

Seniorenzentrum Kirchheim

Odenwaldstr. 4 69124 Heidelberg Tel. 06221 - 720022

Programm für August 2026



Wiesen mit Wildblumen sind mehr als ein Hingucker



**SeniorenZentrum
Kirchheim**

Begegnung im Stadtteil

Seniorenzentrum Kirchheim

„La dolce Vita“ im Café Ü50

Dieses Jahr öffnen wir unsere Türen auch in den
Abendstunden wieder.

Bei Antipasti und kühlen Getränken können Sie bei uns
einen schönen Abend verbringen.



Wann: Mittwoch, 19.08 und 26.08.

Jeweils von 18-20 Uhr

(Bitte melden Sie sich bei uns an. Die Plätze sind begrenzt.)



SeniorenZentrum
Kirchheim
Begegnung im Stadtteil

Regelmäßige Angebote im Seniorenzentrum Kirchheim

.... *Unser Wochenplan*

Montag	
09:00 Uhr	Alla-Hopp- Fitnessgruppe auf der Anlage (X. Fan)
09:30 Uhr	Boule-Spiel am Freiheitsplatz
10:00 Uhr	Gemeinsamer Spaziergang (J. Reichert) Sommerpause bis 02.09.
14:00 Uhr	Offener -Treff im Café (E. Berger; P. Kratz)
14:00 Uhr	Digitalcafé (L. Inghoff; C. Kratz) 17.08.
Dienstag	
09:00 Uhr	Stuhlgymnastik im Seniorenzentrum (G. Berberich)
14:30 Uhr	Süßes im Café Ü50 (H. Bergner, R. Six, R. Sliwa)
14:30 Uhr	Feldenkrais - Leichter bewegen im Alltag (O. Solberg) Sommerpause bis 18.08.
14:30 Uhr	Gymnastik in der Kurpfalzschule (D. Anders) Sommerpause bis 15.09.
Mittwoch	
09:00 Uhr	Bewegungstreff auf der Alla-Hopp-Anlage (H. Weilemann)
09:00 Uhr	Patchwork- Gruppe
09:30 Uhr	Englisch ohne Leistungsdruck (E. Mrosek) Sommerpause bis 19.08.
09:30 Uhr	Sektfrühstück (H.Fuchs / U.Gärtner /C. Neuer) 26.08.
11:00 Uhr	E-Bike-Radtour (G. Roth) wetterabhängig!!
11:00 Uhr	Französisch (E. Riedinger) Sommerpause bis 23.09.
14:00 Uhr	Bergfest mit Eiskaffee im Café Ü50 (R. Käbe)
14:00 Uhr	Kulinarische Erlebnisse mit Wolfgang 12.08.

Regelmäßige Angebote im Seniorenzentrum Kirchheim

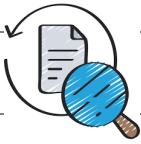
.... *Unser Wochenplan*

Donnerstag	
09:00 Uhr	Stuhlgymnastik im Seniorenzentrum (G. Berberich)
14:00 Uhr	Bingo (R. Six) 06.08.
14:00 Uhr	Gemeinsames Singen (D. Siedelberg, V. Ruf) 20.08.
14:00 Uhr	Nordic Walking Gruppe , ca.1 Std. (Treff vor dem SZ)
14:30 Uhr	Leckere Snacks im Café Ü50 (A. Feigenbutz)
Freitag	
09:00 Uhr	Yoga auf dem Stuhl (S. Peters)
10:00 Uhr	Stricken für den Weltrekord (S. Strüning)
14:00 Uhr	Gedächtnis-Training (I. Hofmann, E. Kropf)
14:00 Uhr	Spiel-Treff im Café Ü50 (P. Cisneros, C. Windisch)
19:00 Uhr	Cocktail- und Tanzabend im Café Ü50 (R.Six / H.Bergner / O.Knopf/ W.Berger/Z.Kiziltas) 21.08.

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

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

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



Rückblick

WM im Seniorenzentrum

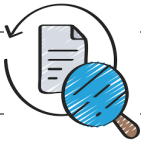
Sechs Wochen Fußballweltmeisterschaft liegen nun hinter uns. Sechs Wochen in denen auch wir im Seniorenzentrum im Fussballfieber waren. Es wurde fleißig getippt, am Tischkicker gezockt und sich über die vielen tollen Spiele unterhalten. Auch das frühe Ausscheiden unserer Mannschaft hat die gute Laune nicht getrübt.

Premiere hatte in diesem Jahr auch unser großes **WM-Quiz**, das in der **Aktionswoche gegen Einsamkeit** der Stadt Heidelberg stattfand. Unter dem Motto **1:0 für die Gemeinschaft** fanden sich mehrere Teams im Seniorenzentrum ein, um den Quizweltmeister zu ermitteln.

Auch kulinarisch würde die WM in den Fokus gerückt. Chili con Carne, Pancakes mit Ahornsirup und Hotdogs wurden im Café Ü50 angeboten.

Wir freuen uns schon jetzt auf die Europameisterschaft in zwei Jahren.





Rückblick

Sommerfest

Am 3. Juli fand unser diesjähriges Sommerfest im Seniorenzentrum statt. Über 80 Seniorinnen und Senioren waren an diesem schönen, sommerlichen Nachmittag bei uns zu Gast. Bei leckerem Wurstsalat, kalten Getränken sowie Kaffee und Kuchen wurde ein schönes Fest gefeiert.

Höhepunkt der Veranstaltung war der Auftritt der Minigarde der KGP, die das Publikum kräftig anheizte und zum Mitmachen animierte.

*„In Kirchheim, da sind wir daheim, ins Seniorenzentrum
kehren ALLE gerne ein!“*

Wir möchten allen Ehrenamtlichen recht herzlich für den Einsatz an diesem Tag danken. Ohne diese Unterstützung würden solche Tage eine Seltenheit bleiben.





Vorschau

07.09. Ausflug in den Luisenpark

Treffpunkt: 09:45 Uhr S-Bahnhof Kirchheim/Rohrbach

Dann geht's mit dem ÖPNV nach Mannheim. Reiseleiterin an diesem Tag ist Frau Feigenbutz. Bei Interesse melden Sie sich gerne bei uns an.



**SeniorenZentrum
Kirchheim**
Begegnung im Stadtteil

Auch dieses Jahr sind wir auf der Kerwe mit dabei. Also schon mal vormerken und in den Kalender eintragen!

12.09 Stand auf der Kirchheimer Kerwe ab 11 Uhr

14.09 14 Uhr Seniorenherbst im Bürgerzentrum

Service

Öffnungszeiten:

Büro/Café Ü50: Montag - Freitag 09.00 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@pasodi.de
Internet: www.seniorenzentren-hd.de



Leitung: Vera Ruf, Marc Ueltzhöffer
Redaktion: Gerhard Riemenschneider, Vera Ruf, Marc Ueltzhöffer