

Seniorenzentrum Kirchheim

Odenwaldstr. 4 69124 Heidelberg Tel. 06221 - 720022

Programm für Mai 2024



Frühlingsszene mit Blumen



SeniorenZentrum
Kirchheim

Begegnung im Stadtteil

Seniorenzentrum Kirchheim

Kunstspaziergang in Kirchheim

Am Sonntag, dem 05.05.24, 14.00 -17.00 Uhr

Rainer Rück *Fotografie*
im Café Ü50

Heidelberg hat einiges zu bieten! Kunstschaffende aus Kirchheim öffnen an diesem Sonntag ihre Ateliers, um Ihre Arbeiten der Öffentlichkeit zu präsentieren.

Die aktuelle Ausstellung Im CaféÜ50 macht die vielen Heidelberger Brunnen mit ihren unterschiedlichen Geschichten zum Thema.

Im Rahmen des Kunstspaziergangs haben Sie Gelegenheit u.a. Fotos von Rainer Rück zu bewundern, die bei Wettbewerben Preise erlangt haben!



Unser Café
ist von 14.00-17.00 geöffnet!
Kommen Sie gerne auf einen
Kaffee und ein Stück Torte vorbei.
Wir freuen uns auf viele Gäste!

Seniorenzentrum Kirchheim

Heidelberg – 10 Jahre UNESCO-Literaturstadt

Im Rahmen einer Lesungsreihe lesen Autorinnen und Autoren der „UNESCO City of Literatur Heidelberg“ unter dem Motto „Mehr Literatur wagen“ das ganze Jahr über an unterschiedlichen Orten etwas vor.

Mittwoch, 15.05.24 um 14:30 Uhr

im Nebenraum des CaféÜ50

Lesung von Nina Bungarten

aus dem Buch von Christos Anastasopoulos

„Bevor der Brand kam. Geheimnisse unter Bäumen“

Die Dauer der Lesung beträgt ca. 60 min.

Bitte melden Sie sich bis zum 14.05.24 bei uns an.

Wir freuen uns auf Sie!



Regelmäßige Angebote im Seniorenzentrum Kirchheim

.... *Unser Wochenplan*

Montag	
09.30 Uhr	„ Zusammen Kreativ “ (M. Kinze) 06.05
10:00 Uhr	Boule-Spiel am Freiheitsplatz (H.-J. Heinath)
10:00 Uhr	Alla-Hopp- Fitnessgruppe auf der Anlage (X. Fan)
14:00 Uhr	Spiel-Treff im Café Ü50 (D. Bederke)
14:00 Uhr	Montags-Quizz (D. Bederke) 06.05
14:30 Uhr	Gesprächskreis für Frauen (M.Kröll) 06.05
Dienstag	
09:00 Uhr	Stuhlgymnastik (G. Berberich)
10:00 Uhr	Stepptanz im Bürgerzentrum (S. Reith)
10:00 Uhr	„ Offener Gymnastik-Treff “ am Kerweplatz
10:30 Uhr	Französischkurs (P. Kambili)
10:30 Uhr	Badminton in der Soccarena HD
14:30 Uhr	Süßes im Café Ü50 (H. Bergner, R. Six)
14:30 Uhr	Feldenkrais - Leichter bewegen im Alltag (O. Solberg)
14:30 Uhr	Gymnastik in der Kurpfalzschule (D.Anders) neu!!
Mittwoch	
09:00 Uhr	Patchwork- Gruppe
09:15 Uhr	Englisch ohne Leistungsdruck (E. Mrosek)
09:30 Uhr	Sektfrühstück (H. Fuchs / U. Gärtner / C. Neuer) 29.05
10:00 Uhr	Alla-Hopp-Fitnessgruppe auf der Anlage (H. Weilemann)
11:00 Uhr	E-Bike-Radtour (G. Roth) Termine auf Anfrage!
12:00 Uhr	Reha-Sport im Sitzen (L. Kirsch) Sportzentrum Erlenweg

Regelmäßige Angebote im Seniorenzentrum Kirchheim

.... *Unser Wochenplan*

Donnerstag	
09:00 Uhr	Stuhlgymnastik im Seniorenzentrum (G. Berberich)
09:00 Uhr	„Spielend fit“ in der Praxis Lehmann (Hegenichstr.18) (S. Schmöle)
10:30 Uhr	Positives Denken im Alltag (C. Kocher) 02.05; 16.05
14:00 Uhr	Bingo (Rita Six) 02.05
14:00 Uhr	Traditionelles Maisingen (D. Siedelberg, V.Ruf) 16.05
14:00 Uhr	Nordic Walking Gruppe , ca, 1 Std. (Treff vor dem SZ)
14:30 Uhr	Snacks im Café Ü50 (B. Heinath)
Freitag	
10:45 Uhr	Yoga auf dem Stuhl (G. Nikolaus)
14:00 Uhr	Gedächtnis-Training (I. Hofmann, E. Kropf)
14:00 Uhr	Spiel-Treff im Café Ü50 (B. Schneider, C. Windisch)
19:00 Uhr	Tanzabend im Café Ü50 (R. Six / H.Bergner / O.Knopf/ W.Berger) 17.05

Wenn Sie mit dem Gedanken spielen, sich einer Gruppe anzuschließen, nehmen Sie bitte zuvor Kontakt mit Frau Ruf oder Herr Ueltzhöffer auf.

Bei fast allen Kursen ist ein unverbindliches „Reinschnuppern“ möglich.

Die Kursgebühren liegen zwischen 2,- € und 3,- € pro Stunde. Viele Angebote sind kostenlos.



Weitere Veranstaltungen

Donnerstag, 16.05.24 ab 14 Uhr

„Traditionelles Maisingen“ im Café Ü50

Kommen Sie vorbei und singen Sie mit uns das schöne Frühlingswetter herbei!

Fr. Ruf und Hr. Siedelberg werden Sie mit Gitarre und Keyboard begleiten. Als kleine Stärkung bieten wir an diesem Nachmittag einen leckeren Wurstsalat und als „Durstlöscher“ eine frische Erdbeerbowle an.



Der Gesprächskreis für Frauen hat noch freie Plätze!!

Alle 14 Tage montags von 14:30-16:00 Uhr.

In geschütztem Rahmen über persönliche Belange und Anliegen sprechen ohne dabei von jemandem unterbrochen zu werden.

Anschließend besteht noch die Möglichkeit zum Austausch in unserem CaféÜ50.



Weitere Veranstaltungen

Vorschau auf Juni 2024

Am 14.06.24 beginnt die Fußball- Europameisterschaft in Deutschland!



Natürlich wollen wir unsere Mannschaft tatkräftig unterstützen! Auch bei uns im Seniorenzentrum erwartet Sie eine tolle EM-Atmosphäre.!

Der Einstieg: Das Vorrundenspiel und zugleich die Neuauflage des WM-Finals von 1954



Deutschland gegen Ungarn

Wann: Mittwoch, 19.06.24 ab 17 Uhr

Wo: Café Ü50, Odenwaldstr.4

Anpfiff: 18 Uhr



Wie im Stadion bieten wir an diesem Abend leckere Bratwürste und Brötchen an. Für passende Getränke ist ebenfalls gesorgt!

Nur mit Voranmeldung bis zum 10.06.24 (Die Plätze sind begrenzt)

Und noch eine kleine Info... Während der gesamten Dauer der Europameisterschaft zeigen wir von Montag bis Freitag immer wieder Spiele, die um 15 Uhr beginnen. Wenn Sie sich für Fußball interessieren, dürfen Sie gerne vorbeikommen und mit uns mitfiebern. Für das leibliche Wohl ist immer bestens gesorgt.

Service

Öffnungszeiten:

Büro/Café Ü50:

Montag-Freitag: 9.00 Uhr-17.00 Uhr

Beratungsangebot:

Frau Ruf und Herr Ueltzhöffer bieten Ihnen gerne ein Gespräch „unter vier Augen“ an.

Vereinbaren Sie am besten vorher einen Termin, damit wir uns auch Zeit für Sie nehmen können. Wir beraten Sie gerne zu allen Fragen, die sich mit fortschreitendem Alter stellen wie zu Vorsorge, zu häuslicher Versorgung, über die Möglichkeiten der ambulanten, teilstationären oder stationären Versorgung usw.

Gerne unterstützen wir Sie auch dabei wieder Anschluss zu bekommen nach langem Alleinsein.

Ihr Team vom Seniorenzentrum Kirchheim

***Seniorenzentrum Kirchheim, Odenwaldstr. 4,
69124 Heidelberg***

Telefon: **06221-720022**

E-Mail: szkirchheim@psd-ggmbH.de

Internet: www.seniorenzentren-hd.de

Leitung: Vera Ruf, Marc Ueltzhöffer

Redaktion: Gerhard Riemenschneider, Vera Ruf, Marc Ueltzhöffer