

## April

Montag 01.04 .24	<b>Ostermontag</b>	<b>GESCHLOSSEN</b>
Dienstag 02.04 .24	14:00	<b>HANDARBEITSKREIS</b>
Mittwoch 03.04 .24	14:00	<b>SCHLENDERGRUPPE</b> mit Frau Heinzelmann, Gutshof Erbach, Treffpunkt: Wi-Hbf, Gleis 1, Abfahrt: 13:33 Uhr
Mittwoch 10.04 .24	12:30	<b>Schwimmen in Gemeinschaft</b> Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
Montag 15.04 .24	14:00	<b>Spiele- und Kaffeenachmittag</b> mit Frau Heinzelmann
Dienstag 16.04 .24	14:00	<b>HANDARBEITSKREIS</b>
Mittwoch 17.04 .24	14:00	<b>SCHLENDERGRUPPE</b> mit Frau Heinzelmann, Schloßpark Biebrich, anschl. Kaffee im MHZ, Bus 14
Donnerstag 18.04 .24	14:30	<b>LESE- UND ERZÄHLTREFF</b> Mit Frau Francks
Dienstag 23.04 .24	16:30	<b>DÄMMERSCHOPPEN</b> mit Frau Heinzelmann Kostenbeitrag: 3,50 € inkl. ein Getränk und Imbiss
Mittwoch 24.04 .24	12:00	<b>FRISCHES VOM GRILL</b> zum Mittagstisch Um Anmeldung wird gebeten!
	12:30	<b>Schwimmen in Gemeinschaft</b> Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
Montag 29.04 .24	14:00	<b>Spiele- und Kaffeenachmittag</b> mit Frau Heinzelmann
Dienstag 30.04 .24	14:00	<b>HANDARBEITSKREIS</b>

## Mai

Mittwoch 01.05.24	<b>Maifeiertag</b>	<b>GESCHLOSSEN</b>
Donnerstag 02.05.24	14:30	<b>LESE- UND ERZÄHLTREFF</b> Mit Frau Francks
Donnerstag 09.05.24	<b>Christi Himmelfahrt</b>	<b>GESCHLOSSEN</b>
Montag 13.05.24	14:00	<b>Spiele- und Kaffeenachmittag</b> mit Frau Heinzelmann
Dienstag 14.05.24	14:00	<b>HANDARBEITSKREIS</b>
Mittwoch 15.05.24	14:00	<b>SCHLENDERGRUPPE</b> mit Frau Heinzelmann Ausflug nach Rüdesheim, Abfahrt in Wiesb. um 10:33, Gleis 1, Kos- tenbeitrag: 5,- € mit Rundfahrt. Anmeldung: 0160 97952940 <b>Begrenzte Teilnehmerzahl</b>
Montag 20.05.24	<b>Pfingstmontag</b>	<b>GESCHLOSSEN</b>
Mittwoch 22.05.24	12:00	<b>FRISCHES VOM GRILL</b> zum Mittagstisch Um Anmeldung wird gebeten!
	12:30	<b>Schwimmen in Gemeinschaft</b> Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
Montag 27.05.24	14:00	<b>Spiele- und Kaffeenachmittag</b> mit Frau Heinzelmann
Dienstag 28.05.24		<b>HANDARBEITSKREIS</b>
Dienstag 28.05.24	16:30	<b>DÄMMERSCHOPPEN</b> mit Frau Heinzelmann Kostenbeitrag: 3,50 € inkl. ein Getränk und Imbiss

Mittwoch 29.05.24 14:00 **SCHLENDERGRUPPE**  
mit Frau Heinzelmann  
Treffpunkt: Adlerstraße 19 zur Be-  
sprechung der nächsten Aktivitäten

Donnerstag 30.05.24 **Fronleichnam** **GESCHLOSSEN**

## Juni

Donnerstag 06.06.24	14:30	<b>LESE- UND ERZÄHLTREFF</b> Mit Frau Francks
Montag 10.06.24	14:00	<b>Spiele- und Kaffeenachmittag</b> mit Frau Heinzelmann
Dienstag 11.06.24	14:00	<b>HANDARBEITSKREIS</b>
Mittwoch 12.06.24	12:30	<b>Schwimmen in Gemeinschaft</b> Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
Mittwoch 19.06.24	12:00	<b>FRISCHES VOM GRILL</b> zum Mittagstisch Um Anmeldung wird gebeten!
	14:00	<b>SCHLENDERGRUPPE</b> mit Frau Heinzelmann Treffpunkt: Eingang Apothekergar- ten (oben), Haltestelle Plutoweg, Bus: 17,21,23
Montag 24.06.24	14:00	<b>Spiele- und Kaffeenachmittag</b> mit Frau Heinzelmann
Dienstag 25.06.24	14:00	<b>HANDARBEITSKREIS</b>
Dienstag 25.06.24	16:30	<b>DÄMMERSCHOPPEN</b> mit Frau Heinzelmann Kostenbeitrag: 3,50 € inkl. ein Getränk und Imbiss
Mittwoch 26.06.24	12:30	<b>Schwimmen in Gemeinschaft</b> Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad

## Yogakurse

Für alle älteren Menschen, die gerne in einer Grup-  
pe mit Gleichgesinnten Hatha-Yoga praktizieren  
möchten. Dieser Yoga-Stil ist ganzheitlich, kraft-  
voll, gleichzeitig entspannend und auf die Bedürf-  
nisse der Teilnehmer/Innen abgestimmt.

Mittwochs 17:00 - 18:00 Uhr

Information unter 0611 1746726



## Vorankündigung!

Samstag 14:00 **Sommerfest im Treffpunkt**  
27.07.24

Ein gemütlicher Nachmittag im Garten  
mit Live Musik von  
**Colin Frost & Paul Marè**  
Kaffee und Kuchen, Leckerem vom Grill und  
Getränken zu erschwinglichen Preisen.



## Mittagstisch

Montags bis freitags bieten wir Ihnen in der Zeit  
von 12:00 bis 13:00 Uhr einen Mittagstisch an.

Der Preis für ein Mittagsmenü beträgt 6,60 €.

Abhängig vom Einkommen, kann auf Antrag der  
Preis vergünstigt werden. Hierzu erhalten Sie ei-  
nen Ausweis, mit dem der Kostenbeitrag auf bis zu  
2,00 € reduziert wird.

Informationen hierzu erhalten Sie im Treffpunkt.



## Computer und Internet für Ältere

Das IBistro Adlerstraße im Treffpunkt aktiv Adlerstraße ist der Computer- und Internettreff für Ältere des SeniorenNet Wiesbaden. Offenes Surfen im Bistro (1,00 € pr Stunde). Empfänger von Grundsicherung erhalten 50% Nachlass.

Öffnungszeiten: Montag 10:00 - 13:00 Uhr  
Mittwoch 10:00 - 16:00 Uhr  
Freitag 10:00 - 13:00 Uhr



Das Bistroteam hilft Seniorinnen u. Senioren bei:

- Fragen zu Computer und Programmen
- Probleme an Ihrem privaten Laptop
- Unterstützung für alle aktuellen Tablets
- Tipps zum Smartphone
- Workshops auf Anfrage
- Anmeldung und Info unter: **0611 2047567**
- Bestellen Sie unseren monatlichen Newsletter [www.seniorennet.de/wiesbaden](http://www.seniorennet.de/wiesbaden)
- die Webseite mit vielen Informationen von Senioren für Senioren

**Wir bieten keine Kurse an!**

## Weitere Angebote im Treffpunkt aktiv

**Yoga** mittwochs 17:00 Uhr  
Information unter 0611 1746726

### Lese- und Erzähltreff

Nach Absprache, 1x monatlich. Anmeldung bei Frau Francks, 08:00 - 10:00 Uhr unter Tel: 0176 31583066  
Änderungen vorbehalten!

### Einladung zum Geburtstag

An Ihrem Geburtstag laden wir Sie mit einer Begleitperson zu einem kostenlosen Mittagessen in unserer Einrichtung ein. Außerdem erhalten Sie dazu ein Piccolo oder wahlweise ein Glas Wein. (Nach Voranmeldung)

Das aktuelle Programm finden Sie auch online unter:

[www.wiesbaden.de](http://www.wiesbaden.de)

Die aktuellen Speisepläne unter:

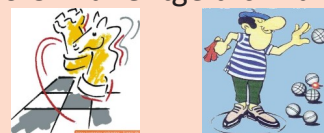
[www.seniorennet.de/wiesbaden](http://www.seniorennet.de/wiesbaden) ➔ Treffpunkt aktiv

### Freizeitkarte

Mit der Freizeitkarte erhalten Sie auf viele unserer Veranstaltungen 50 % Ermäßigung. Diese kann beim Amt für Soziale Arbeit beantragt werden: Telefon: 0611 312297 oder E-Mail: [freizeitkarte@wiesbaden.de](mailto:freizeitkarte@wiesbaden.de)

### Freiluftschach und Boule

Unser Freiluftschachfeld und die Boulebahn stehen von Montag bis Freitag in der Zeit von 10:00 - 16:00 Uhr unentgeltlich zur Verfügung.



Treffpunkt aktiv Adlerstraße  
Adlerstraße 19, 65183 Wiesbaden  
Buslinie 6, Haltestelle Adlerstraße

#### ☐ Leitung:

Jürgen Bruhn ☎ 0611 1746726  
Telefax: ☎ 0611 5324293  
E-Mail: [juegen.bruhn@wiesbaden.de](mailto:juegen.bruhn@wiesbaden.de)

#### ☐ Veranstaltungen:

Maria Heinzelmänn ☎ 0160 97952940

#### ☐ Verwaltung:

Bastian Ickstadt ☎ 0611 312889  
E-Mail: [treffpunkt-aktiv@wiesbaden.de](mailto:treffpunkt-aktiv@wiesbaden.de)

#### ☐ Küche:

Küche Adlerstraße ☎ 0611 2046501  
Beate Kraus (HWL) ☎ 0611 4190412

#### ☐ Hausmeister:

Mathias Knoob ☎ 0171 7677551  
Rüstem Tulu ☎ 0175 1684892

#### ☐ Internet-Bistro:

☎ 0611 2047567



#### Impressum:

Herausgeber: Magistrat der Landeshauptstadt Wiesbaden,  
Amt für Soziale Arbeit, Abt. Altenarbeit,  
Konradinerallee 11, 65189 Wiesbaden

Redaktion: Jürgen Bruhn

Layout: Partner's GbR

Druck: Druckcenter der Landeshauptstadt  
Wiesbaden

Bilder: Microsoft.com, Pixabay.com oder angegeben

PROGRAMM  
April bis Juni 2024

LANDESHAUPTSTADT



Adlerstraße  
Wiesbaden Mitte

WIESBADEN  
Amt für Soziale Arbeit

[www.wiesbaden.de](http://www.wiesbaden.de)