



Foto: AWO

November 2025

Begegnungs- und Servicezentrum im Bürgerhaus Hedelfingen

Do, 06.11.
14.30 Uhr

Singkreis mit Walter Etzel

Wir singen altbekannte und beliebte Volkslieder und auch den einen oder anderen Schlager in geselliger Runde

Do, 13.11.
14.30 Uhr

„Geschichten und Gespräche“

Erzählzeit mit Christin Razman von der Pop-up-Bibliothek Hedelfingen

Do, 20.11.
14.30 Uhr

Monatsgeburtstagsfeier

für September bis November

Musik zum Mitsingen und Tanzen mit **Adrian Schön**. Herzliche Einladung, auch wenn Sie nicht Geburtstag hatten

Di, 25.11.
14.30 Uhr

Digitalcafé, Thema:

„Was ist Phishing und wie schütze ich mich davor?“

mit **Bernhard Dierolf**

Selbstverständlich ist auch Raum für Ihre Fragen und Anliegen zu digitalen Medien

Do, 27.11.
14.30 Uhr

Adventsgestecke basteln

Bitte bringen Sie Dekorationsmaterial mit (Unkostenbeitrag für Zweige 4,00 €)

Am Donnerstag, 20.11. eröffnen wir den Bazar unserer Handarbeiterinnen und Näherinnen. Taschen, Socken, Schals und viele weitere selbstgenähte und selbstgemachte Überraschungen warten auf Sie.

Regelmäßige Angebote

Wir würden uns über eine vorhergehende Anmeldung freuen

Montag-Freitag

11.30-13.00 Uhr **Mittagstisch** (Voranmeldung bis 10.30 Uhr)
Genießen Sie Ihr Mittagessen in Gesellschaft in der Begegnungsstätte

Montags

14.30 Uhr **Gedächtnistraining** - für Menschen mit und ohne Gedächtnisprobleme(n)
Es gibt wieder freie Plätze!

Dienstags

9.30 Uhr **Gruppe 1 Seniorengymnastik** (nicht 04.11.)
10.45 Uhr **Gruppe 2 Sitzgymnastik** (nicht 04.11.)
Kosten 4,00 € pro Teilnahme
Es gibt wieder freie Plätze!

17.30-18.15 Uhr

Qi Gong (neue Gruppe)

Kosten 6,00 € pro Teilnahme

Mittwochs

10.30 Uhr **Stadtteilspaziergang** (nicht im November)
mit und ohne Rollator

Nähcafé für Jung und Alt

Spielenachmittag

Spielend Deutsch sprechen

Internationaler Spieletreff in deutscher Sprache

Donnerstags

11.00-11.45 Uhr **Qi Gong**
Kosten 6,00 € pro Teilnahme

Freitags

10.30 Uhr **Tischtennis, neue Spieler und Spielerinnen sind herzlich willkommen**
14.30 Uhr **Handarbeitsgruppe**
Hier können Sie sich ausprobieren. Es wird gehäkelt, gestrickt und gebastelt