

Sonstige Angebote für Sie

Mittagstisch: Von Montag bis Freitag bieten wir ein Mittagessen mit Suppe und Nachtisch für 5€ an. Mittwoch & Freitag wird im Haus selbst gekocht, und kostet 6€. Inhaber*innen des HeidelbergPass(+) bezahlen 1€. Für die Planung ist eine Anmeldung bis 13:00 Uhr am Vortag notwendig.

Bei Nachmittagsveranstaltungen bieten wir Kaffee und Kuchen.

Beratung: Die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen stehen Ihnen für Ihnen für Ihre Fragen zu sozialen Hilfen und für vertrauensvolle Gespräche nach Terminvereinbarungen jederzeit zur Verfügung.

Boule-Spielen: Wir haben Boule-Kugeln, die Sie sich gerne ausleihen können. Sprechen Sie uns an.

Fußpflege: Etwa einmal im Monat kommt ein Fußpflegeteam zu uns. Die Kosten betragen 25€. Sprechen Sie uns gerne an zwecks der Kostenübernahme für Diabetiker bei der Krankenkasse. Bitte melden Sie sich im Büro an, Tel. 33 45 40.

Wohlfühlecken: Wenn Sie sich vor oder nach Veranstaltungen etwas entspannen oder eine Zeit überbrücken möchten, steht Ihnen unsere gemütliche Sitzecke mit Relaxsessel und Zimmerbrunnen oder im Sommer unser Garten zur Verfügung. Hier können Sie auch während der Öffnungszeiten bei einer Tasse Kaffee Zeitung lesen und sich eine kleine Auszeit nehmen.

Bücherbörse: Wir haben einen kleinen Büchertisch, von dem Sie gerne Bücher mitnehmen können. Wenn Sie selbst (bitte nur guterhaltene und neue!) Bücher haben und diese anderen zur Verfügung stellen möchten, freuen wir uns darüber.

So finden Sie uns: Von Rohrbach-Markt mit Bus Nr. 28 oder 33 bis Haltestelle Erlenweg oder Rastatterstraße West, zwischen beiden Haltestellen liegt die Baden-Badener-Straße. Oder mit Straßenbahn Nr. 23 oder 24 bis Haltestelle Ortenauer Str., dann die Ortenauer Str. durchlaufen, links in Kolbenzeil abbiegen und gleich rechts in die Baden-Badener-Str. 11.

Veranstaltungen

Seniorenzentrum Rohrbach

Oktober 2021

Liebe Besucherinnen & Besucher, liebe Interessierte

Wir halten wieder einige interessante Veranstaltungen für Sie bereit und freuen uns über Ihre rege Teilnahme! Der Fokus im Oktober liegt beim Kreativ-Sein: von Musik sei es Orchester oder Trommeln, über Basteln beim Karten gestalten oder der Herstellung von Naturkosmetik—hier können Sie etwas ausprobieren.

Kurzfristige Änderungen können aufgrund der Corona-Situation möglich sein. Bitte halten Sie sich an unser Hygienekonzept, damit wir uns weiterhin im Seniorenzentrum treffen können. Zutritt zum Innenraum ist nur im Rahmen der 3 G—Regel möglich.

Kontaktdaten

Baden-Badener-Str. 11
69126 Heidelberg
Telefon: 334540 / Fax: 334541
e-Mail: szrohrbach@dwhd.de

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team des SZ Rohrbach



Diakonisches Werk
der evangelischen
Kirche Heidelberg



SeniorenZentrum
Rohrbach
Begegnung im Stadtteil

Veranstaltungen und Ausflüge im Oktober

8.10. Freitag — Smartphone Treff für Fortgeschrittene

Hier können Sie um 13.30 Uhr Ihre Fragen gemeinsam klären.

11.10. bis 15.10. — geschlossen
Wir schließen für eine Woche.

18.10. Montag — Vortrag

„Handyverträge—worauf muss ich achten?“

Im Rahmen der Aktionswoche gegen Armut und Ausgrenzung hält Frau Bröker von der Verbraucherzentrale einen Vortrag zu Handyverträgen. Diese sind manchmal sehr teuer und/oder bieten Möglichkeiten, die nicht genutzt werden. Mit den Informationen aus dem Vortrag können Sie Geld einsparen. Erfahren Sie auch, was Sie für einen passgerechten Vertrag brauchen.

Der Vortrag findet im Seniorenzentrum Pfaffengrund statt und wird über Video in das Seniorenzentrum Altstadt und Rohrbach übertragen. Wann? Von 15.00 bis 17.00 Uhr.

20.10. Mittwoch — Wir gehen Essen zum Bären in Leimen

Wir wollen gemeinsam Essen gehen beim Restaurant Dioni / Zum Bären in Leimen. Wer mag, kann im Anschluss gemeinsam ein Stück spazieren. Abfahrt um 11:48 Uhr an der Haltestelle Rohrbach Markt. Bitte melden Sie sich bis 19.10. an.

20.10. Mittwoch — Vortrag — „Welche finanziellen Hilfen gibt es—an wen kann ich mich wenden?“

Im Rahmen der Aktionswoche gegen Armut und Ausgrenzung wird Ben Köhl von der allgemeinen Sozialberatung des Diakonischen Werkes über finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten informieren.

Der Vortrag findet im Seniorenzentrum Pfaffengrund statt und wird über Video in das Seniorenzentrum Altstadt und Rohrbach übertragen. Wann? Von 15.00 bis 17.00 Uhr.

20.10. Mittwoch — Gesellige Tänze

Nach langer Pause trifft sich wieder die Tanzgruppe. Die Bewegung bei Gruppen- und Kreistänzen tut gut und ist gleichzeitig Gedächtnistraining sowie Kommunikation. Das Tanzen findet um 14:30 Uhr statt. Ab dann immer am 1 und am 3 Mittwoch im Monat.

21.10. Donnerstag — Wanderfreunde „Leise Hasen“

Martin Zander organisiert eine Wanderung vom Köpfel, über den Philosophenweg nach Neuenheim. Der breite Waldweg hat kaum Steigung und ist circa 8 km lang. Treffpunkt ist um 14.00 Uhr an der Rastatter Straße, ab dort Fahrt mit dem Bus 33.

21.10. Donnerstag — Schnupper-Trommeln

Nach unserem musikalischen Nachmittag der anderen Art im Juli, haben wir ein großes Interesse am Trommeln gespürt. Hierzu konnten wir Susanne Metzger gewinnen. Beginn um 16:30 Uhr, Anmeldung bis 19.10. (siehe nächste Seite)

29.10. Freitag — Workshop „Naturkosmetik mit Bienenprodukten“

Imkerin und Fachberaterin für Bienenprodukte Frau Elfner-Häfele informiert uns über die Herstellung verschiedener Kosmetikprodukte mit Bienenprodukten. Beginn um 14:00 Uhr. Anmeldung bis 26.10. (siehe nächste Seite)

1.11. Montag — Allerheiligen — Feiertag geschlossen

2.11. Dienstag — Fußpflege

Ins Seniorenzentrum kommt das ärztlich geprüfte, medizinische Fußpflege-Team Frau Camden und Frau Olhäuser-Jakobi. Eine Behandlung kostet 25,- €. Sie können einen Termin direkt im SZ ausmachen.

2.11. Dienstag — Advents- / Weihnachtskarten gestalten

Die Weihnachtszeit kommt schneller als gedacht. Bei einem gemütlichen Nachmittag möchten wir gemeinsam verschiedene Karten mit Sternmotiven gestalten. 14:30 Uhr (siehe nächste Seite)

5.11. Freitag — Atem- und Bewegungskurs

Bei der Atemtherapie nach Dürkheim wird der Mensch ganzheitlich angesprochen. Verspannungen können sich lösen, die Organe besser durchblutet, ein positives Körpergefühl stellt sich ein. Geleitet von Marianne Noe, 5 Termine /25€.

Kreatives

Workshop Naturkosmetik mit Bienenprodukten

Handcreme, Lippenbalsam oder wertvolle Honig-Seifen lassen uns natürlich gut aussehen und rundum wohlfühlen. Wir werden über die Herstellung verschiedener Kosmetikprodukte mit Bienenprodukten informiert und einige werden im Workshop direkt hergestellt und können mit nach Hause genommen werden.

- Wann? Freitag, der 29.10. um 14:00 Uhr
- Kosten 13,- inklusive Material
- Leitung: Frau Elfner-Häfele (Imkerin und Fachberaterin für Bienenprodukte)
- Anmeldung bis 26.10.

Schnupper-Trommeln

Beim gemeinsamen Trommeln geht es hauptsächlich um Spielfreude und Spaß. Dabei wird unser Kopf frei, Hände & Finger werden beweglicher und ganz nebenbei profitiert auch unsere Koordination davon. Für die Teilnahme sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Je nachdem, wie sich die Teilnehmer/innen zusammensetzen, werden sie behutsam an eingängige, ganz einfache Rhythmen herangeführt - gerne können aber auch verfeinerte Spieltechniken erlernt werden. Bei Interesse kann daraus ein längerfristiger Kurs entstehen.

- Wann? Donnerstag 21.10. um 16:30 Uhr
- Trommeln werden gestellt
- Eine Spende ist willkommen
- Max. 7 Teilnehmer*innen (2. Termin bei mehr Anmeldungen)
- Leitung: Susanne Metzger (Perkussionistin mit langjähriger Gruppen- und Bühnenerfahrung)
- Anmeldung bis 19.10.

Kreativgruppe

Die Kreativ-Gruppe trifft sich i.d.R. jeden zweiten Dienstag um 14:30 Uhr zum kreativen Gestalten mit Heide Kaltschmidt. Gebastelt werden kleine Geschenke und Dekoration für zuhause und das Seniorenzentrum. Die nächsten Termine sind: 26.10. / 9.11. / 23.11.

Advents- / Weihnachtskarten gestalten

Die Weihnachtszeit kommt schneller als gedacht. Bei einem gemütlichen Nachmittag möchten wir gemeinsam verschiedene Karten mit Sternmotiven gestalten. Wir haben Material und Vorlagen da. Karten können gerne für sich selbst gebastelt werden, aber auch für den Adventsmarkt der guten Taten, auf welchem die Seniorenzentren des Diakonischen Werkes einen Stand haben. Der Adventsmarkt der guten Taten findet voraussichtlich am 27.11. auf dem Friedrich-Ebert-Platz statt.

- Wann? Dienstag 2.11. um 14:30 Uhr
- Kleiner Unkostenbeitrag für eigene Karten

Orchestergruppe der Akademie für Ältere

Die Orchestergruppe der Akademie für Ältere probt in unseren Räumen. Neue Mitspielende sind willkommen. Die Gruppe trifft sich am Mittwoch, den 6.10. / 27.10. um 15:00 Uhr, am 22.10. / 5.11. und danach immer Freitags von 15:00 - 16:30 Uhr im Seniorenzentrum.

Sprachkurse

Im Seniorenzentrum gibt es eine Vielzahl von Sprachkursen in unterschiedlichen Niveaus. Es wird in kleinen Gruppen unterrichtet. Die Kursgebühren betragen für 10 Stunden zwischen 20,- und 45,- € (genaue Kosten erfragen, Ermäßigungen für HD-Pass-Inhaber*innen).

Eine kostenlose Schnupperstunde kann besucht werden!

Über neue Teilnehmer*innen freuen sich besonders:

Englisch für Fortgeschrittene
bei Herrn Räther
Freitags um 10:30 Uhr

Italienisch für Anfänger*innen
mit Vorkenntnissen
bei Frau Thiele
Freitags um 11:45 Uhr

Französisch für Fortgeschrittene
bei Herrn Räther
Freitags um 9:15 Uhr

Aktueller Kursplan im Seniorenzentrum Rohrbach – Stand 01.10.2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>10:15 Englisch für fortgeschrittene Anfänger</p> <p>10:15 Spanisch</p> <p>11:30 Italienisch für Fortgeschrittene</p>	<p>9:30 Gesprächscafé</p> <p>11:30 Bewegungstreff <i>Im Garten</i></p>	<p>9:00 Gymnastik <i>(Kooperation DRK)</i></p> <p>11:00 Türkische Frauengruppe</p>	<p>9:00 Walking / Laufen</p> <p>11:00 Yoga auf dem Stuhl</p>	<p>9:00 Französisch für Anfänger</p> <p>9:15 Französisch</p> <p>10:15 Französisch für Fortgeschrittene</p> <p>10:30 Englisch für Fortgeschrittene</p>
Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
<p>13:00 Englisch für Anfänger</p> <p>14:00 digitaler Gesprächskreis</p>	<p>14:00 offene Spielegruppe</p> <p>14:00 Skat</p> <p>14:00 Boule <i>(Anlage Emmendinger Weg)</i></p> <p>14:30 Kreativgruppe <i>(26.10.)</i></p> <p>16:30 Spielen mit Lisa</p>	<p>14:30 Gesellige Tänze <i>(20.10. / 3.11.)</i></p> <p>15:00 Orchestergruppe <i>(der Akademie für Ältere)</i> <i>(6.10. / 26.10.)</i></p> <p>17:00 sanftes Yoga</p>	<p>13:30 Gedächtnistraining</p> <p>Smartphone-Sprechstunde <i>(mit Anmeldung)</i></p> <p>14:00 Boule <i>(Anlage Emmendinger Weg)</i></p> <p>14:30 Tischtennis</p> <p>14:30 Kniffel</p> <p>15:00 Rommee</p> <p>15:00 StuBS <i>(Pause bis 28.10.)</i></p>	<p>11:45 Italienisch</p> <p>13:30 Smartphone-Treff für Fortgeschrittene <i>(8.10.)</i></p> <p>13:30 Atem- und Bewegungskurs <i>(5 Termine ab 5.11.)</i></p> <p>15:00 Orchestergruppe <i>(der Akademie für Ältere)</i> <i>(22.10. / 5.11.)</i></p> <p>17:00 Stammtisch für Frauen <i>(8.10. / 22.10.)</i></p>

Bei Veranstaltungen im Innenraum Zutritt nur für Getestete, Geimpfte und Genesene. Legen Sie uns Ihren entsprechenden Nachweis vor. Bitte bringen Sie für den Weg zu Ihrem Sitzplatz einen Mund-Nasen-Schutz mit. Ihre Fragen beantworten wir gerne telefonisch unter **06221/334540** oder per E-Mail **szrohrbach@dwhd.de**

Wir freuen uns auf Sie!