

## Montag

10 - 11Uhr	Gymnastik für Frauen
10.30 Uhr	Französisch mit guten Vorkenntnissen *
<b>12 /12.45</b>	<b>Mittagessen*</b>
14 Uhr	Sing dich froh! (monatlich)
13 Uhr	Englisch Anfänger*
14.30 Uhr	Englisch Fortgeschrittene*
15 Uhr	Gymnastik für Frauen, Kooperation DRK*

## Dienstag

10 Uhr	Percussion
<b>12/12.45</b>	<b>Mittagessen*</b>
14 Uhr	Betreuungsgruppe **
14.30 Uhr	Bleib fit- Tanz mit!

## Mittwoch

11.00 Uhr	Tänze aus aller Welt – im Stehen und Sitzen
<b>12/12.45</b>	<b>Mittagessen*</b>
14 Uhr	Spielenachmittag mit Kaffee & Kuchen
14 Uhr	Smartphone/Computer-Beratung nach Anmeldung

## Donnerstag

10 Uhr	Näh- und Handarbeitstreff
<b>12/12.45</b>	<b>Mittagessen*</b>
14 Uhr	Boule- Treff Emmertsgrund
14 Uhr	„Checkers“- Dame, Mühle, Schach spielen
14 Uhr	Spielen mit der Spielekonsole Switch
14.30 Uhr	BINGO (monatlich)
14.30 Uhr	Schmuck basteln

## Freitag

10.00 Uhr	Boule-Treff Boxberg
10.00Uhr	Deutsch
11.00 Uhr	Yoga für Jeden*
<b>12/12.45</b>	<b>Mittagessen*</b>
15.00 Uhr	Shared reading ®

\*Mit Teilnehmerbeitrag \*\* **Betreuungsgruppe**, Di 14-17 Uhr: Informationen und Anmeldung unter Sozialstation Heidelberg-Süd 06221-720101

## **MITTAGSTISCH IM SENIORENZENTRUM**

Ein Speiseplan liegt aus und ist abrufbar auf der Homepage:

[www.seniorenzentren-hd.de](http://www.seniorenzentren-hd.de)

Anmeldung zwei Tage im Voraus!

Kosten: 7,00 € Hauptgericht mit Suppe oder Dessert.

Eine **Ermäßigung** ist bei Vorlage des **Heidelberg Passes**

möglich (das Essen kostet dann **1,50 €**).

Gilt für Personen ab 65 Jahren

---

### **Termine für Gruppen:**

*Sing dich froh! -*

22. Januar und 19. Februar (Montag, 14 Uhr)

*Tanz mit – Bleib fit!*

Jeden Dienstag 14.30 Uhr bis auf Fastnachtsdienstag

*Shared Reading* – Gemeinsam Lesen (Freitag, 15 Uhr)

12. + 19. Januar, 2.+9.+16.+23. Februar

---

### **Neues aus dem Seniorenzentrum**

**Englischkurs für Anfänger** ab 5. Februar um 13 Uhr (voraussichtlich)

Der Fortgeschrittenen-Kurs bleibt bestehen (Montag 14.30 Uhr)

**Switch-Spielen**, wenn am Donnerstag nichts anderes stattfindet

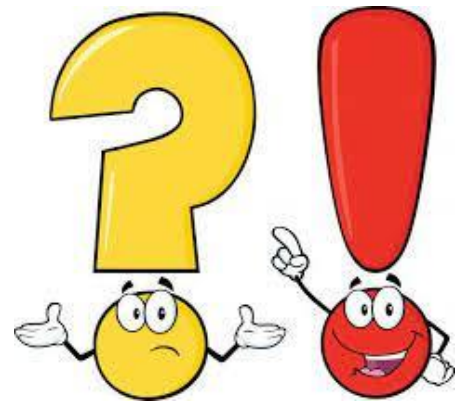
**BINGO** startet wieder am Donnerstag, 25. Januar um 14.30 Uhr

**Percussion** (Dienstag 10 Uhr) kann fortgesetzt werden

## Wir suchen

neue ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Besonders im Bereich der Küche fehlen uns helfende Hände für die Bewirtung und das Aufräumen bei Veranstaltungen. Was uns noch fehlt ist ein „Hausfotograf“ für unsere Veranstaltungen.

Vielleicht kennen Sie jemanden, der Lust hätte zu unserem Ehrenamtsteam dazu zu stoßen.



---

## Fastnacht im Seniorenzentrum

Ein lustiger Nachmittag

**Donnerstag 08. Februar um 14.11 Uhr**



Teilnahme kostenlos, um Spende wird gebeten.

Gerne können Sie mithelfen (Fastnachtsküchle backen, Tische richten, Kaffee ausschenken)

oder etwas vortragen.





SeniorenZentrum  
**Boxberg/Emmertsgrund**  
Begegnung im Stadtteil

## Programm für Januar / Februar 2024



### **Seniorenzentrum Boxberg/Emmertsgrund**

**Alexander-Mitscherlich-Platz 1**

69126 Heidelberg

Telefon 06221 – 33 03 40 Fax – 3303 44

[SZ.Boxberg-Emmertsgrund@caritas-heidelberg.de](mailto:SZ.Boxberg-Emmertsgrund@caritas-heidelberg.de)

[www.seniorenzentren-heidelberg.de](http://www.seniorenzentren-heidelberg.de)



### **Bürozeiten für Beratung, Informationen & Anmeldung:**

Montag – Donnerstag 10 – 17 Uhr,  
Freitag 10 – 15 Uhr