samowar mit Gänsehaut |
| Mo | 09.09. | 10:00 Uhr | Rückenschule mit Bruni |
| | | 10:00 Uhr | Englisch für Senioren |
| | | 13:30 Uhr | Treffen des VdK |
| | | 14:00 Uhr | Es trifft sich die Handarbeitsgruppe |
| | | 15:00 Uhr | Englisch für den Alltag - mit Herrn Korda |
| Di | 10.09. | 09:30 Uhr | Tanzgruppe „Fröhlicher Kreis“ |
| | | 09:30 Uhr | Probe „Seniorenensemble Erfurt“ |
| | | 14:00 Uhr | Treffen der Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose |
| Mi | 11.09. | 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 –u. Kartenspiel |
| Do | 12.09. | 10:00 Uhr | Probe Kabarett: „Die Spitzenpensionäre“ |
| | | 10:00 Uhr | „Ab ins Beet“ Es treffen sich unsere Gartenfreunde |
| | | 14:00 Uhr | Die Gruppe der VS Fuchsgrund trifft sich zu einem gemütlichen Kaffeenachmittag |
| | | 14:00 Uhr | Wir laden Sie wieder ein zum „BINGO-SPASS“ am Nachmittag |
| Fr | 13.09. | 08:30 Uhr | Gesellige Frühstücksrunde |
| | | 09:30 Uhr | Sitzgymnastik mit Irma |
| | | 09:30 Uhr | Englisch für Fortgeschrittene |
| | | 14:00 Uhr | „Café classic“ - die literarische Tafelrunde |
| Mo | 16.09. | 10:00 Uhr | Englisch für Senioren |
| | | 10:00 Uhr | Rückenschule mit Bruni |
| | | 14:00 Uhr | Zeit für Würfel- und Kartenspiel |
| | | 15:00 Uhr | Englisch für den Alltag – mit Herrn Korda |
| Di | 17.09. | 09:30 Uhr | Tanzgruppe „Fröhlicher Kreis“ |
| | | 09:30 Uhr | Probe „Seniorenensemble Erfurt“ |
| | | 14:00 Uhr | Ein Vortrag mit Herrn Grenzdörffer. Thema: „Italien“ |
| Mi | 18.09. | 10:00 Uhr | Probe, Zither-Duo |
| | | 10:00 Uhr | „Offenes Singen“ mit Lutz Lehmann |
| | | 11:15 Uhr | Sitzgymnastik mit Danka |
| | | 14:00 Uhr | Es probt der Parkinsonchor |
| Do | 19.09. | 10:00 Uhr | Probe Kabarett: „Die Spitzenpensionäre“ |
| | | 10:00 Uhr | „Ab ins Beet“- Es treffen sich unsere Gartenfreunde |
| | | 14:00 Uhr | Alle Singe-Lustigen laden wir ein zum gemeinsamen „Singen mit Ekki“ |

- 14:00 Uhr Die ehemaligen Mitglieder der VS Studentenrasen treffen sich zu einem gemütlichen Kaffeemittag
- Fr 20.09. Feiertag Der Klub bleibt geschlossen
- Mo 23.09. 10:00 Uhr Englisch für Senioren
 10:00 Uhr Rückenschule mit Bruni
 14:00 Uhr Es trifft sich die Handarbeitsgruppe
 14:00 Uhr Es ist wieder Zeit für Würfel- und Kartenspiel
 15:00 Uhr Englisch für den Alltag – mit Herrn Korda
- Di 24.09. 09:30 Uhr Tanzgruppe „Fröhlicher Kreis“
 09:30 Uhr Probe „Seniorenensemble Erfurt“
 14:00 Uhr Ein Dia-Vortrag mit Herrn Krause. Thema: „Nationaler Geopark Kyffhäuser, Teil 1“
- Mi 25.09. 10:00 Uhr Probe, Zither-Duo
 10:00 Uhr „Offenes Singen“ mit Lutz Lehmann
 11:15 Uhr Sitzgymnastik mit Danka
 14:00 Uhr „Berliner Tanzsalon“ mit Rumen
- Am Donnerstag, den 26. und Freitag, den 27.09. wird in unseren Räumen eine Grundreinigung durchgeführt. Aus diesem Grund bleibt der Klub an diesen beiden Tagen geschlossen.
- Mo 30.09. 10:00 Uhr Englisch für Senioren
 10:00 Uhr Rückenschule mit Bruni
 14:00 Uhr Zeit für Würfel –u. Kartenspiel
 15:00 Uhr Englisch für den Alltag - mit Herrn Korda

Stadtverwaltung Erfurt
Seniorenklub
Leiterin: Frau Otto
Weitergasse 25
99084 Erfurt
Tel. 0361 5 62 67 89

- Mo 02.09. 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 03.09. 09:00 Uhr Frühstücksrunde der ehemaligen Optimaner
 10:00 Uhr Sportkurs mit Waltraut
 13:30 Uhr Treffen der ehemaligen Techniker und Ingenieure
- Mi 04.09. 10:00 Uhr Sportfrei mit Eva
 ab 13 Uhr Nachmittag der Gesellschaftsspiele
- Do 05.09. 09:00 Uhr Rückenschule mit Elvira

		14:00 Uhr	Mit dir ist das Leben ein Hit-Tanztee mit Stephan
Fr	06.09.	ab 11 Uhr	Mittagsversorgung
Mo	09.09.	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	10.09.	09:00 Uhr	Frühstücksrunde der ehemaligen Optimaner
		10:00 Uhr	Hoch das Bein mit Waltraut
Mi	11.09.	10:00 Uhr	Bleib beweglich...Sport mit Eva
		ab 13Uhr	„Die Karten sind gemischt“
Do	12.09.	09:00 Uhr	Rückenschule mit Elvira
		14:00 Uhr	Mamma Mia-Tanztee mit Rumén
Fr	13.19.	ab 11 Uhr	Mittagsversorgung
Mo	16.09.	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	17.09.	09:00 Uhr	„Damals war´s...“Frühstücksrunde der ehemaligen Optimaner
		10:00 Uhr	Immer in Bewegung-Sport mit Waltraut
Mi	18.09.	10:00 Uhr	Englisch mit Herrn Ziehrenner
		10:00 Uhr	Sport mit Eva
		ab 13 Uhr	„Bubbe, Dame, König, Ass...“
Do	19.09.	09:00 Uhr	Rückenschule mit Elvira
		14:00 Uhr	Wo bist du? – Tanztee mit DJ Thomas
Fr	20.09.		Feiertag
Mo	23.09.	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
		13:30 Uhr	Treffen der ehemaligen Krippenleiterinnen
Di	24.09.	09:00 Uhr	Frühstücksrunde der ehemaligen Optimaner
		10:00 Uhr	Bauch, Beine, Po-Seniorensport mit Waltraut
Mi	25.09.	10.00 Uhr	Sport mit Eva
		ab 13 Uhr	Treffen der Rommeespieler
Do	26.09.	09:00 Uhr	Rückenschule mit Elvira
		09:30 Uhr	Frühstücksrunde der Wunschgroßeltern
		ab 14 Uhr	„Wetten ich kann´s“-Tanztee mit DJ Jubelprinz
Fr	27.09.	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:

- Mo, 02.09.19** „Such dir ein Ehrenamt...“
ab 10:00 Uhr Beratungsgespraechen fuer Bu. rger, die eine ehrenamtliche
Tae. tigkeit aufnehmen moechten
ganztae. tig Kontakt: Rita Hofmann, Bu. ro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64, Tel.:
0361-2620775
- Mo, 02.09.19** **erweiterte Sitzung des Stadtvorstands** im Gespraech mit der
Dezernentin fuer
13:00 Uhr Soziales, Bildung und Jugend, Frau Anke Hofmann-Domke, Juri-
Gagarin-Ring 56a
- Di, 10.09.19** **Beratung mit ausgewae. hten Ehrenamtlichen zu Inhalten der**
Projekte(Pflegebegleiter-
14:00 Uhr Initiative), Kontakt: Rita Hofmann, Bu. ro KBZ, Juri-Gagarin-Ring
64, Tel.: 0361-2620775
- Do, 12.09.19** „Kultur am Nachmittag“ – bei Kaffee und Kuchen hoe. ren Sie die
Band „String Company“
14:00 Uhr mit einer Praesentation von Swing, Jazz, Celtic Folk, Gipsy Swing,
Klezmer,
Gae. ste: 6,00€, Mitglieder: 5,00€, Saal, Juri-Gagarin-Ring 56a,
Kartenbestellung bei Rita Hofmann, Bu. ro KBZ, Juri-Gagarin-Ring
64, Tel.: 0361-2620775
- Di, 17.09.19** **Sternwanderung unter dem Motto „Dr. Wald“** anlaesslich des 6.
Freiwilligentages 2019 fuer
10:00Uhr interessierte Wanderfreunde, Treffpunkt: Thu. ringer
Ministerium fuer Inneres und Kommunales Erfurt, Steigerstra. ue
24, Treppenaufgang zum Steigerwald, Anmeldungen erbeten,
Kontakt: Rita Hofmann, Bu. ro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64, Tel.:
0361-2620775
oder E-Mail: hofmann@senioren-schutzbund.org
- Do, 19.09.19** **Vortrag: Cyber Crime mit Steffen Panse**

- 14:00 Uhr** Themen: Wie muss ich meinen Heimcomputer durch Virenprogramme, mit Updates und der Vergabe von Passwörtern schützen? Welche aktuellen Bedrohungen (z.B. Verschlüsselung des PC) gibt es und welche Gegenmaßnahmen kann ich ergreifen?
Saal, Juri-Gagarin-Ring 56a
- Do, 19.09.19** **Bildungsfahrt nach Oederan und Lichtenwalde** mit Frau Müller ist ausgebucht
ganztägig
- Mo, 23.09.19** **Auswertung der Aktivitäten in der Woche des bürgerschaftlichen Engagements**
14:00 Uhr Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64
- Di, 24.09.19** **Beginn des neuen PC-Kurses – Windows 10**
10 – 13:00 Uhr In einem Kurs für Anfänger, der 8 Termine (jeweils Di und Do) umfasst, werden neben wichtigen Einstellungen die Funktionen des Explorers, die Installation von Programmen sowie mögliche Sicherheitseinstellungen erläutert und geübt. Es besteht die Möglichkeit, eigene Technik mitzubringen und die Übungen am eigenen Gerät auszuführen. Anmeldungen bei Anke Müller – Tel.: 0361-2620775 PC-Raum, Juri-Gagarin-Ring 64
- Do, 26.09.19** **Auswertung der Beratungsgespräche mit Ehrenamtlichen** über ihre Einbeziehung in Vereinsgruppen, Projekte, Interessen- oder Sportgruppen, Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64
14:00Uhr
- 27.09.19** **Lesung der Hamburger Autorin Christa Reimann, Thema: „Ist denn der Krieg noch nicht vorbei?“** moderiert von Seniortrainerin Dagmar Mayer, Seniorenklub Hans- Grundig- Str. 25, Anmeldungen bei Seniortrainerin Dagmar Mayer, Tel: 0361-3462889

Veranstaltungen der Selbsthilfegruppen

- Do, 12.09.19** Die SHG 006 „Herrenberg- Lebenshilfe“ trifft sich zum Besuch der ega.
14:30 Uhr Treffpunkt 14:30 Uhr am Haupteingang
- Mi, 25.09.19** Die SHG 006 trifft sich zum Gespräch mit Karola Stange "30 Jahre nach der Wende"
14:30 Uhr 14.30 Uhr im Family - Club

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

Di, 10.09.19 Die Mitglieder der SHG 008 „Gesund und aktiv im höheren Lebensalter“ haben einen
14:00 Uhr Ausflug zur Fuchsfarm im Steigerwald geplant. Dort werden wir eine Führung durch das Objekt erleben und anschließend findet ein gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen statt, bei dem wir Fragen zur Arbeit der Mitarbeiter der Fuchsfarm stellen können. Anreise erfolgt am 10.09.19 mit dem Bus (Linie 60) ab Bahnhof, Abfahrt 12:53 Uhr. Vom Waldhaus wandern wir gemütlich zur Fuchsfarm (ca. 1,5 Km). Unkostenbeitrag: ca. 3,00 - 4,00€.

Ankündigung Die SHG 009 „Aktive Herbstzeit“ unternimmt am **22.10.2019** einen Busausflug in den Thüringer Wald. Abfahrt: 12:30 Uhr – Intercity Hotel Erfurt. Da der Bus nur über 8 Plätze verfügt, wird um rechtzeitige Anmeldung bei Marianne Schwalbe – Tel.: 0361 78929902 gebeten.

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

Sa, 07.09.19 Gemeinsame Ausfahrt der Radgruppensprecher
07:45 Uhr Treffpunkt Hbf auf dem Bahnsteig, Ri. Sangerhausen (ca.
70 km auf dem Unstrutradweg)
Teilnahmebestätigung bis spät. 05.09. NOTWENDIG (an
Dieter)

Di, 24.09.19 Rad-Bus-Tagesfahrt TR 16, auf dem Unstrut- RW von Wiehe
nach Naumburg ca. 55 km mit **08:00 Uhr** Einkehr in
Besenwirtschaft, Abfahrt ab Domplatz

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	Mo
mit Herrn Wettstein	Mo
mit Frau Müller	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

(Saal- Juri-Gagarin-Ring 56a)

Mi

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

Mi

mit Frau Zimek

Mi

Literatur

Interessengruppe „Herbstzeitlose“

3. Donnerstag im Monat –
13:30 Uhr

Bibo, Juri-Gagarin-Ring 64

Literatursalon mit Frau Schleinitz

1. Donnerstag im Monat -
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

Tel.: 01520 5853131

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Friedrich-Engels-Str. 49

10:00 Uhr – 16:00 Uhr

09:00 Uhr – 15:00 Uhr

10:00 Uhr – 16:00 Uhr

10:00 Uhr – 16:00 Uhr

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 04.09.2019

13:00-16:00 Uhr

Treff zur fröhlichen Skatrunde

Jeden Freitag ab 06.09.2019

10:00-13:00 Uhr

Treff der Schachfreunde

Mittwoch, 04.09.2019

10:00-11:30 Uhr

Gemeinsames Frühstück

Donnerstag, 05.09.2019

Fahrt nach Hohenfelden mit Mittagessen und Rundgang am See

Treffpunkt: 9:00 Uhr Busbahnhof

Mittwoch, 11.09.2019

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

Donnerstag, 12.09.2019

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

Donnerstag, 19.09.2019

12:15-13:30 Uhr Kreatives Gestalten

14:00-16:00 Uhr Spielenachmittag

Mittwoch 25.09.2019

Kleine Stadtführung entlang der Langen Brücke

Treffpunkt: 10:00 Uhr Haltestelle Brühlerstraße

Donnerstag, 26.09.2019

14:00-16:00 Uhr Spielenachmittag bei Kaffee und Kuchen

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

Freitag: 08:00 – 16:00 Uhr Fußpflege im Haus
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
Di	17.12.	14:00 Uhr	Weihnachtsfeier

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	04.09.	14:00 Uhr	Plauderstündchen
Sa	21.09.		Hopfenbergfest

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

01.10.19 von 09:00 bis 12:30 Uhr, UNI-Sporthalle, Nordhäuser Str. 73, **3. Senioren-Aktiv-Tag**– Mit vielen Mitmachangeboten. Bitte Turn- bzw. Hallenschuhe mitbringen.

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

- 24.09. 14:30 Uhr Haus Dacheröden „**23. Federlesen**“ - Senioren lesen ihre literarischen Schöpfungen – Eintritt frei!
- 30.09. 14:30 Uhr Begegnungsstätte der Volkssolidarität – Oskar-Schlemmer-Str. 1 „**Interkulturelle Woche**“
-

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

Sitttänze

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

- | | | | |
|----|--------|------------|---|
| Mo | 09.09. | 13:30 Uhr | Treffen der „ Fröhlichen Runde “ und der Reichsbahngruppe Geöffnet für alle! |
| Mi | 11.09. | 15:00 Uhr | „ Tanz auf dem Ringelberg – Vladi wird uns verzaubern “
Bitte nur mit Voranmeldung! |
| Fr | 13.09. | 10:00 Uhr | Wochenausklang für Jedermann! |
| | | 14:00 Uhr | Mit Spiel, Spaß und Unterhaltung |
| Mo | 16.09. | 14:00 Uhr | Die Vorsitzende der OG 033 Frau Hornung lädt Ihre Mitglieder zur Veranstaltung reichlich herzlich ein.
Thema: Erich Kästner – Prosa & Lyrik – vorgetragen von Frau Renner |
| Do | 19.09. | 17:00 Uhr | Beratung – Regionalverband – Vorstand VS |
| Fr | 20.09. | 10-14 Uhr | Wochenausklang für Jedermann mit Spiel, Spaß und Unterhaltung! |
| Mo | 23.09. | 9 – 14 Uhr | Kreisgeschäftsführer-Tagung VS |
| Mi | 25.09. | 14:00 Uhr | Kaffeenachmittag der OG 082 |
| Fr | 27.09. | 10-14 Uhr | Wochenausklang für Jedermann mit Spiel, Spaß und Unterhaltung! |
| Mo | 30.09. | 14:30 Uhr | Interkulturelle Woche – Thema: Afghanistan |

Änderungen vorbehalten!

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

Mo	02.09.	15:30-17:30 Uhr	Singen mit Kaffee und Kuchen (4 €) Voranmeldung erforderlich!
Di	03.09.	09:00-10:00 Uhr 10:15-11:00 Uhr 15:00-17:00 Uhr	Gymnastik (6 €) Hockergymnastik (5,50 €) Spielenachmittag
Mi	04.09.	10:00-12:00 Uhr 17:30-19:30 Uhr	Kreativangebot Line-Dance
Fr	06.09.	09:30-11:30 Uhr	Computerstammtisch
Mo	09.09.	17:00-18:30 Uhr	Qi Gong
Di	10.09.	09:00-10:00 Uhr 10:15-11:00 Uhr 14:30-16:00 Uhr	Gymnastik (6 €) Hockergymnastik (5,50 €) Kaffeekränzchen mit Besuch der sogenannten „Lebendigen Bibliothek“ der Naturfreunde Thüringen e. V.
Mi	11.09.	10:00-12:00 Uhr 17:30-19:30 Uhr	Kreativangebot Line Dance
Mo	16.09.	15:30-17:30 Uhr	Singen mit Kaffee und Kuchen (4 €) (Voranmeldung erforderlich!)
Di	17.09.	09:00-10:00 Uhr 10:15-11:00 Uhr 15:00-17:00 Uhr	Gymnastik (6 €) Hockergymnastik (5,50 €) Spielenachmittag
Mi	18.09.	10:00-12:00 Uhr 17:30-19:30 Uhr	Kreativangebot Line Dance
Fr	20.09.	09:30-11:30 Uhr	Computerstammtisch
Mo	23.09.	10:30-11:30 Uhr 17:00-18.30 Uhr	Gedächtnistraining Qi Gong
Di	24.09.	09:00-10:00 Uhr 10:15-11:00 Uhr 14:30-16:00 Uhr	Gymnastik Hockergymnastik (5,50 €) Kaffeekränzchen
Mi	25.09.	10:00-12:00 Uhr 17:30-19:30 Uhr	Kreativangebot Line Dance
Fr	27.09.	09:30-11:30 Uhr	Computerstammtisch
Mo	30.09.	15:30-17.30 Uhr	Singen mit Kaffee und Kuchen (4 €) (Voranmeldung erforderlich!)

„Quartier-Aktiv-Treff“ für Senioren
Serviceleiter: Herr David Henkel
Am Katzenberg 1
99097 Erfurt
Tel.: 0361/43 02 19 73

Für den Monat September 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
donnerstags	10:00-10:45 Uhr	Senioren-gymnastik
	17:00-17:30 Uhr	Qi Gong für Anfänger
	17:40-18:30 Uhr	Qi Gong Basiskurs
	19:00-20:00 Uhr	Fitnessgymnastik
freitags	10:00-11:00 Uhr	Gedächtnistraining/Bingo
	14:00-15:30 Uhr	Fit 50+ (nicht am 13.09.2019)
	17:30-19:00 Uhr	Kindertanzgruppe „Phönix“ ab Klasse 3

außerdem:

02.09.19	19:30-21:00 Uhr	Beiratssitzung (jeden 1. Montag im Monat)
09.09.19	15:30-16:30 Uhr	DIA-Vortrag Andalusien (W. Grenzdörfer)
11.09.19	16:00-18:00 Uhr	Bastel- und Näh-Café
18.09.19	19:30-21:00 Uhr	Offener Ringelbergkreis (Ev. Kaufmanns- gemeinde)
24.09.19	16:00-19:00 Uhr	Repariertreff: Wir reparieren eure kaputten Geräte!
25.09.19	19:00-21:00 Uhr	Offener Spieleabend (jeden letzten Mittwoch im Monat)

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

Auftaktveranstaltung Herbstsemester 2019: Reden wir über unsere Demokratie!

Dass die Demokratie nicht mehr selbstverständlich, sondern gefährdet ist, das fordert zu ihrer aktiven Verteidigung heraus. Gerade auch angesichts der Krise der Parteiendemokratie, der Vertrauenskrise der Volksparteien. Aber vor allem auch angesichts dessen, was viele zu Recht als Vergröberung der kommunikativen Sitten erleben.

Kursnr.: Q10000
Beginn: Montag, 02.09.2019, 19:00 - 20:30 Uhr
Gebühr: Eintritt frei
Kursort: Rathaus Erfurt, Rathausfestsaal
Referent: Bundespräsident a. D. Wolfgang Thierse

Stadtrundgang: Handwerk und Gassen

In diesem Rundgang erkunden Sie das Andreasviertel, welches im 10. und 11. Jahrhundert von Flamen besiedelt wurde und sich von der Andreasstraße im Westen bis zur Gera im Osten und von der Ackerhofgasse im Norden bis zur Pergamentergasse im Süden erstreckt. Hier haben sich Handwerker, insbesondere Weber, Glockengießer, Korbbinder und andere Gewerke, die besonders für ihren Wasserbedarf bei der Herstellung der Produkte bekannt waren, niedergelassen. Noch heute lässt sich die handwerkliche Vielfalt des Viertels an den Straßennamen ablesen. Folgen Sie Ralf-Dieter May durch das Andreasviertel und erhalten Sie einen spannenden Einblick in die frühe Geschichte Erfurts.

Kursnr.: Q10132
Beginn: Montag, 02.09.2019, 18:00 - 19:30 Uhr
Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR
Treffpunkt: Andreaskirche (Ecke Andreasstraße/Webergasse)
Referent: Ralf-Dieter May

Microsoft Word - Dokumentenerstellung und -bearbeitung

Kursnr.: Q57203
Beginn: Montag, ab 02.09.2019, 17:00 - 20:10 Uhr, 8 Wochen
Gebühr: 128,00 EUR, erm. 102,40 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Matthias Wendel

Gitarrenkurs Songbegleitung 1 - Anfänger

Kursnr.: Q20811
Beginn: Dienstag, ab 03.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr, 18 Wochen

Gebühr: 144,00 EUR, erm. 115,20 EUR,
Bitte bringen Sie Ihr eigenes Instrument mit.
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Peter Ivanov Mandev

Atelier für Senioren - Bildnerischer Ausdruck

Entdecken Sie im offenen Atelier die Vielseitigkeit der Möglichkeiten des kreativen und künstlerischen Arbeitens. In diesem Kurs sollen Sie Ihre Fähigkeiten in verschiedensten künstlerischen Bereichen zum Ausdruck bringen und sich selbst kreativ entfalten können.

Kursnr.: Q20510
Beginn: Dienstag, ab 03.09.2019, 10:00 - 12:15 Uhr, 8 Wochen
Gebühr: 96,00 EUR, erm. 76,80 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referentin: Julia Kneise

Country- und Line-Dance - Fortgeschrittene

Kursnr.: Q32711
Beginn: Dienstag, ab 03.09.2019, 18:00 - 19:30 Uhr, 10 Wochen
Gebühr: 80,00 EUR, erm. 64,00 EUR,
Bitte Turnschuhe zum Training mitbringen.
Kursort: Lernort "Nord" - Moskauer Straße 114
Referentin: Christine Friedrich

Atelier für Senioren - Freies Malen und Zeichnen

Kursnr.: Q20515
Beginn: Dienstag, ab 03.09.2019, 12:45 - 14:15 Uhr, 10 Wochen
Gebühr: 80,00 EUR, erm. 64,00 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Helmut Glaßl

Erfurter Viertel-Geschichten

Bilderreiche Reise durch die Erfurter Stadtviertel -- Geschichte und Geschichtlein, Originale und Originelles, Lustiges und Ernstes.

1. Erfurts alt-romantische Mitte
2. Erfurts kraftvoller Norden
3. Erfurts poetischer Süden
4. Erfurts geheimnisvoller Osten
5. Erfurts blumiger Westen.

Kursnr.: Q10162
Beginn: Dienstag, ab 03.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr, 5 Wochen
Gebühr: 40,00 EUR, erm. 32,00 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referentin: Dr. Andrea Herz, Diplomhistorikerin

Ikebana - Japanische Blumenkunst - Anfänger

Kursnr.: Q21230

Beginn: Mittwoch, ab 04.09.2019, 18:30 - 20:45 Uhr, 10 Wochen

Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR,
Es entstehen Nebenkosten für Pflanzenmaterial.
Bitte Schreibutensilien mitbringen.

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referentin: Ingrid Bauhaus

Lichtbildervortrag USA - 7000 km durch den Westen der USA - Teil 1

Kursnr.: Q11016

Beginn: Mittwoch, 04.09.2019, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referent: Holger Schmidt

Englisch A2 Konversation

Kursnr.: Q46553

Beginn: Montag, ab 09.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen

Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referentin: Petra Ott

100 Jahre Weimarer Republik - Der Weg zur Einheit - Die Gründung des Freistaats Thüringen

Kursnr.: Q10144

Beginn: Montag, 09.09.2019, 18:40 - 20:10 Uhr

Gebühr: Eintritt frei

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referent: Dr. Thomas Frantzke

Afrikanischer Trommelworkshop für Einsteiger

Kursnr.: Q20851

Beginn: Dienstag, ab 10.09.2019, 18:40 - 21:45 Uhr, Dienstag und Mittwoch

Gebühr: 32,00 EUR, erm. 25,60 EUR,
Trommeln stehen gegen eine geringe Ausleihgebühr zur Verfügung.

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referent: Jürgen Anschütz

Spanisch A1.2 am Vormittag

Kursnr.: Q42215

Beginn: Dienstag, ab 10.09.2019, 08:30 - 10:00 Uhr, 15 Wochen

Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referentin: Magda Rocio Castellanos-Ehrenberger

BS Android (Handy-Kurs)

Kursnr.: Q57852

Beginn: Dienstag, ab 10.09.2019, 17:00 - 20:10 Uhr, Dienstag, Mi

Gebühr: 32,00 EUR, erm. 25,60 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referentin: Christel Buchröder

Englisch A1.2 am Vormittag

Kursnr.: Q46150

Beginn: Dienstag, ab 10.09.2019, 09:45 - 11:15 Uhr, 15 Wochen

Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referent: Dr. Adrian Wilding

Einstieg in die digitale Fotografie - Kompaktkamera

Kursnr.: Q21013

Beginn: Mittwoch, ab 11.09.2019, 17:00 - 20:10 Uhr, 6 Wochen

Gebühr: 96,00 EUR, erm. 76,80 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referent: Reinhard Lemitz

Französisch A1.2 am Vormittag

Kursnr.: Q40815

Beginn: Mittwoch, ab 11.09.2019, 10:15 - 11:45 Uhr, 15 Wochen

Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Italienisch A1.2 am Vormittag

Kursnr.: Q40915

Beginn: Mittwoch, ab 11.09.2019, 08:30 - 10:00 Uhr, 15 Wochen

Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Die Wirkung von Sprache innerhalb der Partnerschaft

Kursnr.: Q10729

Beginn: Mittwoch, 11.09.2019, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referent: Steffen Quasebarth

Stadtrundgang: Erfurter Architecto - Bauklötzer (be)staunen

Wissen Sie, wozu Apotrophaen nützlich sind? Wo Balken sich biegen und Bögen schwer tragen?

Wofür der Bauknecht Schweinsblasen holen sollte? Wie man - auch als Laie - Bauwerke datieren kann? Erfurt hat fast alle Baustile vom letzten Jahrtausend - da

wird die stilgerechte Betrachtung von Romanik, Gotik, Renaissance, Historismus nie trocken.

Kursnr.: Q10136
Beginn: Mittwoch, 11.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr
Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR
Treffpunkt: Rathaus Erfurt Haupteingang
Referentin: Dr. Andrea Herz, Diplomhistorikerin

"Wölfe in Deutschland - die Rückkehr nach Thüringen"

Kursnr.: Q11106
Beginn: Donnerstag, 12.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr
Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Silvester Tamás

Französisch A1.3 am Vormittag

Kursnr.: Q40824
Beginn: Donnerstag, ab 12.09.2019, 10:15 - 11:45 Uhr, 15 Wochen
Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referentin: Birgit Wenzel

Internet - Wissen was passiert (EDV-Grundlagen 2)

Kursnr.: Q57111
Beginn: Donnerstag, ab 12.09.2019, 17:00 - 20:10 Uhr, 8 Wochen
Gebühr: 128,00 EUR, erm. 102,40 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Matthias Wendel

100 Jahre Weimarer Republik - Gefährdung der Demokratie - Der Kapp-Lüttwitz-Putsch

Kursnr.: Q10145
Beginn: Montag, 16.09.2019, 18:40 - 20:10 Uhr
Gebühr: Eintritt frei
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Dr. Thomas Frantzke

Tschechisch A1.1

Kursnr.: Q42305
Beginn: Montag, ab 16.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen
Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referentin: Jana Kliemann

Abend der Künste - Lange Nacht der Volkshochschulen

Der Bereich Kunst & Kultur und die Erfurter Malschule laden am 20. September 2019, ab 18.00 Uhr zum Abend der Künste ein. In unseren Räumlichkeiten kann "am Stück" gemalt, gezeichnet, fotografiert, gedruckt, geschnitzt und mit verschiedenen Materialien gestaltet werden. Auch das gemeinsame Musizieren und Kochen bilden inhaltliche Programmpunkte.

Kursnr.: Q20591

Beginn: Freitag, 20.09.2019, 18:00 - 00:00 Uhr

Gebühr: Eintritt frei.

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Flugangst: Über den Wolken - Ein Seminar gegen Flugangst

Kursnr.: Q10732

Beginn: Samstag, ab 21.09.2019, 10:00 - 15:00 Uhr, 2 Tage

Gebühr: 48,00 EUR, erm. 38,40 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referent: Rainer Plesse

Stadtrundgang: Erfurter Hinterhöfe

Entdecken Sie mit Ralf-Dieter May die versteckten Hinterhöfe in der historischen Innenstadt.

Kursnr.: Q10134

Beginn: Samstag, 21.09.2019, 15:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR

Treffpunkt: Haus Dacherröden, Anger 37

Referent: Ralf-Dieter May

Grundkurs Pilzbestimmung

Kursnr.: Q11527

Beginn: Samstag, 21.09.2019, 09:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: 40,00 EUR, erm. 32,00 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Referent: Michael Vogel

Grundkurs Internet - Seniorenkurs

Kursnr.: Q57041

Beginn: Montag, ab 23.09.2019, 14:00 - 16:30 Uhr,
3 Veranstaltungen - Montag, Mittwoch, Fr

Gebühr: 36,00 EUR, erm. 28,80 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt

Neuhebräisch 1. Semester

Kursnr.: Q41305

Beginn: Montag, ab 23.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr, 15 Wochen

Gebühr: 120,00 EUR, erm. 96,00 EUR

Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Eran Weiss

Möglichkeiten und Grenzen von Hörgeräten

Was ist ein Hörverlust und welche Möglichkeiten gibt es, diesen auszugleichen. Gibt es Fälle, in denen ein Hörgerät keine Verbesserung mehr bieten kann?

Kursnr.: Q36008
Beginn: Dienstag, 24.09.2019, 18:00 - 19:30 Uhr
Gebühr:
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Olaf Eisenkrätzer

Entspannt und konzentriert mit ätherischen Ölen

Kursnr.: Q31510
Beginn: Dienstag, 24.09.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referentin: Silvia Schindler

Interkulturelle Woche: Ländervortrag Transsibirische Eisenbahn

In Kooperation mit der Deutsch Russischen Freundschaftsgesellschaft in Thüringen e.V.

Kursnr.: Q11018
Beginn: Mittwoch, 25.09.2019, 19:00 - 20:30 Uhr
Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Günter Guttsche

Interkulturelle Woche: Soziokulturelles Dinner ... oder warum wir in Thailand keine Roulade serviert bekommen

Auf dieser kleinen kulinarischen Weltreise erfahren Sie Bemerkenwertes über scharfe Gewürze, asiatische Tischsitten, russische Gastfreundschaft und Fast-Food in den USA. Guten Appetit und gute Laune wünscht Birgit Schuster (Kommunikationstrainerin und Insiderin in Sachen Stil und Etikette USA/ Deutschland).

Kursnr.: Q11025
Beginn: Donnerstag, 26.09.2019, 19:00 - 20:30 Uhr
Gebühr: Eintritt frei.
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referentin: Birgit Schuster

Exkursion Jüdischer Friedhof - Spaziergang über den Neuen Jüdischen Friedhof zu Erfurt

Kursnr.: Q10111
Beginn: Donnerstag, 26.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR,
Kursort: Neuer Jüdischer Friedhof, Werner-Seelenbinder-Straße 3, 99096 EF
Referentin: Annelie Hubrich

Russische Märchen

Kursnr.: Q10038
Beginn: Freitag, 27.09.2019, 18:00 - 19:30 Uhr
Gebühr: Eintritt frei. Eine Spende für das Projekt Mundwerk ist gern gesehen.
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referentinnen: Anna-Renate Möbus / Dagmar Heyne / Ursula Peter-Bekasinski

Histamin-Unverträglichkeit

Kursnr.: Q34304
Beginn: Freitag, 27.09.2019, 17:00 - 20:00 Uhr
Gebühr: 8,00 EUR, erm. 6,40 EUR
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referentin: Dr. Ulrike Eigner

100 Jahre Volkshochschulen in Thüringen

Kursnr.: Q10146
Beginn: Montag, 30.09.2019, 18:40 - 20:10 Uhr
Gebühr: Eintritt frei.
Kursort: Volkshochschule, Schottenstraße 7, Erfurt
Referent: Dr. Thomas Frantzke

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), Bushaltstelle 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