April

Dienstag 02.04.24	**09:00**	**Frühstücken wie ein Kaiser** Voranmeldung/ Kosten: 3,50 €
	14:00	**Offenes Café und Kreativtreff**
	17:00	**Treff "Die Herbstzeitlosen"**
Mittwoch 03.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 04.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Montag 08.04.24 **begrenzte Platzzahl!!** Anmeldung unter Tel. 0611-31 4688	**15:00**	Im großen Raum **Whisky-Piper – Dudelsackmusik aus Schottland** Nicht nur musikalisch werden Sie mit Dudelsackmusik unterhalten, sondern auch mit Anekdoten, Witz und Wissenswertem rund um den schottischen Dudelsack. Kostenbeitrag: 9,– € | erm. 4,50 €
Dienstag 09.04.24	**14:00**	**Offenes Café und Kreativtreff**
Mittwoch 10.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 11.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
	17:00	**Dämmerschoppen** Voranmeldung/Kosten: 3,50 €
Montag 15.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
begrenzte Platzzahl!! Anmeldung unter Tel. 0611-31 4688	**16:00**	**Selbstschutz durch Selbstverteidigung für Senioren** Der Kurs bietet einfache, schnell erlernbare Verhaltensmuster, die im Ernstfall einen Ausweg aus einer Gefahrensituation aufzegen. Keine besondere Fitness oder Vorkenntnisse erforderlich. Kostenbeitrag: 5,– € | erm. 2,50 €
Dienstag 16.04.24	**09:00**	**Frühstücken wie ein Kaiser** Voranmeldung/ Kosten: 3,50 €
	14:00	**Offenes Café und Kreativtreff**
	17:00	**Treff "Die Herbstzeitlosen"**
Mittwoch 17.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 18.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Montag 22.04.24 **begrenzte Platzzahl!!**	**14:00**	***Musik macht Laune*** ***mit Heinz Schantz*** Eintritt 5,00 €/erm. 2,50 € (incl. Kaffee & Kuchen) Kartenvorverkauf ab sofort
Dienstag 23.04.24	**14:00**	**Offenes Café und Kreativtreff**
Mittwoch 24.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 25.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
	17:00	**Dämmerschoppen** Voranmeldung/Kosten: 3,50 €
Montag 29.04.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Dienstag 30.04.24	**09:00**	**Frühstücken wie ein Kaiser** Voranmeldung/ Kosten: 3,50 €
	14:00	**Offenes Café und Kreativtreff**
	17:00	**Treff "Die Herbstzeitlosen"**

Mai

Donnerstag 02.05.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Montag 06.05.24 **begrenzte Platzzahl!!**	**14:00**	***Musik macht Laune*** ***mit Heinz Schantz*** Eintritt 5,- €/erm. 2,50 € (incl. Kaffee & Kuchen) Kartenvorverkauf ab 22.04.
Dienstag 07.05.24	**09:00**	**Frühstücken wie ein Kaiser** Voranmeldung/ Kosten: 3,50 €
	14:00	**Offenes Café und Kreativtreff**
	17:00	**Treff "Die Herbstzeitlosen"**
Mittwoch 08.05.24		**Am Nachmittag geschlossen wegen einer interner Fortbildung**
Montag 13.05.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Dienstag 14.05.24	**14:00**	**Offenes Café und Kreativtreff**
Mittwoch 15.05.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 16.05.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen

Der Treff bleibt in der Zeit von Di. 21. Mai bis einschließlich Fr. 31. Mai geschlossen!

Freitag 24.06.24 **begrenzte Platzzahl!!** Anmeldung unter Tel. 0611-31 4688	**15:00**	**Bunter Nachmittag: Bella Italia »La Dolce Vita« mitten in Wiesbaden –** Stimmungsvolle Musik, ein Länderquiz mit Preisen und viel Genuss mit Kulinarik aus dem Süden sorgen für mediterranes Flair. Lassen Sie sich überraschen! Kostenbeitrag: 10,– € erm. 5,– € (inkl. Häppchen – Getränke auf eigene Rechnung)

Juni

Montag 03.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Dienstag 04.06.24	**09:00**	**Frühstücken wie ein Kaiser** Voranmeldung/ Kosten: 3,50 €
	14:00	**Offenes Café und Kreativtreff**
Mittwoch 05.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 06.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Montag 10.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Dienstag 11.06.24	**14:00**	**Offenes Café und Kreativtreff**
Mittwoch 12.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 13.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 13.06.24 **begrenzte Platzzahl!!** Anmeldung unter Tel. 0611-31 4688	**15:00**	**Lachen macht Freude – Lachyoga** „Lachen ist die beste Medizin.“ Lachen setzt Glücksbotenstoffe frei und ist DAS Anti-Stress-Mittel mit sofortiger Wirkung. Hier setzen wir an und zeigen, wie es geht. Kostenbeitrag: 5,– €/erm 2,50 €
	17:00	**Dämmerschoppen** Voranmeldung/Kosten: 3,50 €
Montag 17.06.24 **begrenzte Platzzahl!!**	**14:00**	***Musik macht Laune*** ***mit Heinz Schantz*** Eintritt 5,- €/erm. 2,50 € (incl. Kaffee & Kuchen) Kartenvorverkauf ab 06.05.
Dienstag 18.06.24	**09:00**	**Frühstücken wie ein Kaiser** Voranmeldung/ Kosten: 3,50 €
	14:00	**Offenes Café und Kreativtreff**
	17:00	**Treff "Die Herbstzeitlosen"**
Mittwoch 19.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Donnerstag 20.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Montag 24.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
Dienstag	**14:00**	**Offenes Café und Kreativtreff**
25.06.24 **begrenzte Platzzahl!!** Anmeldung unter Tel. 0611-31 4688	**15:00**	**Infotainment Hitzeschutz** Mit einer bunten Mischung aus Information, Spaß und Geselligkeit greifen wir das Thema Klimawandel im Rahmen unserer kleinen Hitzeschutzparty auf. Nach einem informativen Kurzvortrag zum Thema Klimaveränderung gibt es musikalische Beiträge rund um das Wetter sowie ein Quiz mit kleinen Preisen. **Kostenlos**
Mittwoch 26.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen
	17:00	**Dämmerschoppen** **-Der Seniorenbeirat wird zu Besuch sein und seine Arbeit vorstellen-** Nur mit Voranmeldung
Donnerstag 27.06.24	**14:00**	**Offenes Café** Kaffee-Kuchen, Plaudern, Spielen

Regelmäßige Veranstaltungen am Vor- und Nachmittag:

Brett– und Kartenspiel

Brett- und Kartenspiele:
An allen Öffnungstagen Montag - Donnerstag, eingeschränkt an ausgewiesenen Veranstaltungstagen!

Rommé und Rommé Cup:
montags- donnerstags , 14:00 Uhr

Schach: montags– donnerstags, 14:00 Uhr

Doppelkopf: dienstags ab 14:00 Uhr

geselliger Nachmittag **mit Brettspiele** der Seniorengruppe donnerstags ab 14:00 Uhr

Fitness und Bewegung

Mobilisierung mit Musik unter der Leitung von Frau Blödow und Frau Hofmann findet donnerstags von 10:00 - 11:00 Uhr statt.

In Kooperation mit dem Kneipp-Verein **Gymnastikkurse** am Montag von 10:30 - 11:30 Uhr, so wie freitags von 9:30 –10:30 Uhr angeboten.

Line Dance: Choreografierte Tanzform, bei der einzelne Tänzer in Reihen vor- und nebeneinander tanzen (Reihentanz).
Jeden Samstag um 10:00 Uhr und alle 14 Tage Dienstag um 10:00 Uhr und um 17:30 Uhr (beginn am 2. Dienstag/Monat)

Kreativität

KreativTreff unter der Leitung von Frau Lehmann: Jeden Dienstag, 14:00 Uhr

Malgruppe unter der Leitung von Herrn Knabjohann: Jeden Mittwoch Vormittag

Sprachen

Englisch unter der Leitung von Frau Braun.
Jeden Montag um 14:00 Uhr

Termine für´s gemeinsame Bowlen:

April: Mo. 08.04. und 29.04.
Mai: Mo. 13.05. und 27.05.
Juni: Mo. 10.06. und 24.06.

Kostenbeitrag 4,00 €

Bitte um vorherige verbindliche Anmeldung bei Frau Neske-Feuerhahn unter Tel. 0151-15238838

Ermäßigte Teilnahme!

Sie können an ausgewiesenen Veranstaltungen vergünstigt teilnehmen. Der vergünstigte Preis ist dann im Programm angegeben. Die Voraussetzung ist, dass Sie **Grundsicherung** oder **Wohngeld** bekommen. Hierzu legen Sie uns bitte den Bescheid vom Amt vor. Wenn Sie Grundsicherung bekommen, können Sie auch die **Freizeitkarte** beantragen, mit der Sie ebenfalls die Vergünstigung bekomme.

Weitere Ausflüge und externe Veranstaltungen sind noch in der Planung und Organisation. Diese werden wir rechtzeitig in Form eines Plakates im Treff bekanntgegeben.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Sprechstunde der Beratungsstelle für Selbständiges Leben im Alter
jeden Mittwoch
von 10:00 - 11:00 Uhr
mit Herr Kissel

Treffpunkt aktiv Biebrich
Martin-Hörner-Zentrum
Straße der Republik 17, 65203 Wiesbaden,
Tel: 0611/ 31 91 89, Fax: 0611 / 31 7912

Mitarbeiterinnen vor Ort:

Tanja Meijer 0175 5958714
Tanja.meijer@wiesbaden.de

Maria Heinzelmann 0160 97952940
maria.heinzelmann@wiesbaden.de

Tanja Neske-Feuerhahn 0151 15238838
Tanja.neske-feuerhahn@wiesbaden.de

Leitung und Programm:

Markus Roos 0611 58939914
markus.roos@wiesbaden.de

Öffnungszeiten am Nachmittag:

Offener Treff Montag bis Donnerstag:
14:00-17:00 Uhr (freitags nur Gruppenangebote)

Treffpunkt aktiv Biebrich
Martin-Hörner-Zentrum
Straße der Republik 17, 65203 Wiesbaden
Tel: 0611/ 31 91 89, Fax: 0611 / 31 7912

Impressum:
Herausgeber: Magistrat der Landeshauptstadt Wiesbaden
Amt für Soziale Arbeit / Abteilung Altenarbeit
Konradinerallee11, 65189 Wiesbaden
Redaktion: Markus Roos
Layout: Christoph Herpel, Partner`s GbR
Druck: Druck-Center der Landeshauptstadt Wiesbaden
Bilder: microsoft.com, freepik.com oder angegeben

PROGRAMM
April bis Juni 2024

LANDESHAUPTSTADT

TREFFPUNKT aktiv
MITTEN IM LEBEN
Der Treff für ältere Menschen!

Biebrich
Martin Hörner Zentrum

WIESBADEN
Amt für Soziale Arbeit

www.wiesbaden.de