

Das „dritte“ Lebensalter ist eine Lebensphase, die bewusst gestaltet werden will. Sie bietet jenseits der Anforderungen die sich in Beruf und Familie gestellt haben, eine Vielfalt von Möglichkeiten und Chancen, die freie Zeit danach aktiv anzugehen und sich neuen Interessen zuzuwenden. Dabei kann das Themenspektrum recht vielfältig sein: z.B. von Fragen der geistig-körperlichen Gesunderhaltung, über Wohnformen im Alter, Auseinandersetzung mit neuen Medien, bis hin zu ehrenamtlichen Tätigkeitsfeldern im sozial-kulturellen Bereich.

Der **Treffpunkt „Älter Werden“** will einen Beitrag dazu leisten und mit einem abwechslungsreichen Programm verschiedener Themen die Palette mit Angeboten für älter werdende Menschen in Nordenstadt bereichern.

Natürlich werden auch Veranstaltungen, bei denen das gemütlich-gesellige Beisammensein im Vordergrund steht, nicht fehlen.

Wenn Sie am **Treffpunkt „Älter Werden“** interessiert sind, diese Initiative aktiv unterstützen bzw. weitere Informationen wünschen, freuen wir uns auf Ihren Anruf:

Jürgen Bruhn
Tel.: 0611 1746726
juergen.bruhn@wiesbaden.de

Maria Heinzelmann
Tel.: 0160 97952940
maria.heinzelmann@wiesbaden.de

Foto Titelseite: TSC Nordenstadt

Januar

Sonntag, 11.01. 15:00 Uhr
FASTNACHTSSITZUNG „ALT KOSTHEIM“ 
Im Bürgerhaus Kostheim, Einlass nur mit Karte, Kostenbeitrag 10,- €, inkl. 1 Freigetränk

Februar

Donnerstag, 12.02. 15:00 Uhr

Kreppelkaffee
1 frischer Kreppel, Wein und Stimmungsmusik mit Charly Nägler.
Kostenbeitrag 5,- €



März

Donnerstag, 05.03. 15:00 Uhr

Gedächtnistraining
Frau Selzer Zeigt Ihnen Techniken wie Sie Ihre „grauen Zellen“ fit halten.



Donnerstag, 26.03. 15:00 Uhr

Osterbasteln
Unter der Anleitung von Frau Lehmann werden Kleinigkeiten zu Ostern gebastelt.



April

Donnerstag, 16.04. 15:00 Uhr

Vortrag „Sicher im Alter“ Teil II

Wie schütze ich mich vor Betrügern. Herr Geide von der Polizei gibt Tipps zum Selbstschutz.



Mai

Donnerstag, 07.05. 15:00 Uhr

TANZ IN DEN MAI

Mit dem bekannten Alleinunterhalter Charly Nägler bei einem Gläschen Wein.

Kostenbeitrag 5,- €



Ab 14:30 Uhr Verkauf der Karten für die Zugfahrt am 11.06.



Juni

Donnerstag, 11.06. 15:15 Uhr

Zugfahrt in den Rheingau

In die Straußwirtschaft „Im Burgraben“ in Hattenheim.

Abfahrt um 15:33 Uhr im Hauptbahnhof
Kostenbeitrag: 9,00 €, inkl. Abendessen und Zugfahrt.

Kartenverkauf am 07.05. ab 14:30 Uhr

Begrenzte Teilnehmerzahl!!



Beratungsstelle für selbstständiges
Leben im Alter

Ihre Ansprechpartnerin für Nordenstadt:

Frau Jacqueline Petry

Tel.: 0611 313852

E-Mail: jacqueline.petry@wiesbaden.de
Konradinerallee 11, 65189 Wiesbaden

Sprechzeiten:

Montag und Mittwoch von 08:00 - 12:00 Uhr
und nach Vereinbarung, Zimmer 0.173

**Wenn es nicht anders
ausgeschrieben ist, finden
alle Veranstaltungen im
Gemeinschaftszentrum,
Turmstraße 9 - 11 im
1. Stock statt!**

Impressum:

Herausgeber: Magistrat der Landeshauptstadt Wiesbaden,

Amt für Soziale Arbeit, Abt. Altenarbeit,

Konradinerallee 11, 65189 Wiesbaden

Autor: Jürgen Bruhn

Druck: Druckcenter der Landeshauptstadt Wiesbaden

Bilder: Microsoft.com, Pixabay.com oder angegeben



Ermäßigte Teilnahme!

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

GEMEINSCHAFTSZENTRUM
TURMSTRASSE 9 - 11
WIESBADEN - NORDENSTADT

WEITERE INFORMATIONEN
Amt für Soziale Arbeit
Abteilung Altenarbeit

Jürgen Bruhn
Telefon: 0611 1746726
juergen.bruhn@wiesbaden.de

Maria Heinzelmann
Telefon: 0160 97952940
maria.heinzelmann@wiesbaden.de

PROGRAMM
Januar bis Juni 2026



Treffpunkt
„Älter werden“

Nordenstadt

Im Gemeinschaftszentrum



Amt für Soziale Arbeit