

## Seniorenveranstaltungskalender **Oktober 2019**

Tag	Datum	Zeit	Seniorenclub Schott Zeiss Jena, Otto-Schott-Straße 13 Tel. 03641-508100
Di	01.10.	9.00 9.00	Beratung und Sprechstunde im Club Kegeln für unsere Mitglieder im Lichtenhainer Bad
Do	03.10.	-	Wanderungen nach Plan
Mo	07.10.	14.30	Unterhaltung mit Musik
Di	08.10.	9.00 9.00	Beratung und Sprechstunde im Club Kegeln für unsere Mitglieder im Lichtenhainer Bad
Mi	09.10.	07.00	Tagesfahrt nach Arnstadt
Do	10.10.	- 13.00	Wanderungen nach Plan Kreativzirkel
Fr	11.10.	07.30	Radonbad Bad Schlema
Mo	14.10.	9.00	Computertipps und Internet
Di	15.10.	9.00 9.00	Beratung und Sprechstunde im Club Kegeln für unsere Mitglieder im Lichtenhainer Bad
Mi	16.10.	14.00	Kartenspiele
Do	17.10.	-	Wanderungen nach Plan
Mo	21.10.	07.00	Thermalbad Sibyllenbad
Di	22.10.	9.00 9.00	Beratung und Sprechstunde im Club Kegeln für unsere Mitglieder im Lichtenhainer Bad
Mi	23.10.	07.00	Thermalbad Bad Staffelstein ( Mitfahrt )
Do	24.10..	-	Wanderungen nach Plan
Di	27.10.	9.00 9.00	Beratung und Sprechstunde im Club Kegeln für unsere Mitglieder im Lichtenhainer Bad
Mi	28.10.	14.30	Vortrag von Frau Schubert über Jordanien

Do	29.10.	-	Wanderungen nach Plan
Fr	30.10.	10.30	Verkehrsinformationgespräch

Tag	Datum	Zeit	AWO, Mehrgenerationenhaus, Rudolf-Breitscheid-Straße 2 Tel. 03641-8724500
Di	01.10.	18.00 19.30	Ganzkörpertraining Piloga
Mi	02.10.	10.00	Senioren-sport
Do	03.10.	10.00	Offene Näh- und Bastelstube
Fr	04.10.	10.15	Gedächtnistraining
Mo	07.10.	15.30	Offener Spielstammtisch
Di	08.10.	15.00 18.00 19.30	Mediensprechstunde zu Smartphone und Tablet Ganzkörpertraining Piloga
Mi	09.10.	10.00	Senioren-sport
Do	10.10.	10.00	Offene Näh- und Bastelstube
Fr	11.10.	10.15	Gedächtnistraining
Sa	12.10.	15.00	Offenes Nachbarschaftscafé
Di	15.10.	18.00 19.30	Ganzkörpertraining Piloga
Mi	16.10.	10.00 16.00	Senioren-sport Filmvorführung „Das ist Jena“ von und mit Uwe Gernar
Do	17.10.	10.00	Offene Näh- und Bastelstube
Fr	18.10.	10.15	Gedächtnistraining
So	20.10.	15.00	Sonntagscafé für Groß und Klein (mit Kinderbetreuung)
Mo	21.10.	15.30	Offener Spielstammtisch
Di	22.10.	18.00	Ganzkörpertraining

		19.30	Piloga
Mi	23.10.	10.00	Seniorenport
Do	24.10..	10.00	Offene Näh- und Bastelstube
Fr	25.10.	10.15	Gedächtnistraining
Sa	26.10.	15.00	Offenes Nachbarschaftscafé
Di	29.10.	18.00	Ganzkörpertraining
		19.30	Piloga
Mi	30.10.	10.00	Seniorenport
		16.00	Uhr Reise-Foto-Show Jordanien
Do	31.10.	10.00	Offene Näh- und Bastelstube

Tag	Datum	Zeit	„Jahresringe“, Leipziger Straße 61 Tel. 03641-820990
Mo	14.10.	14.00	Vortrag Frau Käpplinger - Thüringer Persönlichkeiten
Di	15.10.	8.00	Beratung in allen Lebensfragen
		10.00	Englisch für Fortgeschrittene
		14.00	Spielnachmittag
		14.00	Singekreis „Goldene Note“
Mi	16.10.	10.00	Gedächtnistraining
		14.00	Vortrag des Sanitätshaus Alippi: Alltagshilfen
		14.00	Peddigrohrflechten
		16.00	Patchwork
Do	17.10.	13.30	Gymnastik für Senioren mit Anja
Fr	18.10.	12.30	Strickatelier Landgraf aus Apolda: Modenschau Strickwaren
So	20.10.	-	geschlossen
Mo	21.10.	14.00	Basteln mit Frau Reimann
Di	22.10.	8.00	Beratung in allen Lebensfragen
		10.00	Englisch für Fortgeschrittene
		9.30	Ausflug zum Heimatmuseum Neuengönna

		14.00	Spielnachmittag
Mi	23.10.	10.00	Gedächtnistraining
		14.00	Lichtbildvortrag Hr. Rogowski: Südosteuropa
		16.00	Patchwork
Do	24.10.	13.30	Gymnastik für Senioren mit Anja
Fr	25.10.	13.00	Bingo
So	27.10.	-	Geschlossen
Mo	28.10.	13.00	Modenschau des „Modemobil“
Di	29.10.	8.00	Beratung in allen Lebensfragen
		10.00	Englisch für Fortgeschrittene
		10.00	Besuch der Salzgrotte
		10.00	Seniorenkino im Schillerhof
		14.00	Spielnachmittag
		14.00	Blindenverband „Blickpunkt Auge“
Mi	30.10.	10.00	Gedächtnistraining
		11.00	Oktoberfest in den Jahresringen mit Weißwurst, Brezeln, Weißbier und viel Spaß! - Wir bitten um Anmeldung!
		14.00	Peddigrohrflechten
		16.00	Patchwork
Do	31.10.	geschlossen	Wir wünschen allen einen schönen Feiertag!!!

Tag	Datum	Zeit	VS „Alt und Jung unter einem Dach“, Anna-Siemsen-Straße 1 Tel. 03641-617080
Di	01.10.	09:00	Chinesische Heil-Sitzgymnastik
		14:00	Spielnachmittag
		16:30	Selbsthilfegruppe Polio
Mi	02.10.	14:00	nur 1 Seniorensportgruppe (bei Karin)
		18:00	Sportgruppe Pilates Addi Fit for Fun Jena
Do	03.10.		Feiertag
Mo	07.10.	14:30	VdK Veranstaltung, Kaffeeklatsch, Bingo mit tollen Preisen

		17:15	Line Dance Western –Tanz
Di	08.10.	09:00 14:00	Chinesische Heil-Sitzgymnastik Spielnachmittag
Mi	09.10.	13:30 14:30 18:00	Senioren-sport (Gruppe Wolfgang) Senioren-sport (Gruppe Karin) Sportgruppe Pilates Addi Fit for Fun
Do	10.10.	14:00 16:30	Kaffeeklatsch, Basteln mit Gisela Abendspeisung
Fr	11.10.	10:00	Literaturfrühstück mit Fr. Seyfarth, Zwiebelmarkt und Bräuche
Mo	14.10.	09:00 13:00 17:15	Laptopkurs Laptopkurs für Fortgeschrittene Line Dance Western - Tanz
Di	15.10.	09:00 14:00 15:00	Chinesische Heil-Sitzgymnastik Spielnachmittag Besuch der Senioren aus Königshofen, Salzgrotte und Kaffeeklatsch
Mi	16.10.	13.30 14.30 18.00	Senioren-sport (Gruppe Wolfgang) Senioren-sport (Gruppe Karin) Sportgruppe Pilates von Addi Fit for Fun Jena
Do	17.10.	09:00 14.00 16.30	Fahrt in die TOSCANA Therme nach Bad Sulza mit der Sportlergruppe Kaffeeklatsch, Reiseeindrücke von der polnischen Ostsee mit Fr. Costa Abendspeisung
Mo	21.10.	10:00 13:00 17:15	Laptopkurs Laptopkurs für Fortgeschrittene Line Dance Western-Tanz
Di	22.10.	09:00 14:00	Chinesische Heil-Sitzgymnastik Abendspeisung Spielenachmittag
Mi	23.10.	13:30 14:30 17.15	Senioren-sport (Gruppe Wolfgang) Senioren-sport (Gruppe Karin) Sportgruppe Pilates Addi Fit for Fun Jena
Do	24.10..	12:00	Mittag essen, Kaffeeklatsch, Sanitätshaus Alippi,(Sturzprophylaxe)
Mo	28.10.	10:00	Laptopkurs

		13:00	Laptopkurs (Fortgeschrittene)
		17:15	Line Dance Western-Tanz
Di	29.10.	09:00	Chinesische Heil-Sitzgymnastik
		14:00	Spielnachmittag
Mi	30.10.	13:30	Senioren sport (Gruppe Wolfgang)
		14:30	Senioren sport (Gruppe Karin)
		17.15	Sportgruppe Pilates Addi Fit for Fun Jena
Do	31.10.		Feiertag

Tag	Datum	Zeit	Mittwochkreis Evangel. Erwachsenenbildung, Lutherhaus, Hügelstraße 6a, Tel. 03641-573837
Mi	02.10.	09:30	Die Halswirbelsäule aus der Sicht des Physiotherapeuten <i>Thomas Brucha</i>
Mi	09.10.	09:30	August Herman Francke und die Franckeschen Stiftungen <i>Loremarie Grunewald und Hans Jürgen Grunewald</i>
Mi	16.10.	09:30	Gäste am Futterhaus -das Vogeljahr vor dem Fenster mit Tipps zur Vogelfütterung Wolfgang Wienroth
Mi	23.10.	09:30.	Die Wende 1989 - Vor- und Nachgeschichte <i>Dr. Edelbert Richter, Theologe, Bürgerrechtler, Politiker</i>
Mi	30.10.	09:30	Kreisgang – Carl Friedrich von Weizsäcker <i>Filmvorführung mit Dr. Elisabeth Raiser</i>

Tag	Datum	Zeit	AWO Begegnungszentrum im LISA, Werner-Seelenbinder-Str. 28a
Di	1.10.	9:00	Kreativzeit
		9:00	Malkurs
		13:00	Teestunde mit Handarbeiten
		13:30	Formularhilfe
		15:45	Englisch Konversationskurs
		17:00	Englischkurs für fortgeschrittene Anfänger
Mi	2.10.	9:00	Wohnberatung für Senioren
		10:00	Treffpunkt für Kochlustige
		16:15	Gitarrenkurs für erwachsene Anfänger (Einstieg jederzeit möglich)
Do	3.10.		Tag der Deutschen Einheit

Fr	4.10.	10:00	Beratung zu sozialen Fragen
		10:00	Beratung für Ehrenamtliche
		10:30	Bücherwurmtreff – Ausleihe von Büchern
Mo	7.10.	9:00	Qi Gong-Kurs (Heilgymnastik)
		9:30	Nordic-Walking, Treffpunkt: Parkplatz Binswangerstraße
Di	8.10.	9:00	Kreativzeit
		9:00	Malkurs
		13:00	Teestunde mit Handarbeiten
		15:45	Englisch Konversationskurs
		17:00	Englischkurs für fortgeschrittene Anfänger
Mi	9.10.	-	Kurzwanderung (WANDERLEITER GESUCHT!)
		9:00	Wohnberatung für Senioren
		16:15	Gitarrenkurs für erwachsene Anfänger (Einstieg jederzeit möglich)
Do	10.10.	8:45	Rückenschule/Herz-Kreislauftraining
		10:00	Beckenbodengymnastik
		14:30	Sport für Ältere (Sturzprophylaxe)
Fr	11.10.	10:00	Beratung zu sozialen Fragen
		10:00	Beratung für Ehrenamtliche
		10:30	Bücherwurmtreff – Ausleihe von Büchern
So	13.10.	-	Sonntagswanderung
Mo	14.10.	9:00	Qi Gong-Kurs (Heilgymnastik)
		9:30	Nordic-Walking, Treffpunkt: Parkplatz Binswangerstraße
		13:00	Skatspieler treffen sich
		14:00	Jahreszeitliches Töpfern im Keramikverein
Di	15.10.	9:00	Kreativzeit
		9:00	Malkurs
		13:00	Teestunde mit Handarbeiten
		13:30	Formularhilfe
		15:45	Englisch Konversationskurs
		17:00	Englischkurs für fortgeschrittene Anfänger
Mi	16.10.	-	Große Wanderung: von Ronneburg nach Gera
		9:00	Wohnberatung für Senioren

		16:15	Gitarrenkurs für erwachsene Anfänger (Einstieg jederzeit möglich)
Do	17.10.	8:45 10:00 14:00 14:30	Rückenschule/Herz-Kreislauftraining Beckenbodengymnastik Jahreszeitliches Töpfern im Keramikverein Sport für Ältere (Sturzprophylaxe)
Fr	18.10.	10:00 10:00 10:30	Beratung zu sozialen Fragen Beratung für Ehrenamtliche Bücherwurmtreff – Ausleihe von Büchern
Sa	19.10.	10:00	Kleine Ausfahrt: Spielkartenmuseum Altenburg
Mo	21.10.	9:00 9:30	Qi Gong-Kurs (Heilgymnastik) Nordic-Walking, Treffpunkt: Parkplatz Binswangerstraße
Di	22.10.	9:00 13:00 15:45 17:00	Kreativzeit Teestunde mit Handarbeiten Englisch Konversationskurs Englischkurs für fortgeschrittene Anfänger
Mi	23.10.	9:00 10:00 16:15	Wohnberatung für Senioren Treffpunkt für Kochlustige Gitarrenkurs für erwachsene Anfänger (Einstieg jederzeit möglich)
Do	24.10.	8:45 10:00 14:30	Rückenschule/Herz-Kreislauftraining Beckenbodengymnastik Sport für Ältere (Sturzprophylaxe)
Fr	25.10.	10:00 10:00 10:30	Beratung zu sozialen Fragen Beratung für Ehrenamtliche Bücherwurmtreff – Ausleihe von Büchern
So	27.10.	-	Busfahrt nach Berlin / Potsdam vom 27. bis 29.10.19. Mit freundlicher finanzieller Unterstützung des AWO-OV Jena.
Mo	28.10.	9:00 9:30 13:00	Qi Gong-Kurs (Heilgymnastik) Nordic-Walking, Treffpunkt: Parkplatz Binswangerstraße Skatspieler treffen sich
Di	29.10.	9:00 9:00 13:00	Kreativzeit Malkurs Teestunde mit Handarbeiten



		13:30	Formularhilfe
		15:45	Englisch Konversationskurs
		17:00	Englischkurs für fortgeschrittene Anfänger
Mi	30.10.	9:00	Wohnberatung für Senioren
		10:00	Treffpunkt für Kochlustige
		16:15	Gitarrenkurs für erwachsene Anfänger (Einstieg jederzeit möglich)
Do	31.10.		Reformationstag

Tag	Datum	Zeit	AWO Treff Immergrün, Camburger Straße 73 Tel. 0151-70882197
Fr	04.10.	15:00	Gitarrenunterricht mit EA Herr Makal, Kontakt: 0176/70663450
Fr	11.10	15:00	Gitarrenunterricht mit EA Herr Makal, Kontakt: 0176/70663450
Mo	21.10.	15:00	Italienischer Sprach- und Kulturkurs für Kinder und Jugendliche ab 4 J. veranstaltet durch: bocconcini di cultura e.V. Anmeldung: <a href="http://www.bocconcini.net">www.bocconcini.net</a> , Kontakt: EA Stefano Minardi: 0151/50420551
Mi	23.10.	09:30	Babygruppe mit Frau Claudia Lange
Fr	25.10	15:00	Gitarrenunterricht mit EA Herr Makal, Kontakt: 0176/70663450
Sa	26.10.	09:30	Baby- und Kinderflohmarkt Kleidung von 0 – 7 Jahre Anmeldung über Treff „Immergrün“

Tag	Datum	Zeit	DRK Begegnungszentrum, Dammstraße 32 Tel. 03641-400184
Di	01.10.	09:00	Training für die grauen Zellen
		10:15	Training für die grauen Zellen
		09:00	Senioren-sport
		10:00	Senioren-sport
		11:00	Senioren-sport
		13:00	Reise- Englisch
		14:00	Patchwork

		14:45	Reise- Englisch
		16:30	Reise- Englisch
		17:00	Tai- Chi
Mi	02.10.	08:15	Französisch
		10:00	Französisch
		10:00	Tanzwerkstatt
		14:00	Patchwork
		17:00	Malkreis Frau Gerhardt
Do	03.10.	08:00	Englisch
		09:15	Englisch
		10:30	Englisch
		11:45	Englisch
		13:30	Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz
		14:00	Malkreis
Fr	04.10.	08:00	Französisch
Mo	07.10.	08:15	Französisch
		10:30	Englisch
		10:00	Gymnastik zur Sturzprophylaxe*
		13:00	Fit in die Woche
		14:00	Teddykurs
		14:00	Stadtgeschichtlicher Gesprächskreis
		16:45	Kreatives Malen und Zeichnen
Di	08.10.	09:00	Training für die grauen Zellen
		10:15	Training für die grauen Zellen
		09:00	Senioren sport
		10:00	Senioren sport
		11:00	Senioren sport
		13:00	Reise- Englisch
		14:00	Café am Nachmittag – Kartenspiele
		14:00	Uhr ADAC Vortrag „Senioren sicher unterwegs mit dem Auto“ Anmeldung
		14:45	Reise- Englisch
		16:30	Reise- Englisch

		17:00	Tai- Chi
		17:00	Keramikzirkel
Mi	09.10.	08:15	Französisch
		10:00	Tanzwerkstatt
		10:00	Literaturkreis
		10:00	Französisch
		13:00	Schachgruppe Schwarz-Weiß
		14:00	Kreativzirkel
		17:00	Kreativ mit Nadine
Do	10.10.	08:00	Englisch
		09:15	Englisch
		09:30	Handarbeit
		10:30	Englisch
		11:45	Englisch
		13:30	Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz
		14:00	Malkreis
Fr	11.10.	08:00	Französisch
		09:15	Laptopkurs
		11:30	Smartphone-Hilfe
Mo	14.10.	08:15	Französisch
		10:30	Englisch
		10:00	Gymnastik zur Sturzprophylaxe*
		13:00	Fit in die Woche
		14:30	Lesung „Historische Miniaturen“ mit Christine Theml – Stefan Zweig „Sternstunden der Menschheit
		16:45	Kreatives Malen und Zeichnen
Di	15.10.	09:00	Training für die grauen Zellen
		10:15	Training für die grauen Zellen
		09:00	Senioren-sport
		10:00	Senioren-sport
		11:00	Senioren-sport
		13:00	Reise- Englisch

		14:00	Patchwork
		14:45	Reise- Englisch
		16:30	Reise- Englisch
		17:00	Tai- Chi
Mi	16.10.	08:15	Französisch
		10:00	Tanzwerkstatt
		14:00	Kreativzirkel
		14:00	Patchwork
		17:00	Malkreis Frau Gerhardt
Do	17.10.	08:00	Englisch
		09:15	Englisch
		10:30	Englisch
		11:45	Englisch
		13:30	Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz
		14:00	Malkreis
Fr	18.10.	08:00	Französisch
		09:15	Laptopkurs
		10:00	Schreibwerkstatt
		11:30	Smartphone-Hilfe
Mo	21.10.	08:15	Französisch
		10:30	Englisch
		10:00	Gymnastik zur Sturzprophylaxe*
		13:00	Fit in die Woche
		14:00	Teddykurs
		16:45	Kreatives Malen und Zeichnen
Di	22.10.	09:00	Training für die grauen Zellen
		10:15	Training für die grauen Zellen
		09:00	Senioren sport
		10:00	Senioren sport
		11:00	Senioren sport
		13:00	Reise- Englisch
		14:00	Café am Nachmittag – Filmvorführung „Im Odenwald“ mit Herrn Wiskandt

		14:45	Reise- Englisch
		16:30	Reise- Englisch
		17:00	Tai- Chi
		17:00	Keramik
Mi	23.10.	08:15	Französisch
		10:00	Tanzwerkstatt
		10:00	Französisch
		10:00	Literaturkreis
		13:00	Schachgruppe Schwarz- Weiss
		14:00	Kreativzirkel
		17:00	Kreativ mit Nadine
Do	24.10.	08:00	Englisch
		09:15	Englisch
		09:30	Handarbeit
		10:30	Englisch
		11:45	Englisch
		13:30	Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz
		14:00	Malkreis
Fr	25.10.	08:00	Französisch
		09:15	Laptopkurs ( ab 11.10.)
		11:30	Smartphone-Hilfe (ab 11.10.)
Mo	28.10.	08:15	Französisch
		10:30	Englisch
		10:00	Gymnastik zur Sturzprophylaxe*
		13:00	Fit in die Woche
		16:45	Kreatives Malen und Zeichnen
Di	29.10.	09:00	Training für die grauen Zellen
		10:15	Training für die grauen Zellen
		09:00	Senioren-sport
		10:00	Senioren-sport
		11:00	Senioren-sport
		13:00	Reise- Englisch

		14:00	Patchwork
		14:45	Reise- Englisch
		16:30	Reise- Englisch
		17:00	Tai- Chi
Mi	30.10.	08:15	Französisch
		10:00	Tanzwerkstatt
		10:00	Französisch
		14:00	Patchwork
		14:00	Origami
		17:00	Malkreis Frau Gerhardt
Do	31.10.	08:00	Englisch
		09:15	Englisch
		10:30	Englisch
		11:45	Englisch
		13:30	Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz
		14:00	Malkreis

Tag	Datum	Zeit	Seniorenbüro der Stadt Jena Tel. 03641-3100092
Di	01.10.	15.00	Smartphone-Café im Seniorenbüro
Mo	14.10.	15.00	Seniorenkino, Kino am Markt
Di	15.10.	15.00	Smartphone-Café im Seniorenbüro
Mi	16.10.	14.30	Singekreis im Gasthof „Zur Noll“
Do	17.10.	14.30	Erzählcafé mit Frau Käßlinger im Gasthof „Zur Noll“
Di	29.10.	10.00	Seniorenkino, Schillerhof
		15.00	Smartphone-Café im Seniorenbüro