

Monatsprogramm

Mai 2022

 **SeniorenZentrum
Bergheim**
Begegnung im Stadtteil



Es geht los: Im Mai startet das Generationen-Graffiti-Projekt

Graffiti in der Altstadt von Palermo (Foto: Anna Peczyńska)

Wir bieten von Montag bis Freitag Mittagessen an.

Je nach aktueller Corona-Verordnung, zum Abholen oder auch in unserem SeniorenZentrum. Sprechen Sie uns an.

Donnerstags können Sie nach Voranmeldung zum Mittagessen mit unserem Auto abgeholt werden.

Preis 6,00 Euro, für Personen mit Heidelberg-Pass für 1 Euro.

Den aktuellen Speiseplan erhalten Sie auch im Internet unter

<http://www.seniorenzentren-hd.de/seniorenzentren/bergheim>

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie etwas finden, das Ihnen schmeckt.

Bitte melden Sie sich bereits am Vortag bis 14 Uhr an; entweder persönlich,

telefonisch unter der Telefon-Nr. 06221 970368 oder per Mail an

szbergheim@vbi-heidelberg.de.



1. Al - les neu macht der Mai, macht die See - le
frisch und frei. Lasst das Haus, kommt hin - aus!
Win - det ei - nen Strauß! Rings er - glän - zet
Son - nen - schein, duf - tend pran - gen Flur und Hain:
Vo - gel - sang, Hör - ner - klang tönt den Wald ent - lang.

*Alles neu macht
der Mai;
Hermann
Adam
von Kamp
(1796-1867)*

vbi
verein zur beruflichen
integration und
qualifizierung e.v.

SeniorenZentrum Bergheim

E. Dişli-Gülçalar/A. Peczyńska
Kirchstr. 16, 69115 Heidelberg,
Telefon 06221 9703-68 oder -67
szbergheim@vbi-heidelberg.de
www.seniorenzentren-hd.de

 **SeniorenZentrum
Bergheim**
Begegnung im Stadtteil

Termine im Mai 2022

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<p>11:00 - 12:00 Uhr Mach mit - bleib fit! <i>mit Frau Blacchucik</i></p>	<p>10:15 - 15:15 Uhr Smartphone/Tablet- und Computerberatung <i>Einzelberatung mit Herrn Güde</i></p>	<p>10:00 - 11:30 Uhr Boule an der Schwanenteichanlage, neben der Stadtbücherei</p> <p>10:30 - 12:00 Uhr Gesprächsgruppe zu tagesaktuellen Themen <i>mit Herrn Kleindienst</i></p> <p>11:00 - 12:00 Uhr Gedächtnistraining <i>mit Frau Engel</i></p>	<p>09:30 - 12:15 Uhr Doppelkopf</p> <p>10:15 - 15:15 Uhr Smartphone/Tablet- und Computerberatung <i>Einzelberatung mit Herrn Güde</i></p> <p>10:00 - 12:00 Uhr Beratung für Ihre individuellen Fragen</p>	<p>11:00 - 12:00 Uhr Gymnastik im Garten oder im Stadtteilverein <i>mit Frau Tegeler</i></p>
<p>13:30 - 16:00 Uhr Skat</p> <p>13:30 - 15:30 Uhr Spielenachmittag</p>	<p>13:30 Uhr Gemeinsamer Spaziergang nach dem Mittagessen entlang des Bewegungsparcours Bergheim <i>mit Frau Hügel/ Frau Peczyńska</i></p> <p>13:30 - 14:30 Uhr Ukulele spielen(d) lernen <i>mit Frau Affandi</i></p> <p>13:30 Uhr Wandergruppe <i>am 3. und 17.05. mit Frau Hügel</i></p> <p>13:30 - 15:30 Uhr Spielenachmittag</p>	<p>13:30 - 15:30 Uhr Spielenachmittag</p> <p>14:00 - 15:00 Uhr Englisch- Konversation <i>mit Frau Gottfried</i></p>	<p>13:30 - 15:30 Uhr Spielenachmittag</p> <p>14:00 Uhr Kreativwerkstatt</p> <p>14:00 - 15:00 Uhr Bingo am 5. und 19.05.</p> <p>14:30 Uhr Sternstunden in der Kamera <i>am 12.05.: Contra am 26.05.: Belfast</i></p> <p>15:00 Uhr Bridge</p>	<p>13:30 - 14:30 Uhr Duft-QUIGONG</p> <p>14:00 - 17:00 Uhr Betreuungsgruppe Nachmittagsstreff <i>für ältere Menschen mit demenzbedingten und psychischen Fähigkeitsstörungen</i> <i>In Kooperation mit der kath. Sozialstation Heidelberg-Süd</i></p>
<p>Für alle Angebote in unserem Hause müssen je nach aktueller Verordnung Impf-, Test- oder Genesenennachweise vorgelegt werden.</p>				

Generationen-Graffiti- Projekt

*Liebe Senior*innen,
unser Kooperationsprojekt –
gemeinsame Initiative des Nachbarschaftsbüros
Bergheim, des SeniorenZentrums Bergheim sowie der
Kolping Hochschule Gesundheit und Soziales –
geht im Mai an den Start!*

*Im Fokus der Begegnung beider Generationen – der Senior*innen und der Jugendlichen - stehen der Austausch und der jeweilige Blick auf die Frage "Was ist 'Alter'?", ein Reflexionsprozess über die Vielfalt des alt-Seins und alt-Werdens.*

*In zwei aufeinander aufbauenden Workshops (06. Mai & 13. Mai), in einer lockeren Atmosphäre, moderiert, fachlich angeleitet und begleitet durch das Projektteam erarbeiten Sie mit den Jugendlichen ein Motiv und setzen dieses gemeinsam künstlerisch als Graffiti um. Das Ergebnis fließt in eine feierliche Vernissage im Sommer ein, zu der die Teilnehmenden, die Bewohner*innen des Quartiers sowie die lokale Presse eingeladen werden.*

Wir möchten Ihnen einen Rahmen für eine offene und inspirierende Begegnung anbieten. Für *Leib und Seele* (entspanntes Ambiente, Kuchen und Getränke) wird daher ebenfalls gesorgt.

- 1. Workshop: Freitag, 06. Mai** (2 Std.: 15.30 bis 17.30 Uhr) im Nachbarschaftstreff Bergheim
- 2. Workshop: Freitag, 13. Mai** (3 Std.: 15:00 – 18:00 Uhr) im Freien (Ort noch offen)
- 3. Vernissage, im Sommer 2022** (Termin & Ort werden noch bekannt gegeben)

Wir laden Vertreter*innen beider Generationen ein, an dem spannenden Projekt mitzuwirken!

Es gibt noch freie Plätze! Interessierte können sich noch bis zum 29. April bei Frau Peczyńska (szbergheim@bvi-heidelberg.de, Tel: 06221 9703-68) anmelden.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme & Mitwirkung!

Ihr Projekt-Team

Bewegung, Kreativität und Natur

Unsere Schwerpunkte und Angebote ab Mai

Liebe Senioren*innen,

das schöne Wetter lädt dazu ein, sich draußen zu bewegen, zu erholen oder zu entspannen. Wir möchten auch gerne unseren Garten für Outdooraktivitäten nutzen. Dank unserer Projektgruppe: Garten wird dieser gehegt und gepflegt und ermöglicht es uns, diesen auch für Bewegungs- und Spielangebote zu nutzen.

Wir sind u.a. ausgestattet mit Badmintonschlägern und Boccia-Kugeln. Unser Freitags-Gymnastikangebot findet bei schönem Wetter ebenfalls im Garten statt.

Auch Gesellschaftsspiele sind hier unter freiem Himmel sehr beliebt.

Oder wie wäre es mit einem Ausflug auf den Königsstuhl oder den Heiligenberg? Lassen Sie uns gemeinsam planen und die Ausflüge spontan oder auch zeitnah umsetzen.

Seit dem 2. April ist auch die Neckarfähre Liselotte von der Pfalz wieder unterwegs. Für alle Besitzer*innen der Karte ab 60 ist die Fahrt kostenlos. Auch hier werden wir immer wieder gemeinsame Fahrten organisieren und die Aussicht genießen.



Bild/Quelle: [Neckarfähre • Weisse Flotte Heidelberg \(weisseflottehd.de\)](https://www.weisseflottehd.de)

Es wäre schön, wenn Sie Interesse haben uns bei unseren Aktivitäten zu begleiten. Falls Sie selbst Vorschläge haben, sprechen Sie uns an, wir freuen uns!