Veranstaltungen
Seniorenzentrum Rohrbach

November & Dezember 2026



Kontaktdaten
Baden-Badener-Str. 11
69126 Heidelberg
Telefon: 334540 / Fax: 334541
E-Mail: szrohrbach@dwhd.de
www.seniorenzentren-hd.de

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr Team des SZ Rohrbach
Amelie Schürmann &
Elena Kowall

Diakonisches Werk
der Evangelischen Kirche
Heidelberg

SeniorenZentrum
Rohrbach
Begegnung im Stadtteil

Herzlich Willkommen

Liebe Besucher*innen, liebe Interessierte!

Nun steht die kalte, aber auch gemütliche und besinnliche Zeit des Jahres an.
Wir wollen es uns gemütlich machen bei Filmabenden, Märchen hören, adventlichem Beisammensein und auch unserer Weihnachtsfeier.

Aber auch Ausflüge sollen nicht zu kurz kommen. Wir besuchen den Weihnachtsmarkt in Neustadt, machen wieder einen Tagesausflug mit Omnibusreisen Weis nach Baden-Baden und laden herzlich zu unserem Adventlichen Nachmittag mit Bratäpfeln und zu unserer Weihnachtsfeier ein. Auf den nächsten Seiten erfahren Sie mehr über unsere Schließzeiten über Weihnachten und Silvester und neue Angebote und Veranstaltungen im Zentrum.

Eine weitere Neuerung ist, dass Elena Kowall seit Mitte Oktober zurück aus der Elternzeit ist und jetzt hier das Team ergänzt. Wir freuen uns sehr, dass sie da ist!

Schauen Sie auch immer gerne auf unsere Homepage.
Bei Fragen oder Sorgen sind wir jederzeit für Sie da.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team des SZ Rohrbach

Amelie Schürmann
und Elena Kowall



Foto der Fotogruppe: Glück

Ankündigungen und Neuigkeiten

Personal

Mitte Oktober hat Elena Kowall im Seniorenzentrum angefangen. An dieser Stelle ein herzliches Hallo an alle Besucher*innen und Interessierte des Seniorenzentrums, es war ein toller Start und ich bin froh wieder hier zu sein!

Preiserhöhungen

Zum Jahreswechsel müssen leider manche Preise erhöht werden.
Dies sind leider Maßnahmen aufgrund von gestiegenen Kosten und Vorgaben von außen.

Für HD-Pass Inhaber erhöht sich ab 01.01.2027 der Preis des Mittagstisches von **1,50€ auf 2,50€.**

Die Fußpflege kostet ab dem 01.01.2027 dann **40€.**

Zwischen den Jahren

Das Seniorenzentrum hat ab **Donnerstag, den 24.12.2026** für unsere Weihnachtspause geschlossen. Ab **Montag, den 11.01.2027** sind wir wieder für Sie da.
Dennoch haben wir für Sie, dank unseren tollen Ehrenamtlichen ein paar Sonderveranstaltungen zwischen den Jahren. Diese können Sie nutzen, um Geselligkeit zu erleben.

Damit Sie Weihnachten nicht alleine verbringen müssen, sind alle alleinstehenden Senior*innen und Alle, die in Gemeinschaft feiern möchten, eingeladen an **Heiligabend 24. Dezember von 17-20 Uhr** bei Tee und Gebäck zusammen zu kommen, gemeinsam Weihnachtslieder zu singen und sich zu unterhalten. Es gibt auch eine kleine Bescherung.
Gustav und Marlene Wödl laden dazu herzlich in das Seniorenzentrum ein.
Wir bitten um Anmeldung bis 21.12.2026 unter Tel. 334540!

Der **Kaffeenachmittag am Mittwoch, 30.12.** findet statt. Wie gewohnt können sie um **14.30 Uhr** zum gemütlichen Beisammensein mit Kaffee und Kuchen ins Seniorenzentrum kommen. Herzliche Einladung!

Veranstaltungen im November

02.11. Montag
14.00 Uhr Vortrag: Wie gestalte ich eine Trauerfeier?

03.11. Dienstag
14:30 Uhr Kreatives Gestalten mit Heide Kaltschmidt

04.11. Mittwoch
14:00 Uhr Offener Stricktreff
14:00 Uhr Tischtennis spielen im Garten
14.30 Uhr Tänze aus aller Welt mit Heidi Schwarz
19:00 Uhr Boomer - Stammtisch
Roter Ochsen, Rathausstr. 55 (Saal)

06.11. Freitag
15.30 Uhr Kammerorchester der Akad. für Ältere (Probe)

09.11. Montag
14.00 Uhr Filmfestival der Generationen, Film: “Heldin”

10.11. Dienstag
14.00 Uhr Gesprächskreis über KI, Teil 4 mit Henning Salié
17.00 Uhr Fotokurs mit Michael Herrmann

11.11. Mittwoch
10:00 Uhr Fahrradgruppe (Ziel erfragen): Treffpunkt am Seniorenzentrum
13.30 Uhr Spaziergang durch die Weststadt mit Jürgen Fischer
Treffpunkt Straßenbahn Rohrbach-Markt
14:00 Uhr Tischtennisspielen (bei schlechtem Wetter drinnen möglich)
17.00 Uhr Lesekreis mit Eberhard Dziobek

16.11. Montag E-Bus Ausflug: Frühstücken im Café Huben in Ladenburg
10.30 Uhr Treffpunkt am Seniorenzentrum - nur mit Anmeldung!

17.11. Dienstag
14:30 Uhr Kreatives Gestalten mit Heide Kaltschmidt

18.11. Mittwoch
14.00 Uhr Offener Stricktreff
14:00 Uhr Tänze aus aller Welt mit Heidi Schwarz
14:00 Uhr Tischtennis spielen im Garten
18.30 Uhr Vortrag zum Thema “Tod, Papierkram und Gefühle”

19.11. Donnerstag Frühstücksbuffet
09:30 Uhr Gesamtpreis: 7,- inkl. Getränke; Anmeldung bis 17.11..!

20.11. Freitag
15.30 Uhr Kammerorchester der Akad. für Ältere (Probe)

23.11. Montag
14.00 Uhr Adventliches Basteln mit Michaela

24.11. Dienstag Medizinische Fußpflege (keine Podologie)
09:00 - 13.30 Uhr Terminvereinbarung unter Tel. 334540.
14.00 Uhr Darts

25.11. Mittwoch
14:00 Uhr Tischtennis spielen im Garten
14.30 Uhr Kaffeenachmittag mit leckeren selbstgebackenen Kuchen mit Elke Heyer + Team
17.00 Uhr Offene Trauergruppe (hinterer Raum)
17.00 Uhr Lesekreis (vorderer Raum)
18.15 Uhr Offene Kulturgruppe

30.11. Montag
14:00 Uhr Gesprächskreis über KI, Teil 5 mit Henning Salié

Veranstaltungen im Dezember

01.12. Dienstag
14:30 Uhr Kreatives Gestalten mit Heide Kaltschmidt

02.12. Mittwoch
14:00 Uhr Offener Stricktreff
14:00 Uhr Tischtennis spielen im Garten
14:30 Uhr Tänze aus aller Welt
19:00 Uhr Boomer - Stammtisch
Roter Ochsen, Rathausstr. 55 (Saal)

04.12. Freitag
15:30 Uhr Kammerorchester der Akad. für Ältere (Probe)
15:00 Uhr Kneipenquiz, Spiel und Spaß bei interessanten Fragen

07.12. Montag Adventlicher Nachmittag,
14:30 Uhr gemütliches Beisammensein bei Bratäpfeln

08.12. Dienstag
14:00 Uhr Märchen
17:00 Uhr Fotogruppe

09.12. Mittwoch
10.00 Uhr Fahrradtour (Treffpunkt am Seniorenzentrum)
13.00 Uhr Ausflug nach Speyer mit Jürgen Fischer
14.00 Uhr Tischtennis (heute bei schlechtem Wetter drinnen möglich)
17.00 Uhr Lesekreis

10.12. Donnerstag
10.00 Uhr Abfahrt für Busausflug nach Baden-Baden
(Treffpunkt am HBF, Haltestelle Kurfürstenanlage)

14.12. Montag
10.50 Uhr Ausflug auf den Weihnachtsmarkt in Neustadt
(Treffpunkt am HBF, Vorplatz)

15.12. Dienstag
14:30 Uhr Kreatives Gestalten mit Heide Kaltschmidt

16.12. Mittwoch
14.00 Uhr Offener Stricktreff
14:00 Uhr Tänze aus aller Welt mit Heidi Schwarz
14:00 Uhr Tischtennis spielen im Garten
17.00 Uhr Offene Trauergruppe (hinterer Raum)
18.30 Uhr Vortrag zum Thema “Tod, Papierkram und Gefühle”

17.12. Donnerstag Frühstücksbuffet
09:30 Uhr Gesamtpreis: 7,- inkl. Getränke; Anmeldung bis 15.12..!

18.12. Freitag
15.30 Uhr Kammerorchester der Akad. für Ältere (Probe)

21.12. Montag
15.00 Uhr Weihnachtsfeier

22.12. Dienstag
14.00 Uhr Darts

23.12. Mittwoch
14:00 Uhr Tischtennisspielen (bei schlechtem Wetter drinnen möglich)
17.00 Uhr Lesekreis (vorderer Raum)

24.12. Donnerstag - **Seniorenzentrum ab heute geschlossen**
17.00-20.00 Uhr Gemeinsam Heiligabend feiern im Seniorenzentrum
(bitte melden Sie sich unter Tel. 334540 bei uns an)

30.12. Mittwoch
14.30 Uhr Kaffeenachmittag mit leckeren selbstgebackenen Kuchen
mit Elke Heyer + Team

11.01. Montag - Seniorenzentrum ab heute wieder geöffnet

Fotoprojekt über Emotionen

Von Januar bis Juni 2026 beschäftigte sich die Fotogruppe des Seniorenzentrums mit dem Fotografieren von Gefühlen. Wie geht man so ein Thema an, da Gefühle eigentlich nicht sichtbar sind? Gefühle werden als Emotionen für andere erkennbar. Versucht man, Gefühle zu fotografieren, fotografiert man eher Emotionen. Das Erkennen von Emotionen unterliegt bereits der Interpretation. Handelt es sich bei einem Motiv eher um Ruhe oder Zufriedenheit, Ärger oder Wut, Liebe oder Freude?
Wir haben mit der Zielsetzung, verschiedene Gefühle zu fotografieren, von Treffen zu Treffen Fotos erstellt, besprochen und Gefühlen zugeordnet. Dabei hatten wir viele interessante Gespräche und haben uns am Ende auf eine Auswahl von 23 Fotos verständigt. Diese sind aus den Bereichen Freude, Überraschung, Interesse, Angst und Trauer. Im Heft verteilt finden Sie eine kleine Auswahl an Bildern.



Foto der Fotogruppe: Überraschung

Filmfestival

Am **Montag, 09.11. mit Beginn um 14:00 Uhr** zeigen wir im Rahmen des Filmfestivals der Generationen den Film “Heldin”.

Ein Tag in der Pflege - braucht es Heldinnen oder bessere Strukturen?

Er handelt von Pflegefachfrau Floria. Sie arbeitet mit großer Hingabe in der Chirurgie eines Schweizer Krankenhauses. Als in der Spätschicht auf der unterbesetzten Station eine Kollegin ausfällt, kümmert sie sich trotz aller Hektik fürsorglich um die Versorgung ihrer Patient*innen. Doch ein folgenschwerer Fehler bringt alles ins Wanken.

Neue Kurse

Bei Interesse an jedem Kurs melden Sie sich bitte bei uns unter
Tel 06221-334540 oder per E-Mail an szrohrbach@dwhd.de
Eine kostenlose Schnupperstunde ist möglich - wir freuen uns auf Sie!

Englischkurs für Anfänger*innen

Der Kurs mit Nicole Thiele richtet sich an Interessierte ganz ohne Vorkenntnisse oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. Mit stetigen Wiederholungen und Übungen wird das Gelernte gefestigt und angewendet.
Die Kursgebühr richtet sich nach der Teilnehmerzahl.

Start: Montag, 30.11. um 09.00 - 10:00 Uhr (der Kurs ist fortlaufend)

Gymnastik

Wenn Sie sich mit sanften Übungen fit halten wollen, können Sie dies in unserem Gymnastikkurs (in Zusammenarbeit mit DRK) tun. Kursleiterin Hildegard Schlautmann-Dobler macht einfache Übungen für den ganzen Körper, abgestimmt auf die Situation älterer Menschen.
Kosten: 15,--€ pro 10 Termine.

Start: Mittwoch 4.11. von 9.00 - 10.00 Uhr, (späterer Einstieg möglich)

Boule

Eine neue Boule Gruppe startet **Dienstags um 15:30 Uhr** an der Boule-Anlage am Emmendingerweg. Alle Gruppen sind aktuell voll, aber Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen, um vorbeizuschauen und bekommen das Spiel erklärt.

Gemütliches Beisammensein in der Adventszeit

Märchen

Angelika Krüger ist seit vielen Jahren Mitglied der Europäischen Märchengesellschaft.
Regelmäßig nimmt sie dort, sowie im Mannheimer Märchenhaus an Fortbildungen zum Thema Märchenkunde und Märchenerzählen teil.
Sie lädt zu einem märchenhaften Nachmittag in der Adventszeit ein. Hier werden Märchen und Gedichte von Weihnachten, Licht und Liebe vorgelesen.
Die vorkommenden Symbole und Figuren werden genauer betrachtet, und wir wollen in die Märchenbilder eintauchen und uns fragen, was uns das Märchen wohl sagen wollen.

Herzliche Einladung am **Dienstag den 08.12. um 14.00 Uhr!**

Gemütliches Beisammensein

Wir laden Sie zum gemütlichen Beisammensein ein in der dunklen Jahreszeit zusammenzukommen.

Beim **adventlichen Nachmittag am 7.12. ab 14.30 Uhr** servieren wir Ihnen leckere Bratäpfel und wollen und mit Liedern und Gedichten auf die Weihnachtszeit einstimmen.

Bei unserer **Weihnachtsfeier am 21.12. ab 15.00 Uhr** gibt es Musik, eine Besinnung, Lieder und kleine Leckereien. Herzliche Einnladung!

Alle alleinstehende Senior*innen und Alle, die in Gemeinschaft feiern möchten, sind herzlich eingeladen an **Heiligabend 24. Dezember von 17-20 Uhr** bei Tee und Gebäck zusammen zu kommen, gemeinsam Weihnachtslieder zu singen und sich zu unterhalten. Es gibt auch eine kleine Bescherung. Wir bitten um Anmeldung bis 21.12.2026 unter Tel. 334540!

Infoabend
Tod, Papierkram und Gefühle

Tod, Gefühle und Papierkram – ein Überlebensguide für Angehörige

Am **Mittwoch**, **18.11., um 18.30 Uhr** lädt der Ambulante Hospizdienst des Diakonischen Werkes HD zu einem besonderen Infoabend ins Seniorenzentrum ein.
Wenn ein Mensch stirbt, beginnt für Angehörige neben der Trauer oft auch eine Zeit voller Fragen: Was muss jetzt eigentlich alles geregelt werden? Welche Formalitäten sind wichtig? Was kommt auf mich zu - und was darf auch einfach warten? An diesem Abend möchten wir Orientierung geben und gleichzeitig Raum für die emotionalen Seiten des Abschieds schaffen. Herzliche Einladung.

Außerdem findet an folgenden Terminen die Offen Trauergruppe statt:
Mi. 25.11. 17 Uhr — Offene Trauergruppe
Mi. 16.12. 17 Uhr — Offene Trauergruppe

Alle Veranstaltungen sind offen, kostenlos und benötigen keine Anmeldung. Kommen Sie gerne vorbei. Herzliche Einladung dazu— Eintritt frei.



Foto der Fotogruppe: Nachdenklichkeit

Aktueller Kursplan im Seniorenzentru

Montag

9:00: NEU
Englisch für Anfänger*innen

09:00: Spanisch I

10:00: Spanisch II

10:15: Englisch
für leicht Fortgeschrittene

11:15: Italienisch
für Fortgeschrittene

Dienstag

09:00: Yoga

09:30: Gesprächscafé

11:00: Bewegungstreff
IdR im Garten

11:30: Türkische Frauengruppe

Mittw

09:00: G

10:00: Fah
(11.11./

13:00: Kommu

Mittagessen

13:00: Englisch
für fortgeschrittene Anänger

14:00: Smartphone-Sprechstunde
(mit Anmeldung)

16:30: Zumba Gold

Mittagessen

13:30: Boule
15:30: Boule
(Anlage Emmendingerweg)

14:00: Skat

14:30: Kreatives Gestalten
(Gruppe zurzeit voll)

17:00: Fotokurs
(10.11./08.12.)

Mittag

14:00: offen
(18.11./02.
14:00: Tis
(drinnen am 11.1

14:30: Tänze
(04.11./18.11./

17:00: L
(11.11./25.11./
Offenes Tra
(25.11./

18:15: Ku
(25.

19:00: Boome
(04.11./

um Rohrbach - Stand November 2026

woch

Gymnastik

rradgruppe
/09.12.)

unikationstreff

gessen

er Stricktreff
.12./16.12.)
schtennis
11./09.12./23.12.)

aus aller Welt
/02.12./16.12.)

esekreis
/09.12./23.12)
auertreffen
/16.12.)

ulturtreff
11.)

r-Stammtisch
/02.12.)

Donnerstag

10:30: Yoga auf dem Stuhl

Mittagessen

13:30: Gedächtnistraining & Boule (Gruppe zurzeit voll)

13:30 & 14:30: Smartphone-Sprechstunde
(mit Anmeldung)

14:00: Kniffel/Doppelkopf

15:00: Rommee/Rehasport

17:30: Trommeln

Freitag

09:15: Französisch
für fortg. Anfänger*innen

09:15: Französisch
für Fortgeschrittene

10:15: Französisch
für leicht Fortgeschrittene

10:30: Englisch
für Fortgeschrittene

11:45: Italienisch
für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Mittagessen

13:15: Rummikub

15:30: Kammerorchester
(der Akademie für Ältere)
(06.11./20.11./04.12./18.12.)

Ausflüge

Fahrradausflüge

Die Fahrradgruppe trifft sich am **Mittwoch, 11.11.** und **09.12.** zum gemeinsamen Ausflug. Wer sich anschließen möge (die Gruppe ist noch recht klein), ist herzlich willkommen. Es geht in gemächlichem Tempo, so dass jede*r mitkommen kann. Das Ziel stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest, bitte erfragen.

Treffpunkt ist um 10:00 Uhr am Seniorenzentrum. Christoph Rott, der die Tour leitet, freut sich auf Sie!

Spaziergang in der Weststadt

Jürgen Fischer macht mit Ihnen am **Mittwoch, 11.11.** einen gemächlichen Spaziergang durch die Weststadt. Sie fahren mit der Straßenbahn bis zur Christuskirche und dann geht es durch die schöne alte Weststadt. Zeit zum Einkehren bleibt sicherlich auch.
Treffpunkt: Rohrbach Markt um 13:30 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich, bei Regen fällt der Ausflug aus.

E-Bus Ausflug zum Café Huben

Am **Montag, 16.11.** gehen wir gemeinsam gemütlich im Café Huben in Ladenburg frühstücken, umgeben von einer traumhaften Pflanzenlandschaft in ruhigem Ambiente. Danach möchten wir noch eine kleine Runde durch die Gärtnerei drehen, bevor wir uns wieder auf den Rückweg nach Heidelberg begeben. Herzliche Einladung! Wir bitten um Anmeldung, es gibt begrenzte Plätze.

Treffpunkt: Abfahrt um 10.30 Uhr am Seniorenzentrum

Anmeldung bei uns im Büro oder unter Tel. 334540.

Ausflug zum Weihnachtsmarkt in Speyer

Jürgen Fischer besucht mit Ihnen am **Mittwoch, 09.12.** den Weihnachtsmarkt in Speyer. Herzliche Einladung zu diesem gemütlichen Ausflug!
Treffpunkt: S-Bahnhof Kirchheim-Rohrbach um 13:00 Uhr.
Keine Anmeldung erforderlich, bei Regen fällt der Ausflug aus.

Fahrt mit Omnibusreisen Weis zum Weihnachtsmarkt in Baden-Baden

Gemeinsam mit den Seniorenzentren Altstadt und Pfaffengrund laden wir Sie am **Donnerstag, 10.12.** zu einem weihnachtlichen Ausflug nach Baden-Baden ein.
Unser erstes Ziel ist die Geroldsauer Mühle direkt außerhalb von Baden-Baden für ein gemeinsames Mittagessen. Danach begeben wir uns in die Stadt, wo Sie genügend Zeit haben, den schönen Weihnachtsmarkt zu erkunden und die besondere Atmosphäre zu genießen. Rückfahrt gegen 16.30 Uhr. Wir bitten um Anmeldung.

Treffpunkt: 09.50 Uhr am Hbf Heidelberg (Bushaltestelle Kurfürstenanlage) - Abfahrt 10:00 Uhr

Ausflug zum Weihnachtsmarkt nach Neustadt

Am **Montag, 14.12.** möchten wir gemeinsam einen schönen Tag im hübschen Neustadt verbringen. Wir werden gemeinsam Mittagessen gehen und anschließend über den Weihnachtsmarkt schlendern. Wir fahren gemeinsam mit der S-Bahn hin und zurück. Herzliche Einladung! Wir bitten um Anmeldung.

Treffpunkt: Heidelberg Hauptbahnhof, Vorplatz um 10.50 Uhr

Regelmäßige Angebote

Montag

Englisch für (fortgeschrittene) Anfänger*innen
In den Kursen werden einfache Grundkenntnisse vermittelt, wie z.B. Begrüßungsformeln, Fragen nach dem Weg, allgemeine Vokabeln.
NEUER Anfängerkurs: 09:00 - 10:00 Uhr
leicht Fortgeschrittene: **10:15 - 11:15 Uhr**
fortgeschrittene Anfänger: **13:00 - 14:00 Uhr**
Kursleiterin: Nicole Thiele

Spanisch für (fortgeschrittene) Anfänger*innen
In Kurs 1 werden die Grundkenntnisse der spanischen Sprache erlernt und einfache Konversation geführt (kein Anfängerkurs), Kurs 2 ist für fortgeschrittene Teilnehmer*innen, die bereits über einige Kenntnisse verfügen.
09:00 - 10:00 Uhr, 10:00 - 11:00 Uhr; Kursleiterin: Sara Textor

Italienisch für Fortgeschrittene
Damit Sie sich im nächsten Italienurlaub verständigen können, außerdem kleine Lektüre und Grammatik.
11:15 - 12:45 Uhr; Kursleiterin: Myriam Simon

Smartphone/Tablet/PC-Sprechstunde (Android– & iPhone-Geräte)
Erhalten Sie Einzelunterricht, bei dem Sie Ihre Fragen klären können. Das Angebot ist kostenlos.
14:00 Uhr und 15:00 Uhr (Terminvereinbarung);
Kursleiterin: Franziska Heuer

Zumba Gold®
Zumba macht Spaß und hält fit! Zumba Gold ist eine Variante, welche die Bewegungen zu lateinamerikanischer Musik mit geringerer Intensität für aktive ältere Teilnehmer*innen anbietet. Kommen Sie vorbei zu einer Schnupperstunde! Die Zumba-Trainerin leitet den Kurs mit viel Freude und Energie!
Interessierte sind gerne noch willkommen!
16:30 - 17:30 Uhr Kursleiterin Winette Genis (im Sommer um 17 Uhr)

Dienstag

Yoga am Morgen
Sanftes Yoga nach Ihren individuellen Gegebenheiten. Momentan gibt es keine freien Plätze.
09:00 - 10:30 Uhr; Kursleiterin: Nadja Mathern

Gesprächscafé
Das Gesprächscafé ist eine kleine Gruppe, die über verschiedene Themen wie Glück, Achtsamkeit, uvm. miteinander ins Gespräch kommt. Wir finden hierbei nicht nur vielfältige Antworten, sondern auch immer neue Fragen!
09:30 - 11:30 Uhr

Kostenloser Bewegungstreff
Bewegung ist wichtig auch im Alter und deshalb laden wir ein, sich eine halbe Stunde unter Anleitung eines erfahrenen Trainers zu dehnen, zu strecken und einige Bewegungen zu machen. Auch der Spaß kommt nicht zu kurz! Das Angebot findet im Garten statt.
11:00 - 11:30 Uhr; Kursleiter: Klaus Heinzmann

Türkische Frauengruppe
Jeden Dienstag trifft sich eine Gruppe von türkischen Frauen zum gemeinsamen Frühstück & Teetrinken.
Ab 11:00 Uhr; Kontakt: Ayse Ay

Skatgruppe
Möchten Sie Skatspielen, treffen Sie hier auf Gleichgesinnte. Es gibt frischen Kaffee und Kuchen. Egal ob Frau oder Mann, Sie sind herzlich willkommen.
Ab 14:00 Uhr

Kreatives Gestalten
Für alle, die Freude am kreativen Werken haben. Termine siehe Informationen. es wird lediglich ein kleiner Beitrag für Material erhoben. Momentan ist das Angebot voll und es können keine neuen Teilnehmerinnen aufgenommen werden!
Jeden zweiten Di. um 14:30 Uhr; Leiterin: Heide Kaltschmidt

Dienstag

Boule
Bei schönem Wetter können Sie auf der Boulebahn am Emmendinger Weg gegenüber des Seniorenzentrums Boule spielen. Paul Myrzik betreut das Boulespielen und gibt Anfänger*innen Hilfestellung.
Beginn 13:30 Uhr und Beginn 15:30 Uhr

Fotokurs
Möchten Sie Ihre Fotos professioneller gestalten? In einem Fotokurs erläutert Ihnen Michael Herrmann verschiedene Techniken wie Portrait- oder Landschaftsfotografie, erklärt die Bildkompositionen und die Teilnehmenden können ihre Erfahrungen austauschen. Auch technische Aspekte zur Ausrüstung werden besprochen. Vorwissen ist nicht erforderlich! Sie können mit der Kamera oder dem Handy fotografieren. Der Kurs findet alle 3-4 Wochen statt. Das Angebot ist kostenfrei!
17:00 - 18:00 Uhr; Kursleiter: Michael Herrmann

Mittwoch

Gymnastik (in Zusammenarbeit mit DRK)
Im Alter darf man nicht auf Bewegung und Gymnastik verzichten. Die Gymnastikgruppe ermöglicht, sich gemeinsam mit anderen sportlich zu betätigen und Spaß dabei zu haben. Kurs (10 Termine) für 15,-.
09:00 - 10:00 Uhr; Kursleiterin: Hildegard Schlautmann-Dobler

Kommunikationstreff
Unter Leitung von Robert Gleber wird wöchentlich zwischen **13:00 Uhr und 14:00 Uhr** eine Gesprächsstunde angeboten. Die Teilnahme erfolgt ohne Anmeldung und ohne Zwang zur Beteiligung. Probieren Sie es gerne aus.

Tänze aus aller Welt
Das Tanzprogramm animiert dazu, Formationstänze mit leichten Bewegungsabläufen sowie bekannte, anregende Melodien kennenzulernen. Tänze aus aller Welt werden dabei eingeübt.
14:30 - 16:30 Uhr; Kursleiterin: Heidi Schwarz

Tischtennis
Immer Mittwochs trifft sich eine nette Gruppe von Männern und Frauen zum Tischtennisspielen. Normalerweise im Garten, bei schlechtem Wetter an ausgewählten Terminen (s. Programmübersicht) drinnen.
14:00 Uhr

Lesekreis
Herzliche Einladung, sich regelmäßig mit Literatur zu beschäftigen. Es sind keine Voraussetzungen nötig, jede*r bringt sich mit seinen Gedanken ein. Wir betrachten und besprechen Auszüge aus verschiedenen Büchern und Gedichten, die uns interessieren. Keine „Lektüre“ oder „Vorbereitung“ erforderlich, nur Freude am zuhören, Mitlesen und dem Teilen der eigenen Eindrücke.
Jeden zweiten Mittwoch um 17:00 Uhr

Offene Trauertreffen
Ein Verlust löst Traurigkeit, Konflikte und Krisen aus. Trauer ist ein Prozess, der durchlebt werden muss, damit der veränderte Alltag mit einem veränderten Selbstbewusstsein eines Tages wieder im Fluss gelebt werden kann. Trauer ist keine Krankheit, Trauer benötigt in der Regel keine Medikamente und keine Therapie. Trauer darf jedoch Begleitung erfahren. „Gemeinsam statt einsam “ – das wird unser Motto.
Die Treffen finden einmal im Monat statt und werden geleitet durch zwei ehrenamtliche Trauerbegleiter*innen.
17:00 Uhr

Donnerstag

Yoga auf dem Stuhl
Für alle diejenigen, die nicht mehr so ganz beweglich sind, aber dennoch die Fähigkeiten der körperlichen Bewegung und seelische Entspannung genießen möchten.
10:30 - 11:30 Uhr; Kursleiterin: Rebecca Nielbock

Gedächtnistraining
Eine unterhaltsame Art, Konzentration Merkfähigkeit und Wortfindung zu trainieren und dadurch die Gedächtnisleistung zu steigern.
13:30 - 14:30 Uhr; Kursleiterin: Jutta Engel

Donnerstag

Smartphone-Sprechstunde (Android-Geräte)
Erhalten Sie Einzelunterricht, bei dem Sie in einem mehrstufigen Ablauf eine Einführung bekommen oder Ihre Fragen klären können. Das Angebot ist kostenlos.
13:30 Uhr und 14:30 Uhr (Terminvereinbarung); Heinz Stein

Kniffel
Spiel und Spaß beim Würfeln bei Kaffee und Kuchen.
14:00 Uhr

Doppelkopf
Wenn Sie bei dem beliebten Kartenspiel mitmachen oder es neu erlernen wollen, sind Sie hier richtig!
14:00 Uhr

Rommee
Eine nette kleine Gruppe, trifft sich zum Spielen — nehmen Sie teil an dem interessanten Kartenspiel!
15:00 Uhr

Rehasport
Förderung der Sicherheit im Alltag durch Verbesserung der Beweglichkeit, Muskelkraft, Koordination und Gleichgewicht. Ein Schwerpunkt bei diesem Angebot liegt auf der Sturzprävention. Die Kasse übernimmt i.d.R. im Rahmen der Rehasport Verordnung die Kosten für 50 Termine bzw. bis zu 1,5 Jahre.
15:00 Uhr; Kursleiterin Friederike Ziganek

Trommeln
Beim gemeinsamen Trommeln geht es hauptsächlich um Spielfreude
und Spaß. Dabei wird unser Kopf frei, Hände & Finger werden beweglicher und ganz nebenbei profitiert auch unsere Koordination davon. Für die Teilnahme sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Paco Niane vom Verein Sunucraft leitet den Trommel-Kurs. Es gibt noch wenige freie Plätze. Steigen Sie mit ein!
17:30 Uhr; Kursleiter Paco Niane

Freitag

Französisch für (fortgeschr.) Anfänger*innen
Mit Grundkenntnissen in Grammatik und kleinen Texten wird die französische Sprache erlernt. Neue Teilnehmer:innen sind willkommen!
09:15 - 10:15 Uhr; Kursleiterin: Chantal Gauthier (Anfänger)
10:15 - 11:15 Uhr; Kursleiterin: Chantal Gauthier (fortg. Anf.)

Französisch für fortgeschrittene Anfänger*innen
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer:innen mit Erfahrung in der französischen Sprache. Es werden kleine Texte gelesen, anhand derer die Grammatik erläutert und einfache Konversation geführt wird.
09:15 - 10:15 Uhr; Kursleiter: Hans-Joachim Räther

Englisch für Fortgeschrittene
Lektüre, Konversation und Wiederholung von Grammatikregeln stehen hier auf dem Programm. Neue Teilnehmer:innen willkommen!
10:30 - 11:30 Uhr; Kursleiterin: Nicole Thiele

Italienisch für Anfänger*innen
Es werden einfache Vokabeln/Redewendungen & die Grundstrukturen der italienischen Grammatik vermittelt. Stetige Wiederholungen und Übungen sorgen dafür, dass sich das Gelernte setzt.
11:45 - 12:45 Uhr; Kursleiterin: Nicole Thiele

Rummikub
Wenn Sie bei dem geselligen Spiel mitmachen oder es neu erlernen wollen, sind Sie hier in gemütlicher Runde richtig.
13:15 Uhr

Kammerorchester (der Akademie für Ältere)
Hier proben Musikerinnen und Musiker zusammen, die Spaß an klassischer Musik haben. Neue Musiker*innen sind willkommen, insbesondere Streicher! Melden Sie sich gern bei Interesse.
Jeden zweiten Freitag um 15:30 Uhr im SZ Rohrbach

Sonstige Angebote für Sie

Mittagstisch: Von Montag bis Freitag bieten wir ein Mittagessen mit Suppe und Nachtisch für 6,50€ (Heidelberg Pass(+) 1,50€ **Preiserhöhung ab Januar auf 2,50€**) an. Montag, Dienstag und Donnerstag kommt das Essen von den Maltesern in Wiesloch, Mittwoch & Freitag wird im Haus selbst gekocht. Für die Planung ist eine Anmeldung bis spätestens 12:00 Uhr am Vortag notwendig. Bei Nachmittagsveranstaltungen bieten wir Kaffee und Kuchen.

Beratung: Die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen stehen Ihnen für Ihre Fragen zu sozialen Hilfen und für vertrauensvolle Gespräche nach Terminvereinbarung jederzeit zur Verfügung.

Boule-Spielen: Wir haben Boule-Kugeln, die Sie sich gerne ausleihen können. Sprechen Sie uns an.

Fußpflege: Ca. alle sechs Wochen Dienstags kommt ein Fußpflegeteam zu uns. Die Kosten betragen 35€. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit und vereinbaren einen Termin bei uns, Tel. 33 45 40.
Preiserhöhung ab Januar auf 40€

Wohlfühlecken: Wenn Sie sich um Veranstaltungen herum entspannen oder Zeit überbrücken möchten, steht Ihnen unsere gemütliche Sitzecke oder im Sommer unser Garten zur Verfügung. Hier können Sie sich auch während der Öffnungszeiten eine kleine Auszeit nehmen.

Bücherbörse: Wir haben einen Büchertisch und -regal, von denen Sie gerne Bücher mitnehmen können. Wenn Sie selbst (bitte nur guterhaltene und neue!) Bücher haben und anderen zur Verfügung stellen möchten, freuen wir uns darüber.

So finden Sie uns: Von Rohrbach-Markt mit Bus Nr. 28A oder 33 bis Haltestelle Erlenweg oder Rastatterstraße West, zwischen beiden Haltestellen liegt die Baden-Badener-Straße. Oder mit Straßenbahn Nr. 23 oder 24 bis Haltestelle Ortenauer Str., dann die Ortenauer Str. durchlaufen, links in Kolbenzeil abbiegen und gleich rechts in die Baden-Badener-Str. 11.