

Januar

Dienstag 06 .01.26	14:00	HANDARBEITSKREIS
Mittwoch 07 .01.26	14:00	<i>SCHLENDERGRUPPE</i> mit Frau Heinzelmann, Neujahrsempfang Adlerstraße, Bus 6
<i>Neuer Kurs!</i>	17:00	Start des Yogakurses 20 Treffen, Kursgebühr 120,- €

Närrische

Seniorensitzung

Sonntag, 11.01.2026
15:11 Uhr, im Bürgerhaus Mainz-Kostheim



Montag 12.01.26	14:00	Spiele- und Kaffeenachmittag mit Frau Heinzelmann
Mittwoch 14 .01.26	12:30	Schwimmen in Gemeinschaft Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
Donnerstag 15.01.26	14:30	LESE- UND ERZÄHLTREFF Mit Frau Francks

Freitag 16 .01.26	09:00	Frühstück Gemeinsames Frühstück im Treffpunkt aktiv Blücherstraße Kostenbeitrag: 3,50 € Anmeldung erforderlich!
----------------------	-------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Dienstag 20.01.26	14:00	HANDARBEITSKREIS
Mittwoch 21.01.26	14:00	<i>SCHLENDERGRUPPE</i> Treffpunkt: Schiersteiner Hafen, Bus 23
Montag 26 .01.26	14:00	Spiele- und Kaffeenachmittag mit Frau Heinzelmann

Dienstag 27 .01.26	16:30	DÄMMERSCHOPPEN mit Frau Heinzelmann Kostenbeitrag: 3,50 € inkl. ein Getränk und Imbiss
-----------------------	-------	----------------------------------------------------------------------------------------------

Mittwoch 28 .01.26	12:30	Schwimmen in Gemeinschaft Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
-----------------------	-------	---------------------------------------------------------------

Februar

Dienstag 03.02.26	14:00	HANDARBEITSKREIS
----------------------	-------	------------------

Mittwoch 04 .02.26	14:00	<i>SCHLENDERGRUPPE</i> mit Frau Heinzelmann Treffpunkt: Eingang Kurpark, Einkehr im Paradieso
-----------------------	-------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

Donnerstag 05.02.26	14:30	LESE- UND ERZÄHLTREFF Mit Frau Francks
------------------------	-------	-------------------------------------------

Montag 09 .02.26	14:00	Spiele- und Kaffeenachmittag mit Frau Heinzelmann
---------------------	-------	------------------------------------------------------

Mittwoch 11.02.26	12:30	Schwimmen in Gemeinschaft Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
----------------------	-------	---------------------------------------------------------------

Mittwoch 11.02.26	14:30	KREPPELKAFFEE Musik und Tanz zur Fastnacht mit Charly Nägler. Speisen und Getränke zum Verkauf. Treffpunkt aktiv Blücherstraße Anmeldung bis zum 06.02.26
----------------------	-------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Dienstag 17 .02.26	14:00	HANDARBEITSKREIS
-----------------------	-------	------------------

Mittwoch 18 .02.26	12:00	Heringessen zum Aschermittwoch Zum Mittagstisch gibt es Heringe nach Hausfrauenart. Anmeldung nicht vergessen!
-----------------------	-------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Mittwoch 18 .02.26	14:00	<i>SCHLENDERGRUPPE</i> mit Frau Heinzelmann Treffpunkt: Kriegerdenkmal, Bus 1
-----------------------	-------	-------------------------------------------------------------------------------------

Freitag 20.02.26	09:00	Frühstück Gemeinsames Frühstück im Treffpunkt aktiv Blücherstraße Kostenbeitrag: 3,50 € Anmeldung erforderlich!
---------------------	-------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Montag 23.02.26	14:00	Spiele- und Kaffeenachmittag mit Frau Heinzelmann
--------------------	-------	------------------------------------------------------

Dienstag 24 .02.26	16:30	DÄMMERSCHOPPEN mit Frau Heinzelmann Kostenbeitrag: 3,50 € inkl. ein Getränk und Imbiss
-----------------------	-------	----------------------------------------------------------------------------------------------

Mittwoch 25.02.26	12:30	Schwimmen in Gemeinschaft Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
----------------------	-------	---------------------------------------------------------------

März

Dienstag 03.03.26	14:00	HANDARBEITSKREIS
----------------------	-------	------------------

Mittwoch 04 .03.26	14:00	<i>SCHLENDERGRUPPE</i> mit Frau Heinzelmann Treffpunkt: Adlerstraße 19 zur Besprechung der nächsten Aktivitäten (Nur für die Schlendergruppe)
-----------------------	-------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Donnerstag 05.03.26	14:30	LESE- UND ERZÄHLTREFF Mit Frau Francks
------------------------	-------	-------------------------------------------

Montag 09 .03.26	14:00	Spiele- und Kaffeenachmittag mit Frau Heinzelmann
---------------------	-------	------------------------------------------------------

Mittwoch 11.03.26	12:30	Schwimmen in Gemeinschaft Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
----------------------	-------	---------------------------------------------------------------

Dienstag 17 .03.26	14:00	HANDARBEITSKREIS
-----------------------	-------	------------------

Mittwoch 18 .03.26	10:15	<i>SCHLENDERGRUPPE</i> Treffpunkt: Hauptbahnhof, Gleis 10, Fahrt nach Limburg
-----------------------	-------	----------------------------------------------------------------------------------

Freitag 20.03.26	09:00	Frühstück Gemeinsames Frühstück im Treffpunkt aktiv Blücherstraße Kostenbeitrag: 3,50 € Anmeldung erforderlich!
---------------------	-------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Montag 23.03.26	14:00	Spiele- und Kaffeenachmittag mit Frau Heinzelmann
--------------------	-------	------------------------------------------------------

Dienstag 24 .03.26	16:30	DÄMMERSCHOPPEN mit Frau Heinzelmann Kostenbeitrag: 3,50 € inkl. ein Getränk und Imbiss
-----------------------	-------	----------------------------------------------------------------------------------------------

Mittwoch 25.03.26	12:30	Schwimmen in Gemeinschaft Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad
----------------------	-------	---------------------------------------------------------------

Dienstag 31.03.26	14:00	HANDARBEITSKREIS
----------------------	-------	------------------

Yogakurse

Für alle älteren Menschen, die gerne in einer Gruppe mit Gleichgesinnten Hatha-Yoga praktizieren möchten. Dieser Yoga-Stil ist ganzheitlich, kraftvoll, gleichzeitig entspannend und auf die Bedürfnisse der Teilnehmer/Innen abgestimmt.

Mittwochs 17:00 - 18:00 Uhr
Information unter 0611 1746726



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 einen 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
- 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

Alternativer Spaziergang

Nach Absprache, 1x monatlich. Anmeldung bei Frau Francks, 08:00 - 10:00 Uhr unter Tel: 0611 541574. 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

Ermäßigte Teilnahme!

Für Personen, die mindestens 55 Jahre alt sind und laufend Grundsicherung/Bürgergeld oder Wohngeld erhalten oder im Besitz einer Ehrenamtskarte sind, wird nach Vorlage der entsprechenden Nachweise Ermäßigung gewährt.

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: juergen.bruhn@wiesbaden.de

Veranstaltungen:

Maria Heinzelmann ☎ 0160 97952940

Verwaltung:

Bastian Ickstadt ☎ 0611 312889
E-Mail: 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

Adlerstraße



LANDESHAUPTSTADT



*Der Treff für
ältere Menschen!*

Programm:

Januar
Februar
März

2026


WIESBADEN
Amt für Soziale Arbeit

www.wiesbaden.de