

Monatsprogramm

August 2022

 **SeniorenZentrum
Bergheim**
Begegnung im Stadtteil



Impressionen vom Ausflug zur Gartenschau in Eppingen

(Foto: A. 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.

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.

Liebe Senioren*innen,
am Dienstag, den **09. August**,
lädt unsere **Ukulele-Gruppe** unter
Anleitung von **Frau Affandi** zum
Konzert im Rahmen der
Veranstaltungsreihe zum
Jubiläumsjahr



„30 Jahre Heidelberger Seniorenzentren“
um **14:00 Uhr** im Speisesaal unseres
SeniorenZentrums herzlich ein.

Den Nachmittag möchten wir anschließend bei Kaffee und
Kuchen gemütlich ausklingen lassen.

Wir freuen uns auf Ihr zahlreiches Kommen.


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 August 2022

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<p>11:00 - 12:00 Uhr Mach mit - bleib fit! <i>mit Frau Blacchucik</i></p> <p>13:30 - 16:00 Uhr Skat</p> <p>13:30 - 15:30 Uhr Spielenachmittag mit Kaffee und Kuchen</p>	<p>10:15 - 15:15 Uhr Smartphone/Tablet- und Computerberatung <i>Einzelberatung mit Herrn Güde</i></p> <p>13:00 - 15:00 Uhr Ukulele spielen(d) lernen <i>mit Frau Affandi</i></p> <p>13:00 - 14:00 Uhr für Fortgeschrittene 14:00 – 15:00 Einsteiger*innen</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 Uhr Wandergruppe <i>am 02.08. und 16.08.</i> <i>mit Frau Hügel</i></p>	<p>08:45 - 09:45 Uhr Yoga (* im Aug. nur am 31.08) <i>mit Frau Larenz</i></p> <p>10:00 - 11:30 Uhr Boule an der Schwanenteichanlage, neben der Stadtbücherei</p> <p>10:45 - 12:15 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>13:30 - 15:30 Uhr Spielenachmittag</p> <p>14:00 - 15:00 Uhr Englisch- Konversation <i>mit Frau Gottfried</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>13:30 - 15:30 Uhr Spielenachmittag mit Kaffee und Kuchen</p> <p>14:00 Uhr Kreativgruppe</p> <p>14:00 - 15:00 Uhr Bingo <i>am 11.08. und 25.08.</i></p> <p>14:30 Uhr Sternstunden in der Kamera <i>04.08.: Monsieur Claude und sein großes Fest</i> <i>18.08.: Elvis</i></p> <p>15:00 Uhr Bridge</p>	<p>11:00 - 12:00 Uhr Gymnastik im Garten oder im Stadtteilverein <i>mit Frau Tegeler</i></p> <p>13:30 - 14:00 Uhr Duft-QUIGONG</p> <p>14:00 - 17:00 Uhr Betreuungsgruppe Nachmittagstreff für ältere Menschen mit demenzbedingten und psychischen Fähigkeitsstörungen <i>In Kooperation mit der kath. Sozialstation Heidelberg-Süd</i></p>

Für alle Angebote in unserem Hause gelten die jeweils aktuell geltenden Corona-Regelungen.

Die Teilnehmer*innenzahl orientieren je nach Raumgröße. Deshalb bedarf es immer einer Anmeldung zu den jeweiligen Veranstaltungen.

Ausflug nach Eppingen, zur regionalen Gartenschau

Am Donnerstag, den 13. Juli, ist eine kleine Gruppe von Seniorinnen zusammen mit Frau Peczyńska mit der S-Bahn nach Eppingen gefahren und hat dort die regionale Gartenschau und die Altstadt besucht. Die Idee für diesen Ausflug kam von Frau Waag, die ähnlich, wie Frau Wulff, aktiv in unserer Garten-Gruppe des SeniorenZentrums Bergheim mitwirkt. So war die Begeisterung groß, sich nicht nur an den wunderschönen und ausgefallenen Blumenkompositionen und Pflanzenarrangements zu erfreuen, sondern auch einige praktische Anregungen für die Pflege und Nutzung unseren gemeinsamen Gartens vor Ort zu gewinnen.



Die in die Eppinger Altstadt integrierte Gartenschau bot den Teilnehmenden viele Möglichkeiten, eine Erholungs-, Erfrischungs- und Stärkungspause im Schatten, auf den Liegen, im Café oder am und im plätschernden Fluss immer wieder einzulegen. Keine Bedürfnisse kamen zu kurz.

Interessante Einblicke in die Bauweise und die Geschichte der Stadt, auch als „Universitätsstadt“, vermittelte uns das sehr sehenswerte Stadt- und Fachwerkmuseum.



Foto: In der „Kirchenoase“ (von links nach rechts) Fr. Wulff, Fr. Waag, Fr. Peczyńska, Fr. Keilbach

Der Arbeitskreis „Älter werden in Bergheim“ lädt ein:



Samstag,
03.09.2022

13:30 – 17:00 Uhr,
Forum am Park, Poststraße 11

„Älter werden im Stadtteil“

Nützliche Informationen und
praktische Ratschläge für ein
altersgerechtes Leben
in Bergheim

Parallel zum Vortragsprogramm

Die Veranstalter
stellen sich im Foyer vor -
nutzen Sie die Gelegenheit!

Es gelten die aktuellen
Corona-Regelungen.

Veranstalter:



Vortragsthemen:

13:30 Uhr

Ankommen bei Kaffee und Kuchen

14:00 Uhr

Begrüßung

Sozialbürgermeisterin Stefanie Jansen

14:15 Uhr bis 14:50 Uhr

Die Patientenverfügung

Referent: Bernhard Ortseifen, SKM Heidelberg

14:55 Uhr bis 15:25 Uhr

Die Vorsorgevollmacht

Referent: Bernhard Ortseifen, SKM Heidelberg

15:25 Uhr bis 15:45 Uhr

Pause und Austausch

bei Kaffee und Kuchen im Foyer

15:45 Uhr bis 17:00 Uhr

Möglichkeiten und Grenzen der ambulanten Versorgung

- **Der Hausnotruf und andere unterstützende, auch neuere technischen Möglichkeiten für zu Hause**
Referent: Ulrich Engel,
Malteser Hilfsdienste Heidelberg
- **Betreuungsgruppen als ambulante Versorgung**
Referentin: Hildegard Spiller,
Katholische Sozialstation
- **Die Demenz Wohngruppe in der Stadtresidenz als stationäre Versorgungsmöglichkeit**
Referentin: Katrin Krambs,
Stadtresidenz Heidelberg

