



 **SeniorenZentrum  
Ziegelhausen/  
Schlierbach**  
Begegnung im Stadtteil

**Ihr Programm**



**Dezember 2024**



**Liebe Besucher\*innen,  
liebe Freunde des Seniorenzentrums,**

wir freuen uns, Sie in unserem Seniorenzentrum begrüßen zu dürfen. Wir haben unterschiedliche Kursangebote zur Auswahl, es gibt neben Kreativangeboten auch Spielgruppen sowie besondere Veranstaltungen. Daneben besteht die Möglichkeit an den Wochentagen im Seniorenzentrum Mittag zu essen.

Wir freuen uns auf Sie!

**Ihre Gabriele Bamarni & Anne Lauck**



Gemeinschaftlicher **Mittagstisch** von Montag bis Freitag: **12 Uhr**,  
Anmeldung ist bis **09:30 Uhr** am Vortag erforderlich.  
Wer abgeholt werden möchte kann sich im Zentrum melden.

<b>Montag</b>		
	10:00 Uhr	Qi Gong
	11:15 Uhr	Deutschkurs für Geflüchtete
	14:00 Uhr	Ganzheitliche Gymnastik
	15:30 Uhr	Fit im Alltag
<b>Dienstag</b>		
	08:50 Uhr	Tai-Chi mit Vorkenntnissen
	10:00 Uhr	Tai-Chi
	10:00 Uhr	Bewegungstreff auf dem Kuchenblech
	11:30 Uhr	Leichtes Fitnessstraining
	14:00 Uhr	Strickcafé
	15:00 Uhr	Malen und Zeichnen
<b>Mittwoch</b>		
	09:30 Uhr	Italienisch mit Vorkenntnissen
	10:45 Uhr	Italienisch für Anfänger
	14:00 Uhr	Doppelkopf
11. Dez.	14:00 Uhr	Adventsfeier
<b>Donnerstag</b>		
	10:00 Uhr	Französisch mit Vorkenntnissen
	11:30 Uhr	Spanisch für Anfänger
	13:00 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene
	14:45 Uhr	Englisch mit Vorkenntnissen
05. Dez.	14:30 Uhr	Auszeit- Treffen für pfleg. Angehörige
12. Dez.	16:00 Uhr	shared reading
<b>Freitag</b>		
	09:30 Uhr	Yoga
	11:00 Uhr	Mobilitätstraining mit Musik
	14:00 Uhr	Griechisch mit Vorkenntnissen
	15:30 Uhr	Schach

## Haben Sie Fragen zum Programm? Brauchen Sie Beratung?

Dann wenden sie sich bitte an:

Seniorenzentrum Ziegelhausen /Schlierbach  
Telefon 06221 - 330360  
oder den Caritasverband Heidelberg e.V., Tel. 3303-0 (Träger)

### Besondere Termine:

- 11. Dezember: 14 Uhr Adventsfeier im Seniorenzentrum, Kaffee und Kuchen
- 12. Dezember: 16 Uhr „shared reading“
- Ab dem 23.12.24 ist das Seniorenzentrum bis zum 7.01.25 geschlossen.



## Frohe Weihnachtszeit

**Seniorenzentrum  
Ziegelhausen/Schlierbach**  
Brahmsstraße 6  
69118 Heidelberg-Ziegelhausen

Buslinie 36, Haltestelle: „Brahms-  
straße“ oder „Textilmuseum“  
Buslinie 36a, Haltestelle: „Kirche“  
S-Bahn- Linie 1+2 Haltestelle:  
S-Bahnhof Schlierbach/ Ziegelhausen

**Seniorentreff im Bürgerhaus**  
Schlierbacher Landstraße 130  
69118 Heidelberg-Schlierbach

Buslinie 36+35, Haltestelle: „Rombach-  
weg“

Fipsbus telefonisch anmelden oder mit  
der App hier:  
<https://www.rnv-online.de/fahrtinfo/fips/>