



Foto: AWO

März 2026

Begegnungs- und Servicezentrum im Bürgerhaus Hedelfingen

Do, 05.03.
14.00 Uhr

Information und Beratung zu allen Fragen des Älterwerdens von und mit **Jochen Pikart** vom Bürgerservice Leben im Alter - Beratung 63 Plus

Do, 12.03.
14.30 Uhr
und
16.30 Uhr

„Otilie fängt den Bücherdieb“
von **Susanne Lütje**
Eine **Bilderbuchshow** ab 4 Jahren mit **Saskia Drexlmaier** von der Pop-up-Bibliothek Hedelfingen

Do, 19.03.
14.30 Uhr

„Geschichten und Gespräche“
Erzählzeit mit **Christin Razman** von der Pop-up-Bibliothek Hedelfingen

Do, 26.03.
19.00 Uhr

Konzert Sänger-Collegium Uhlbach
Herzliche Einladung zum **Konzert** mit **kleiner Weinprobe**

Di, 31.03.
14.30 Uhr

Digitalcafé: Thema „Phishing - und wie schützt man sich davor?“
Selbstverständlich ist auch Raum für Ihre Fragen und Anliegen zu digitalen Medien

Ab Montag, den 16.03.2026 können Sie bei unserem Frühlingsbazar schon das eine oder andere Ostergeschenk finden

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
10.45 Uhr **Gruppe 1 Seniorengymnastik**
Gruppe 2 Sitzgymnastik
Kosten 4,00 € pro Teilnahme
Es gibt wieder freie Plätze!
17.30-18.30 Uhr **Qi Gong**
Kosten 7,00 € pro Teilnahme

Mittwochs

10.30 Uhr **Stadtteilspaziergang**
mit und ohne Rollator
13.00 Uhr **Nähcafé für Jung und Alt**, Interessierte sind willkommen (Nähmaschinen sind vorhanden)
14.30 Uhr **Spielenachmittag**
14.30 Uhr **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
14.30 Uhr **Tischtennis**
Handarbeitsgruppe
Hier können Sie sich ausprobieren. Es wird gehäkelt, gestrickt und gebastelt