Juli

Mittwoch 02.07 .25 — 14:00 — ***SCHLENDERGRUPPE***
Picknick in der Adlerstraße
Anmeldung unter 0160 97952940
(Nur für die Schlendergruppe)

Dienstag 08 .07 .25 — 14:00 — **HANDARBEITSKREIS**

Mittwoch 09 .07 .25 — 17:00 — **Beginn des Yogakurses** *Neuer Kurs!*
19 Treffen, Gebühr 114,- €

Donnerstag 10.07 .25 — 14:30 — **LESE- UND ERZÄHLTREFF**
Mit Frau Francks

Freitag 11.07 .25 — 09:00 — **Frühstück**

Gemeinsames Frühstück im
Treffpunkt aktiv Blücherstraße
Kostenbeitrag: 3,50 €
Anmeldung erforderlich!

Montag 14 .07 .25 — 14:00 — **Spiele- und Kaffeenachmittag**
mit Frau Heinzelmann

Mittwoch 16 .07 .25 — 12:00 — **FRISCHES VOM GRILL**

zum Mittagstisch
Um Anmeldung wird gebeten!

14:00 — ***SCHLENDERGRUPPE***
mit Frau Heinzelmann,
Knopp's Alm in Frauenstein, Bus 24, Haltestelle Herrenbergstr.

Dienstag 22.07 .25 — 14:00 — **HANDARBEITSKREIS**

Dienstag 22.07 .25 — 16:30 — **DÄMMERSCHOPPEN**

mit Frau Heinzelmann
Kostenbeitrag: 3,50 € inkl. ein Getränk und Imbiss

Mittwoch 23.07 .25 — 12:30 — **Schwimmen in Gemeinschaft**
Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad

Montag 28 .07 .25 — 14:00 — **Spiele- und Kaffeenachmittag**
mit Frau Heinzelmann

Mittwoch 30.07 .25 — 14:00 — ***SCHLENDERGRUPPE***
mit Frau Heinzelmann
Treffpunkt Apothekergarten, Bus 17.23, Haltest. Plutoweg

August

Samstag 02.08.25 — 14:00 — **Sommerfest im Treffpunkt**

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

Dienstag 05.08 .25 — 14:00 — **HANDARBEITSKREIS**

Mittwoch 06 .08 .25 — 10:15 — ***SCHLENDERGRUPPE***
mit Frau Heinzelmann
Treffpunkt 10:15 Hbf, Gleis 1, Ausflug nach RüdesheimKostenbeitrag 5,- €. Begrenzte Teilnehmerzahl

Donnerstag 07 .08 .25 — 14:30 — **LESE- UND ERZÄHLTREFF**
Mit Frau Francks

Freitag 08.08.25 — 14:00 — **Gebärdenmärchen**

Frau Kraus liest ein Märchen und begleitet es in Gebärdensprache .
Treffpunkt aktiv Blücherstraße

Montag 11.08 .25 — 14:00 — **Spiele- und Kaffeenachmittag**
mit Frau Heinzelmann

Mittwoch 13.08 .25 — 12:30 — **Schwimmen in Gemeinschaft**
Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad

Freitag 15.08 .25 — 09:00 — **Frühstück**

Gemeinsames Frühstück im
Treffpunkt aktiv Blücherstraße
Kostenbeitrag: 3,50 €
Anmeldung erforderlich!

Montag 18 .08 .25 — **Spiele- und Kaffeenachmittag**
mit Frau Heinzelmann

Dienstag 19 .08 .25 — 14:00 — **HANDARBEITSKREIS**

Mittwoch 20.08 .25 — 12:00 — **FRISCHES VOM GRILL**

zum Mittagstisch
Um Anmeldung wird gebeten!

September

Dienstag 02.09 .25 — 14:00 — **HANDARBEITSKREIS**

Mittwoch 03.09 .25 — 14:00 — ***SCHLENDERGRUPPE***
mit Frau Heinzelmann
Treffpunkt: Adlerstraße 19 zur Besprechung der nächsten Aktivitäten
(Nur für die Schlendergruppe)

Donnerstag 04 .09 .25 — 14:30 — **LESE- UND ERZÄHLTREFF**
Mit Frau Francks

Montag 08 09 .25 — 14:00 — **Spiele- und Kaffeenachmittag**
mit Frau Heinzelmann

Mittwoch 10.09 .25 — 12:30 — **Schwimmen in Gemeinschaft**
Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad

Freitag 12.09 .25 — 09:00 — **Frühstück**

Gemeinsames Frühstück im
Treffpunkt aktiv Blücherstraße
Kostenbeitrag: 3,50 €
Anmeldung erforderlich!

Dienstag 16 .09 .25 — 14:00 — **HANDARBEITSKREIS**

Mittwoch 17 .09 .25 — 12:00 — **FRISCHES VOM GRILL**

zum Mittagstisch
Um Anmeldung wird gebeten!

14:00 — ***SCHLENDERGRUPPE***
mit Frau Heinzelmann
Treffpunkt: Treffpunkt aktiv Blücherstraße

Mittwoch 17.09.25 — 15:00 — **„Happy ohne End“ Chansons,Tangos,Comedy,Musik -Kabarett**
Eine Veranstaltung im Rahmen der Kulturtage Westend. **Eintritt Frei**. **Treffpunkt aktiv Blücherstraße**

Montag 22.09 .25 — 14:00 — **Spiele- und Kaffeenachmittag**
mit Frau Heinzelmann

Dienstag 23.09 .25 — 16:30 — **DÄMMERSCHOPPEN**

mit Frau Heinzelmann
Kostenbeitrag: 3,50 € inkl. ein Getränk und Imbiss

Mittwoch 24 09 .25 — 12:30 — **Schwimmen in Gemeinschaft**
Teilnahmegebühr: 2,- €, ESWE-Bad

Montag 29 .09 .25 — 14:00 — **Spiele- und Kaffeenachmittag**
mit Frau Heinzelmann

Dienstag 30.09 .25 — 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 (SGB XII, 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

TREFFPUNKT aktiv MITTEN IM LEBEN

Der Treff für ältere Menschen!

Programm:

Juli
August
September
2025

WIESBADEN
Amt für Soziale Arbeit

www.wiesbaden.de