

Seniorenveranstaltungskalender **Dezember 2019**

Tag	Datum	Zeit	DRK Begegnungszentrum, Dammstraße 32 Tel. 03641-400184
Mo	02.12.	08:15 11:00 10.00 12.00 13.00 14.00 14.00 16.00	Französisch Englisch Gymnastik zur Sturzprophylaxe Spanisch für die Reise Fit in die Woche Teddykurs Stadtgeschichtlicher Gesprächskreis, Der Fürstenbrunnen Kreatives Malen und Zeichnen
Di	03.12.	09.00 10.15 09.00 10.00 11.00 13.00 14.45 16.30 14.00 17.00 17.00	Training für die grauen Zellen Training für die grauen Zellen Seniorensport Seniorensport Seniorensport Reise-Englisch Reise-Englisch Reise-Englisch Café am Nachmittag - Kartenspiele Tai-Chi Keramikzirkel
Mi	04.12.	08.15 10.00 10.00 13.00 13.30 14.00 17.00	Französisch Tanzwerkstatt (Kreis- und Reihentänze) Literaturkreis Schachgruppe Schwarz-Weiß Französisch Kreativzirkel Kreativ mit Nadine
Do	05.12.	08.00 09.15 09.30 10.30 11.45 13.30 14.00	Englisch (Anfänger) Englisch Handarbeit Englisch Englisch Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz Malkreis
Fr	06.12.	08.00 09.15 11.30	Französisch Laptopkurs Smartphone-Hilfe
Mo	09.12.	08:15 11:00 10.00 12.00 13.00 16.00	Französisch Englisch Gymnastik zur Sturzprophylaxe Spanisch für die Reise Fit in die Woche Kreatives Malen und Zeichnen
Di	10.12.	09.00 10.15 09.00 10.00 11.00 12.00 13.00 14.45 16.30 14.00 17.00	Training für die grauen Zellen Training für die grauen Zellen Seniorensport Seniorensport Seniorensport Weihnachtsbasar – Kreativbasar mit Suppe, Kaffee und Kuchen Reise-Englisch Reise-Englisch Reise-Englisch Patchwork Tai-Chi
Mi	11.12.	08.15 10.00 10.00 14.00 17.00	Französisch Französisch Tanzwerkstatt Patchwork Malkreis Frau Gerhardt

Do	12.12.	08.00 09.15 10.30 11.45 13.30 14.00	Englisch (Anfänger) Englisch Englisch Englisch Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz Malkreis
Fr	13.12.	08.00 09.15 11.30 15.00	Französisch Laptopkurs Smartphone-Hilfe Philosophieren im Alltag: Normopatische Gesellschaft
Mo	16.12.	08:15 11:00 10.00 12.00 13.00 14.00 16.00	Französisch Englisch Gymnastik zur Sturzprophylaxe Spanisch für die Reise Fit in die Woche Teddykurs Kreatives Malen und Zeichnen
Di	17.12.	09.00 10.15 09.30 09.00 10.00 11.00 13.00 14.45 16.30 14.00 17.00 17.00	Training für die grauen Zellen Training für die grauen Zellen Weihnachtsfrühstück im Dienstagkreis Senioren-sport Senioren-sport Senioren-sport Reise-Englisch Reise-Englisch Reise-Englisch Café am Nachmittag Tai-Chi Keramikzirkel
Mi	18.12.	08.15 10.00 10.00 10.00 13.00 14.00 17.00	Französisch Französisch Tanzwerkstatt Literaturkreis Schagruppe Schwarz-Weiß Kreativzirkel Kreativ mit Nadine
Do	19.12.	08.00 09.15 09.30 10.30 11.45 13.30 14.00	Englisch (Anfänger) Englisch Handarbeit Englisch Englisch Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz Malkreis
Fr	20.12.	08.00 09.15 11.30	Französisch Laptopkurs Smartphone-Hilfe

Tag	Datum	Zeit	DRK Begegnungszentrum, Ernst-Schneller-Straße 10 Tel. 03641-334614
-----	-------	------	---

Mo	02.12.	09.00 14.45 16.30	Gymnastik Fit für den Alltag Gymnastik Theaterprobe
Di	03.12.	09.15 09.00 09.15 09.30 10.30 11.30 14.00 16.30	Wanderung, Wöllnitzer Oberweg zur Talschenke, TP Haltestelle Jenertal. Club „Vergiss-mein-nicht“ Laptopkurs für Einsteiger Gemeinsames Singen für Menschen mit Demenz und Angehörige Englisch für Fortgeschrittene Laptopkurs für Einsteiger Rommé- und Schachspielen Malkreis
Mi	04.12.	09.30 14.00 14.00	Gehirnjogging Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz Kaffeepausch
Do	05.12.	09.00 10.00 10.00 10.15 12.00 13.15 13.30 14.00 15.00	Gymnastik für Senioren Wanderung für Menschen mit Demenz und deren Angehörige Englisch für Fortgeschrittene Fit mit dem Rollator Weihnachtessen Englisch für Anfänger Singen Aktivierungsgruppe Englisch für Fortgeschrittene
Fr	06.12.	08.30 09.00 10.15	Englisch für Anfänger Gymnastik für Senioren Sitzgymnastik
Mo	09.12.	09.00 14.45 16.30	Gymnastik Fit für den Alltag Gymnastik Theaterprobe
Di	10.12.	09.00 09.15 10.30 11.30 14.00 14.30 16.30	Club „Vergiss-mein-nicht“ Laptopkurs für Einsteiger Englisch für Fortgeschrittene Laptopkurs für Einsteiger Rommé- und Schachspielen TortenZeit Malkreis
Mi	11.12.	09.30 14.00 14.00	Gehirnjogging Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz Kaffeepausch
Do	12.12.	09.00 09.00 10.00 10.15 13.15 13.30 14.00 15.00	Gymnastik für Senioren Patchwork Englisch für Fortgeschrittene Fit mit dem Rollator Englisch für Anfänger DRK Weihnachtsfeier Aktivierungsgruppe Englisch für Fortgeschrittene
Fr	13.12.	08.30 09.00 10.15	Englisch für Anfänger Gymnastik für Senioren Sitzgymnastik
Mo	16.12.	09.00 14.45 16.30	Gymnastik Fit für den Alltag Gymnastik Theaterprobe
Di	17.12.	09.00 09.15 10.30 11.30 14.00 14.00 16.30	Club „Vergiss-mein-nicht“ Laptopkurs für Einsteiger Englisch für Fortgeschrittene Laptopkurs für Einsteiger Rommé- und Schachspielen Singen mit Frau Lehmann Malkreis

Mi	18.12.	09.30 14.00 14.00	Gehirnjogging Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz Kaffeepausch
Do	19.12.	09.00 09.00 10.00 10.00 10.15 13.15 13.30 14.00 15.00	Gymnastik für Senioren Patchwork Englisch für Fortgeschrittene Wanderung für Menschen mit Demenz Fit mit dem Rollator Englisch für Anfänger Singen Aktivierungsgruppe Englisch für Fortgeschrittene
Fr	20.12.	08.30 09.00 10.15	Englisch für Anfänger Gymnastik für Senioren Sitzgymnastik

Tag	Datum	Zeit	DRK Bürgertreff, Franz-Kugler-Straße 9 Tel. 03641-697426
Mo	02.12.	10.00 12.00	Sprechzeit Weihnachtessen
Di	03.12.	10.30	Wirbelsäulengymnastik
Do	05.12.	10.00 13.30 16.00	Puppenbühne Spielerunde Singkreis
Fr	06.12.	10.00	Basteln und Handarbeit
Mo	09.12.	10.00	Sprechzeit
Di	10.12.	10.30 15.00	Wirbelsäulengymnastik Kräuterwissen – Wacholder mehr als ein Gewürz, Herstellung von Wacholderöl
Do	12.12.	10.00 13.30	Puppenbühne Spielerunde
Fr	14.12.	10.00	Basteln und Handarbeit
Mo	16.12.	10.00 14.00	Sprechzeit Kulturzeit Weihnachtsfeier mit Musik
Di	17.12.	10.30	Wirbelsäulengymnastik
Do	19.12.	10.00 13.30 16.00	Puppenbühne Spielerunde Singkreis
Fr	20.12.	10.00	Basteln und Handarbeit

Tag	Datum	Zeit	Seniorenbüro der Stadt Jena Tel. 03641-3100092
Mo	09.12.	15.00	Seniorenkino, Kino am Markt
Mi	18.12.	14.30	Singekreis im Gasthof „Zur Noll“
Do	19.12.	14.30	Erzählcafé mit Frau Käßlinger im Gasthof „Zur Noll“
Di	31.12.	10.00	Seniorenkino, Schillerhof

Tag	Datum	Zeit	VS „Alt und Jung unter einem Dach“, Anna-Siemsen-Straße 1 Tel. 03641-617080
Mo	02.12.	14.30 17.15	VDK Weihnachtsfeier Line Dance Western-Tanz
Di	03.12.	09.00 14.00 16.15	Chinesische Heil-Sitzgymnastik Spielnachmittag Weihnachtsfeier der SHG Polio
Mi	04.12.	14.00 18.00	Seniorensport Sportgruppe Pilates von Addi Fit for Fun Jena
Do	05.12.	14.00 16.30	Kaffeeklatsch, Keramik malen Abendspeisung
Fr	06.12.	10.00	Nikolausbrunch, Programm mit Fr. Lehmann
Mo	09.12.	10.00 13.00 13.30 17.15	Laptopkurs Laptopkurs für Fortgeschrittene Brettspiele Line Dance Western-Tanz
Di	10.12.	09.00 14.00	Chinesische Heil-Sitzgymnastik Spielnachmittag
Mi	11.12.	14.00 18.00	Seniorensport Sportgruppe Pilates von Addi Fit for Fun Jena
Do	12.12.	14.00 16.30	Kaffeeklatsch, Filmvorführung Abendspeisung
Mo	16.12.	10.00 13.00 17.15	Laptopkurs Laptopkurs für Fortgeschrittene Line Dance Western-Tanz
Di	17.12.	09.00 14.00	Chinesische Heil-Sitzgymnastik Spielnachmittag
Mi	18.12.	14.00 18.00	Sportlerweihnachtsfeier mit Kaffee, kleinem Abendbrot und guter Laune Sportgruppe Pilates von Addi Fit for Fun Jena
Do	19.12.	14.00	Weihnachtsfeier der VS Mitglieder mit Kaffee und Abendbrot sowie Überraschungen

Tag	Datum	Zeit	„Jahresringe“, Leipziger Straße 61 Tel. 03641-820990
So	01.12.		geschlossen

Mo	02.12.	10.00	Malkreis
Di	03.12.	08.00 10.00 10.00 14.00 14.00	Beratung in allen Lebensfragen Englisch für Fortgeschrittene Besuch der Salzgrotte Spielnachmittag Sozialverband VdK – Ratgeber und Helfer in sozialen Lebenslagen
Mi	04.12.	10.00 14.00 16.00	Gedächtnistraining Basteln Patchwork
Do	05.12.	14.00	Geschlossene Veranstaltung
Fr	06.12.	13.00 15.00	Gemeinsame Monatsplanung und Bingo Weihnachtsmarkt auf Emil-Höllein-Platz
So	08.12.	10.00	Senioren bestimmen ihre Freizeitgestaltung
Mo	09.12.	14.00	Vortrag Frau Käßlinger – Thüringer Persönlichkeiten
Di	10.12.	08.00 10.00 14.00 14.00	Beratung in allen Lebensfragen Englisch für Fortgeschrittene Spielnachmittag Singekreis „Goldene Note“
Mi	11.12.	10.00 13.00 16.00	Gedächtnistraining Unsere Weihnachtsfeier der „Jahresringe“ Patchwork
Do	12.12.	13.30	Gymnastik für Senioren
Fr	13.12.	10.00 13.00	Weihnachtssingen Lesen
So	15.12.		geschlossen
Mo	16.12.	10.00	Gemeinsames Kochen
Di	17.12.	08.00 10.00 14.00 14.00	Beratung in allen Lebensfragen Englisch für Fortgeschrittene Spielnachmittag Singekreis „Goldene Note“
Mi	18.12.	10.00 14.00 16.00	Gedächtnistraining Vortrag Hr. Wiskandt – Ostdeutschland Teil II Patchwork
Do	19.12.	13.30	Gymnastik
Fr	20.12.	13.00	Unser Jahresausklang mit Zitherspieler Herr Schneider
So	22.12.	10.00	Senioren bestimmen ihre Freizeitgestaltung
Mo	23.12.	13.00	Wir bereiten gemeinsam Bratäpfel zu
Di	24.12.		Heiligabend
Mi	25.12.		1. Weihnachtsfeiertag
Do	26.12.		2. Weihnachtsfeiertag
Fr	27.12.	10.00	Senioren bestimmen ihre Freizeitgestaltung
So	29.12.		geschlossen

Tag	Datum	Zeit	AWO Begegnungszentrum im LISA, Werner-Seelenbinder-Str. 28a
Mo	2.12.	9:00 9:30	Qi Gong-Kurs (Heilgymnastik) Nordic-Walking, Treffpunkt: Parkplatz Binswangerstraße
Di	3.12.	9:00 9:00 13:00 15:45 17:00	Kreativzeit Malkurs Teestunde mit Handarbeiten Englisch Konversationskurs Englischkurs für fortgeschrittene Anfänger
Mi	4.12.	- 9:00 16:15	Weihnachtswanderung: Jena-Wogau → Fuchslöcher Wohnberatung für Senioren Gitarrenkurs für erwachsene Anfänger (Einstieg jederzeit möglich)
Do	5.12.	8:45 10:00 10:30	Rückenschule/Herz-Kreislauftraining Beckenbodengymnastik Generationsübergreifendes Praxisprojekt (Ernst-Abbe-Hochschule):

		14:00	Generationskonflikte – Aktiv gegen Vorurteile! Ort: Kaleidoskopschule (Karl-Marx-Allee). Interessierte sind herzlich Willkommen! Weihnachtsfeier mit der Lautengilde und Aufführung von Erika Rothe, Renate Oberländer und Rainer Herzog
Fr	6.12.	10:00 10:00 10:30	Beratung zu sozialen Fragen Beratung für Ehrenamtliche Bücherwurmtreff – Ausleihe von Büchern
Mo	9.12.	9:00 9:30 13:00	Qi Gong-Kurs (Heilgymnastik) Nordic-Walking, Treffpunkt: Parkplatz Binswangerstraße Skatspieler treffen sich
Di	10.12.	9:00 9:00 13:00 13:30 15:45 17:00	Kreativzeit Malkurs Teestunde mit Handarbeiten Formularhilfe Englisch Konversationskurs Englischkurs für fortgeschrittene Anfänger
Mi	11.12.	9:00 10:00 16:15	Wohnberatung für Senioren Treffpunkt für Kochlustige Gitarrenkurs für erwachsene Anfänger (Einstieg jederzeit möglich)
Do	12.12.	8:45 10:00 10:30 14:30	Rückenschule/Herz-Kreislauftraining Beckenbodengymnastik Generationsübergreifendes Praxisprojekt (Ernst-Abbe-Hochschule): mit Grundschulern der Kaleidoskopschule: Adventsstunde. Ort: Begegnungsstätte (Interessierte sind herzlich Willkommen!) Sport für Ältere (Sturzprophylaxe)
Fr	13.12.	10:00 10:00 10:30	Beratung zu sozialen Fragen Beratung für Ehrenamtliche Bücherwurmtreff – Ausleihe von Büchern
Mo	16.12.	9:00 9:30	Qi Gong-Kurs (Heilgymnastik) Nordic-Walking, Treffpunkt: Parkplatz Binswangerstraße
Di	17.12.	9:00 13:00 15:45 17:00	Kreativzeit Teestunde mit Handarbeiten Englisch Konversationskurs Englischkurs für fortgeschrittene Anfänger
Mi	18.12.	9:00 10:00 16:15	Wohnberatung für Senioren Treffpunkt für Kochlustige Gitarrenkurs für erwachsene Anfänger (Einstieg jederzeit möglich)
Do	19.12.	8:45 10:00 14:30	Rückenschule/Herz-Kreislauftraining Beckenbodengymnastik Sport für Ältere (Sturzprophylaxe)
Fr	20.12.	10:00 10:00 10:30	Beratung zu sozialen Fragen Beratung für Ehrenamtliche Bücherwurmtreff – Ausleihe von Büchern
Mo	23.12.		Begegnungsstätte geschlossen vom 23.12.19 bis 03.01.20

Tag	Datum	Zeit	AWO Begegnungsstätte, Im Lerchenfeld 4 – 6 Tel. 03641-594865
So	01.12.		1. Advent
Mo	02.12	14.00	Vortrag mit Herrn Seide – Komiker „Olaf Schubert“
Die	03.12.	10.00 13.00	Sittanz / Gedächtnistraining Skat
Mi	04.12.	14.00	Vortrag „Sturzprophylaxe“ – Sanitätshaus Alippi

Fr	06.12.	14.00	Vortrag mit Frau Thieme
So	08.12.		2. Advent
Mo	09.12.	14.00	Weihnachtliches mit Frau Theml
Die	10.12.	10.00 13.00	Sitztanz / Gedächtnistraining Skat
Mi	11.12.	12.00	Auf Rädern zum Essen – Mittagstisch für Senioren in der Kulturkirche Löbstedt
Fr	13.12.		Weihnachtsfeier im Lerchenfeld für unsere Bewohner
So	15.12.		3. Advent
Mo	16.12.	14.00	Weihnachtliches Erzählcafe´ mit Frau Käpplinger
Die	17.12.	10.00 13.00	Sitztanz / Gedächtnistraining Skat
Mi	18.12.	14.00	Wir begrüßen Frau Lehmann zum Singen von Advents- und Weihnachtsliedern

Tag	Datum	Zeit	Seniorenclub Schott Zeiss Jena, Otto-Schott-Straße 13 Tel. 03641-508100
Di	03.12.	09.00 09.00	Beratung und Sprechstunde Kegeln im Lichtenhainer Bad
Do	05.12.		Wanderungen nach Plan
Fr	06.12.	7.30	Radonbad Bad Schlema
Mo	09.12	7.00	Thermalbad Sibyllenbad, Abfahrt Busbhf.
Di	10.12.	09.00 09.00	Beratung und Sprechstunde Kegeln im Lichtenhainer Bad
Mi	11.12.	15.00	Weihnachtsfeier des Seniorenclubs, Einlass 14.30 Uhr
Do	12.12.		Wanderungen nach Plan
Mo	16.12.	09.00	Computertipps und Internet
Di	17.12.	09.00 09.00	Beratung und Sprechstunde Kegeln im Lichtenhainer Bad
Mi	18.12.	11.00	Schlachtfest in Thiemendorf, Abfahrt Busbhf.
Do	19.12.	7.00	Thermalbad Bad Staffelstein, Abfahrt Busbhf. Wanderungen nach Plan

Tag	Datum	Zeit	Mittwochkreis Evangel. Erwachsenenbildung, Lutherhaus, Hügelstraße 6a, Tel. 03641-573837
-----	-------	------	---

Mi	04.12.	09.30	Körperliche Berührung als lebenserhaltende Kraft , Dr. Frank Bartuschka
Mi	11.12.	09.30	„Das Menschenglück, es ist ein Traum“ Betrachtungen zu Goethes Begegnungen mit dem Fürsten Charles Joseph de Ligne, dem „frohesten Mann des Jahrhunderts“ in Weimar und dem böhmischen Teplitz, Prof. Dr. Detlef Jena
Mi	18.12.	09.30	Weihnachtsfeier im katholischen Gemeindehaus Wagnergasse 28/30, 10:00 Uhr

Tag	Datum	Zeit	Der Schöne Ort, Evangelische Erwachsenenbildung

Tag	Datum	Zeit	AWO, Mehrgenerationenhaus, Rudolf-Breitscheid-Straße 2 Tel. 03641-8724500
Mo	02.12.	15.30	Offener Spielenachmittag
Di	03.12.	18.00 19.30	Ganzkörpertraining Piloga
Mi	04.12.	10.00	Seniorensport
Do	05.12.	10.00	Offene Näh- und Bastelstube
Fr	06.12.	10.15	Gedächtnistraining
Sa	07.12.	15.00	Offenes Nachbarschaftscafé
Di	10.12.	15.00 18.00 19.30	Mediensprechstunde Smartphone + Tablet Ganzkörpertraining Piloga
Mi	11.12.	10.00	Seniorensport
Do	12.12.	10.00	Offene Näh- und Bastelstube
Fr	13.12.	10.15 15.30	Gedächtnistraining Rudolfs Weihnachtsmarkt im weihnachtlich dekorierten Kunstgarten
Mo	16.12.	15.00	Offener Spielenachmittag
Di	17.12.	18.00 19.30	Ganzkörpertraining Piloga
Mi	18.12.	10.00	Seniorensport
Do	19.12.	10.00	Offene Näh- und Bastelstube
Fr	20.12.	10.15	Gedächtnistraining
Sa	21.12.	15.00	Offenes Nachbarschaftscafé
So	22.12.	15.00	Sonntagscafé für Groß und Klein (mit Kinderbetreuung)


Tag	Datum	Zeit	AWO Treff Immergrün, Camburger Straße 73 Tel. 0151-70882197