



Entdeckt – Blicke in Wald und Garten



Fotografien von **Lothar Wulff**

Vernissage mit Live-Musik vom Klavier und Lyrik

Freitag, 24.07.2026 - 18:00 Uhr

Eintritt frei – Getränke und Snacks – Spende erbeten

Vortrag zum Thema **Hitzeschutz**

Am Donnerstag, 16. Juli um 13:30 Uhr

von Frau Silke Dieterich

Vortrag zum Thema **Demenz**

Am 10. September um 15:00 Uhr

von Herrn Michael Wolter

Am 11. September ab 18:00 Uhr



Grillfest mit Live Musik von
Lost and Refound

Programm für Juli - August - September 2026



Seniorenzentrum Boxberg/Emmertsgrund

Alexander-Mitscherlich-Platz 1, 69126 Heidelberg

Telefon 06221 – 33 03 40

SZ.Boxberg-Emmertsgrund@caritas-HDRN.de

www.seniorenzentren-heidelberg.de

Bürozeiten für Beratung, Informationen & Anmeldung:

Montag – Donnerstag 10 – 17 Uhr,

Freitag 10 – 15 Uhr



Montag

10 - 11Uhr	Gymnastik für Frauen
10.30 Uhr	Französisch mit guten Vorkenntnissen *
12 /12.30	Mittagessen*
13:30 Uhr	Englisch für Anfänger
14.30	Schmuck basteln
15 Uhr	Gymnastik, Kooperation DRK*
15 Uhr	Gitarrenoldies (14-tätig)

Dienstag

10 Uhr	Percussion
09:30 Uhr	Näh- und Handarbeitstreff (14-tätig)
12/12.30	Mittagessen*
14 Uhr	Betreuungsgruppe **
14.30 Uhr	Bleib fit- Tanz mit!

Mittwoch

11 Uhr	Tänze aus aller Welt – im Stehen und Sitzen
12/12.30	Mittagessen*
13 Uhr	Englisch Fortgeschrittene* geänderter Termin!
14 Uhr	Spielnachmittag mit Kaffee & Kuchen
14 Uhr	PC- und Smartphoneberatung, nur nach Anmeldung!

Donnerstag

10 Uhr	Schmuck basteln
10.30 Uhr	Lieder für die Seele, 14-tätig
12/12.30	Mittagessen*
14 Uhr	Boule- Treff Emmertsgrund
14 Uhr	Schach
14 Uhr	Bingo, monatlich*
14 Uhr	Spiele mit der Spielekonsole Switch (Anmeldung!)
15.30 Uhr	ökumenischer Gesprächskreis (monatlich)

Freitag

10.00 Uhr	Boule-Treff Boxberg
-----------	---------------------

10.00Uhr	Deutsch
11.00 Uhr	Yoga für Jeden*
12/12.30	Mittagessen*
15.00 Uhr	Shared reading ® - gemeinsam Lesen

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

Mittagstisch im Seniorenzentrum

Der Speiseplan liegt aus und ist abrufbar auf der Homepage:

www.seniorenzentren-hd.de

Anmeldung mindestens 2 Tage im Voraus

7,- € Hauptgericht mit Suppe oder Dessert, je nach Plan

Ermäßigung auf 1,50 € mit Vorlage des Heidelberg-Pass ab 65 Jahren

Unterstützt durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg und aus Mitteln der gesetzlichen Pflegeversicherung

- In beiden **Englischkursen** wäre Platz für neue Teilnehmer.
- **Mittänzer** für Dienstag 14.30 Uhr bei Peter Speil gesucht.
- **freie Plätze: Sitztanz am Mittwoch, 11 Uhr**
- **Seelenlieder am Donnerstag mit der Chance zum Mitsingen oder -hören.**

Termine und Neuigkeiten für Gruppen:

Sing dich froh!

Montag, 14 –16 Uhr

13. Juli

14. September

Gitarrenoldies

Montag, 15 Uhr

06. + 20. Juli

07.+ 21. September

PC und Smartphone-Beratung

Mittwoch 14 Uhr – nur nach Anmeldung!

Lieder für die Seele

Donnerstag 10.30 Uhr – 11:30 Uhr

2. + 16. + 30.Juli,

13. + 27. August

10. + 24. September

Switch spielen

Donnerstag 14 Uhr - nur nach Anmeldung,



da wir die Geräte laden und alles aufbauen müssen

Bingo

Donnerstag 14 Uhr- 16:00 Uhr

23. Juli und 24. September

Ökumenischer Gesprächskreis

Donnerstag um 15.30 Uhr

09. Juli (Thema: Schöpfung)

10. September

Shared-Reading – gemeinsam Lesen

Freitag, um 15 Uhr

3. + 10. + 17. + 24. Juli

August entfällt

18. September

Unsere Mitarbeiterinnen:

Annette Haring

Silke Dieterich

Samah Abras, Küche

Termine und Neuigkeiten für Gruppen:

Sing dich froh!

Montag, 14 –16 Uhr

13. Juli

14. September

Gitarrenoldies

Montag, 15 Uhr

06. + 20. Juli

07.+ 21. September

PC und Smartphone-Beratung

Mittwoch 14 Uhr – nur nach Anmeldung!

Lieder für die Seele

Donnerstag 10.30 Uhr – 11:30 Uhr

2. + 16. + 30.Juli,

13. + 27. August

10. + 24. September

Switch spielen

Donnerstag 14 Uhr - nur nach Anmeldung,

da wir die Geräte laden und alles aufbauen müssen

Bingo

Donnerstag 14 Uhr- 16:00 Uhr

23. Juli

24. September

Ökumenischer Gesprächskreis

Donnerstag um 15.30 Uhr

09. Juli (Thema: Schöpfung)

10. September

Shared-Reading – gemeinsam Lesen

Freitag, um 15 Uhr

3. + 10. + 17. + 24. Juli

August entfällt

18. September

Unsere Mitarbeiterinnen:

Annette Haring

Silke Dieterich

Samah Abras, Küche