

Seniorenkalender

Veranstaltungen

April 2026



Die Seniorenklubs der Stadt Erfurt und die Klubs in freier Trägerschaft laden ein

Kontakte auf einem Blick

Stadtverwaltung Erfurt Übersicht Seniorenklubs	ab Seite 4
Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub Daberstedt	ab Seite 6
Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub Roter Berg „Treff der Generationen“	ab Seite 8
Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub Berliner Straße	ab Seite 10
Stadtverwaltung Erfurt Seniorenklub Altstadt	ab Seite 12
AGATHE in Erfurt-Älter werden in Gemeinschaft- AGATHE-Berater/innen in den Stadtteilen/Ortsteilen	ab Seite 14
Seniorenbeauftragter der Landeshauptstadt Erfurt Juri-Gagarin-Ring 60	ab Seite 18
Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Erfurt Juri-Gagarin-Ring 60	ab Seite 18
Begegnungscafé - Jesus-Projekt Erfurt e.V. Alfred-Delp-Ring 78	ab Seite 19
ASB-Begegnungsstätte „Im Dichterviertel“ Rankestraße 59	ab Seite 19
Schutzbund der Senioren und Vorruehändler Thüringen e.V. Juri-Gagarin-Ring 64	ab Seite 20
„Treff im DIZ“ Begegnungsstätte Friedrich-Engels-Straße 49	ab Seite 26
Dienstleistungszentrum DiZ Roter Berg, Alfred-Delp-Ring 24	ab Seite 27

Volkssolidarität-Regionalverbund Mittelthüringen e.V. Oskar-Schlemmer-Straße 1	ab Seite 28
Bürgerhaus „Unter den Kastanien“ Röntgenstraße 28	ab Seite 29
Diakonie-Quartiershaus am Ringelberg Walter-Gropius-Straße 45	ab Seite 30
Stadtverwaltung Erfurt, Amt für Bildung, Volkshochschule Schottenstraße 7	ab Seite 31
Theater Erfurt Theaterplatz 1	ab Seite 36
Stadt- und Regionalbibliotheken	ab Seite 36
Häusliche Kranken – u. Altenpflege & Aktiv Treff für Senioren Schmid Möller Am Katzenberg 1	ab Seite 37
Kulturhaus Dacheröden Anger 37	ab Seite 38
Kaufmänner Gesellschaft e.V. Schottenstraße 26	Ab Seite 41
FrauenZentrum Erfurt Pergamentergasse 36	ab Seite 42
Stadtverwaltung Erfurt Gesundheitsamt; Bewegungsbegleiter	ab Seite 44
Avenida-Therme Hohenfelden Am Stausee 1	ab Seite 45

Städtische Seniorenklubs der Landeshauptstadt Erfurt

Seniorenklub Daberstedt

Hans-Grundig-Straße 25

Seniorenklub Roter Berg „Treff der Generationen“

Jakob-Kaiser-Ring 56a

Seniorenklub Berliner Platz

Berliner Straße 26

Seniorenklub Altstadt

Weitergasse 25

Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag 10:00 Uhr - 16:00 Uhr

Freitag 09:00 Uhr - 13:00 Uhr

Öffnungszeiten Seniorenklub Weitergasse abweichend. (Seite 12)

Erstberatung in sozialen Angelegenheiten, die Seniorinnen und Senioren betreffen

Auf Wunsch beraten wir Sie zu Ihrer persönlichen Lebenssituation, ganz individuell, vertraulich und kostenfrei.

Wir geben Ihnen Informationen u.a. zu Freizeitangeboten, Beratungsstellen oder vermitteln an weiterführende Stellen.

Wir unterstützen Sie bei behördlichen Schreiben, Antragstellungen und begleiten Sie ggf. zu Institutionen.

Das Gespräch kann telefonisch, bei uns vor Ort in einer angenehmen Umgebung oder bei Ihnen zu Hause stattfinden.

Als Ort der Begegnung und Gemeinschaft finden Sie bei uns vielfältige Angebote:

- Gesprächs-, Kaffee- und Spielrunden
- Kreatives Gestalten
- Bildungsveranstaltungen, Sprachangebote
- Sport- und Bewegungsangebote
- Bücher- und Lesekreis
- Gedächtnistraining
- Angeleitete Wanderung
- Tanzveranstaltungen
- Sport- und Bewegungsangebote
- Beratung und Schulung zu Smartphone und Tablet
- Englischkurse
-

Stadtverwaltung Erfurt

Seniorenklub Roter Berg „Treff der Generationen“

Straße: Jakob-Kaiser-Ring 56 a, 99087 Erfurt
Klubleitung: Herr Quitter-Susdorf Tel.: 0361 655-6388
Sozialarbeiter: Herr Tange Tel.: 0361 655-6388
Mitarbeiter: Frau Hünninger Tel.:
E-Mail: seniorenklub.jacob-kaiser-ring@erfurt.de
Erreichbarkeit: Straßenbahnlinie 5,
Haltestellen Roter Berg oder Zoopark
Öffnungszeiten: Montag – Donnerstag 10:00 – 16:00 Uhr
Freitag 09:00 – 13:00 Uhr

Wöchentliche Angebote:

Montag 10:00 Uhr Selbsthilfe Sport
13:30 Uhr Treff der Schachfreunde

Dienstag 09:30 Uhr Hockergymnastik mit Frau Apel

Mittwoch 10:00 Uhr Sport mit Danka
14:30 Uhr Selbsthilfe Sport mit Fr. Schmidt

Donnerstag 10:00 Uhr Handarbeitstreff
13:30 Uhr Treff der Schachfreunde
14:00 Uhr „Treffen ohne Grund“
mit Kaffee und Spielen

Freitag 10:00 Uhr Tischtennis

Weitere Angebote:

Dienstag

07.04. 14:30 Uhr Kaffeeklatsch bei selbstgebackenen Kuchen

14.04. 14:30 Uhr 1, 2, 3...BINGO-Nachmittag

21.04. 14:30 Uhr Es wird angegrillt –
Eröffnung der Grillsaison 2026
(nur mit Voranmeldung)

Donnerstag

08.04.2026 14:30 Uhr Treffen der Volkssolidarität Roter Berg

Donnerstag

02.04. und ab 08:00 Uhr Massage (mit Anmeldung)
30.04.

Freitag

17.04. ab 08:00 Uhr Fußpflege I (mit Anmeldung)

24.04. ab 08:00 Uhr Fußpflege II (mit Anmeldung)

Tägliche Angebote:

nach Vereinbarung: **Sozialberatung und Hausbesuche** sowie **Beratung zu Smartphone/Tablet** (kostenfrei)

kleine, preiswerte **Getränke- und Imbissstheke**

„Garten der Generationen“

Für Besucher: begehbar zu den Öffnungszeiten

Für Nutzer: fachliche Ansprechpartnerin ist Frau Rüger,
Montag - Freitag 08:00 - 12:00 Uhr

Täglich frisch gedruckt **„Thüringer Allgemeine“** kostenfrei zum Hierlesen als
Papierausgabe und als E-Paper am Computer/Tablet

Der Seniorenklubteam wünscht Ihnen allen ein schönes Osterfest.

Der Klub ist Karfreitag sowie am Ostermontag geschlossen.

**Stadtverwaltung Erfurt
Seniorenklub Daberstedt**

Straße: Hans-Grundig-Straße 25, 99099 Erfurt
Klubleitung: Herr Löffler **Tel.:** 0361 345 96 56
Sozialarbeiter: Frau Kuhles **Tel.:** 0361 262 88 497
Mitarbeiter: Herr Graeser **Tel.:** 0361 345 96 56
E-Mail: seniorenklub.hans-grundig-strasse@erfurt.de
Erreichbarkeit: Stadtbus Linie 9 - Haltestelle: Geraer Straße oder
Jenaer Straße
Öffnungszeiten: Montag – Donnerstag 10:00 – 16:00 Uhr
Freitag 09:00 – 13:00 Uhr

Wöchentliche Angebote:

Montag	10:00 - 12:00 Uhr	Malen 1 - Aquarelle
	09:30 - 10:50 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs I
	11:15 - 12:35 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs II
	12:30 - 16:00 Uhr	Spiel- und Gesprächsrunde
	14:00 - 16:00 Uhr	Handarbeiten
	13:00 - 14:20 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs III
	15:00 - 16:30 Uhr	Englisch - für Reisende
Dienstag	10:00 - 11:30 Uhr	Englisch - Gespräche führen
	12:30 - 14:00 Uhr	Singen mit Herrn Lehmann
	13:30 - 15:30 Uhr	Gedächtnistraining
Mittwoch	10:00 - 12:00 Uhr	Malen 2 - freies Malen
	10:00 - 11:45 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs III
	13:00 - 16:00 Uhr	Skatfreunde
	14:30 - 18:00 Uhr	Rommé-Skat-Runde der Gehörlosen
Donnerstag	11:00 - 13:00 Uhr	Qi Gong mit Frau Koch
	14:00 - 16:00 Uhr	Malen 3 - freies Malen
Freitag	09:50 - 11:15 Uhr	Englisch - Anfänger Kurs I
	11:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechzeit
	11:30 - 12:45 Uhr	Um Voranmeldung wird gebeten! Englisch - Anfänger Kurs II

Weitere Angebote:

Montag

- | | | |
|--------|------------------|-----------------------------------|
| 13.04. | 10:00 -12:00 Uhr | Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik |
| 20.04. | 10:00 -12:00 Uhr | Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik |

Dienstag

- | | | |
|--------|-------------------|--|
| 07.04. | 10:00 Uhr | Museumstag „Thüringer Museum für Volkskunde“
Treff: 10:00 Uhr auf dem Anger bei der Maus und dem Elefanten |
| 14.04. | 14:00 - 15:30 Uhr | Kaffeeklatsch
(jeder kann dazu kommen, bei Kuchenwünschen bitte vorher anmelden) |
| 28.04. | 10:00 Uhr | Wandertag: Frau Kuhles lädt ein zu einer Erkundungstour durch die Stadt - auf der Suche nach den KIKAFiguren ; Treff: 10:00 Uhr auf dem Anger - bei der Maus und dem Elefanten |

Donnerstag

- | | | |
|--------|-------------------|-----------------------------------|
| 02.04. | 10:00 -12:00 Uhr | Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik |
| 02.04. | 14:00 - 17:00 Uhr | Bücher - und Lesekreis |
| 09.04. | 10:00 -12:00 Uhr | Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik |

Wir empfehlen Ihnen, sich bei Interesse an Angeboten, vorab telefonisch zu melden, da manche Gruppen bereits voll besetzt sind.

Stadtverwaltung Erfurt

Seniorenklub Berliner Platz

Straße:	Berliner Straße 26, 99091 Erfurt	
Klubleitung:	Frau Peter-von Renteln	Tel.: 0361 655 4145
Sozialarbeiter:	Frau Rossel	Tel.: 0361 655 4146
Mitarbeiter:		Tel.:
E-Mail:	seniorenklub.berliner-strasse@erfurt.de	
Erreichbarkeit:	Straßenbahnlinien 1 und 6; Haltestellen Berliner Straße & Vilniuser Straße	
Öffnungszeiten:	Montag – Donnerstag	10:00 – 16:00 Uhr
	Freitag	09:00 – 13:00 Uhr

Wöchentliche Angebote:

Montag	10:00 - 11:30 Uhr	Sitzgymnastik mit Danka
	10:00 - 11:30 Uhr	Englisch für Senioren
	10:00 - 12:00 Uhr	Doppelkopf-Runde
	14:00 - 15:30 Uhr	Rommé-Runde
Dienstag	09:30 - 12:00 Uhr	Orchesterprobe des Seniorenensemble
Mittwoch	10:00 - 11:30 Uhr	Gymnastikgruppe „Brust raus, Bauch rein“
	13:30 - 15:30 Uhr	Zeit für Brett- und Kartenspiel
Freitag	09:30 - 12:00 Uhr	Orchesterprobe des Seniorenensemble

Einzelbesuche und Beratungsgespräche nach vorheriger Rücksprache.
(Bitte melden Sie sich im Vorfeld telefonisch an und vereinbaren Sie einen Termin.)

Ein Leseexemplar der Thüringer Allgemeinen liegt täglich im Klub für Sie bereit.

Schließhinweis:

Am Freitag, den 03.04 sowie Montag, den 06.04. ist der Klub geschlossen.

Weitere Angebote:

Montag

- | | | |
|--------|-----------|---|
| 13.04. | 13:30 Uhr | Es trifft sich unsere Handarbeitsgruppe |
| 27.04. | 13:30 Uhr | Es trifft sich unsere Handarbeitsgruppe |

Dienstag

- | | | |
|--------|-----------|--|
| 07.04. | 14:00 Uhr | „Samowar mit Gänsehaut“ - unsere literarische Krimirunde |
| 14.04. | 14:00 Uhr | BINGO-Spaß am Nachmittag |
| 21.04. | 14:00 Uhr | Treffen der VS Prager Straße zum Thema Sicherheit |
| 28.04. | 14:00 Uhr | Kino zum Kaffee |

Mittwoch

- | | | |
|--------|-----------|--|
| 01.04. | 10:00 Uhr | Die fröhlichen Noten - Es trifft sich unser Singekreis |
| 08.04. | 10:00 Uhr | „Handyquatsch“ mit Willi - Gruppe 1 |
| 15.04. | 10:00 Uhr | Die fröhlichen Noten - Es trifft sich unser Singekreis |
| 22.04. | 10:00 Uhr | „Handyquatsch“ mit Willi - Gruppe 2 |
| 29.04. | 10:00 Uhr | Die fröhlichen Noten - Es trifft sich unser Singekreis |

Donnerstag

- | | | |
|--------|-----------|---|
| 02.04. | 14:00 Uhr | Kaffeeklatsch |
| 09.04. | 14:00 Uhr | Kaffeeklatsch mit Quiz und guter Laune |
| 16.04. | 14:00 Uhr | Wir treffen uns wieder in der Biba am Berliner Platz zum gemeinsamen „Spiele-Spaß“ . Interessierte laden wir dazu herzlich ein. |
| 30.04. | 14:00 Uhr | Kaffeeklatsch |

Kuchenwünsche bitte mindestens einen Tag vorher anmelden.

Stadtverwaltung Erfurt

Seniorenklub Altstadt

Straße: Weitergasse 25, 99084 Erfurt
Klubleitung: Frau Rossel Tel.: 0361 5626789
Sozialarbeiter: Tel.: 0361 26209880
Mitarbeiter: Frau Yufa Tel.:
E-Mail: seniorenklub.weitergasse@erfurt.de
Erreichbarkeit: Straßenbahn Linie 4, Haltestelle Angerbrunnen oder
Linien 1,2,3,4,5,6 Haltestelle Anger
Öffnungszeiten: Dienstag 09:00 - 13:00 Uhr
Mittwoch 12:00 - 16:00 Uhr
Donnerstag 14:00 - 17:00 Uhr

Wöchentliche Angebote:

Dienstag 09:00 - 12:00 Uhr **Treff** der ehemaligen Optima-MA
10:00 - 12:00 Uhr **Strickgruppe** - Stricken für die
Seele (14-tägig)
Termine: 14.04 und 28.04

Mittwoch 13:00 - 14:00 Uhr **Englisch 1** (Anfänger)
14:15 - 15:45 Uhr **Englisch 2** (Fortgeschrittene)
13:00 - 15:30 Uhr **Spielenachmittag** (offener Treff,
alle sind herzlich eingeladen)

Donnerstag

09.04. 14:00 - 17:00 Uhr **Tanz** mit Musiker Stephan
16.04.. 14:00 - 17:00 Uhr **Tanz** mit Musiker Gerhard
23.04. 14:00 - 17:00 Uhr **Tanz** mit Musiker Rumén
30.04 kein Tanz

Eintritt (3,00 €) an der Tageskasse!

(nur solange verfügbar)

Der Klub ist derzeit
Dienstag 09:00 - 13:00 Uhr;
Mittwoch 12:00 - 16:00 Uhr
Donnerstag 14:00 - 17:00 Uhr
für Sie geöffnet.

AGATHE in Erfurt - Älter werden in der Gemeinschaft - Thüringer Initiative gegen Einsamkeit -

Gefördert aus Mitteln des Freistaates Thüringen

In den Stadtteilen Moskauer Platz, Johannesplatz, Erfurt Südost und den ländlichen Ortsteilen unterstützen die Beraterinnen des Mitmenschen e. V. und des Jesus-Projekts Erfurt e. V. die Erfurter Senioren. Das Amt für Soziales koordiniert das Programm.

Sie sind mindestens 63 Jahre alt, leben allein und wünschen sich mehr soziale Kontakte oder Unterstützung? Die AGATHE-Fachkräfte haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen. Sie informieren Sie gerne über Hilfen und Angebote. Die Beratung ist kostenfrei und kann telefonisch, in den Beratungsstellen oder auf Wunsch gerne bei Ihnen zu Hause erfolgen. Haben Sie Fragen zum Programm oder Interesse an einer Beratung? Dann melden Sie sich gerne bei:

Herrenberg, Wiesenhügel und Melchendorf

Frau Kropp, Telefon: 0176 48 99 22 43

Frau Wardius, Telefon: 0155 63 71 07 98

E-Mail-Adresse: agathe.suedost@jesus-projekt-erfurt.de

Sprechzeiten

Montag: 10-12 Uhr im Stadtteilzentrum Herrenberg, Stielerstr. 3

Donnerstag: 14-16 Uhr im Family Club, Ernst-Haeckel-Straße 17/18

Bewegungsangebot

Am: 2. April von 14-15 Uhr (jeden 1. Donnerstag im Monat)

Ort: Treffen vor dem Teilhabezentrum, Tungerstr. 9

anschließend Kaffee und Kuchen im Teilhabezentrum

weitere Informationen unter: 0155 63 71 07 98

Ländliche Ortsteile der Stadt Erfurt

Frau Kaonga, Telefon: 0176 48 99 22 42

Frau Wardius, Telefon: 0155 63 71 07 98

E-Mail-Adresse: agathe.ortsteile@jesus-projekt-erfurt.de

Telefonisch und nach Vereinbarung:

Mo.-Do.: 9-12 Uhr und 13-14 Uhr

Fr.: 9-12 Uhr

Bischleben:

„Kaffeeklatsch“ mit AGATHE in Zusammenarbeit mit dem OTB

Am: 07. April von 15-16 Uhr (jeden 1. Dienstag im Monat)

Ort: Bürgerhaus Bischleben, Lindenplatz 8

Gottstedt:

Beratungs-Café

Am: 02. April von 14-16 Uhr (jeden 1. Donnerstag im Monat)

Ort: Bürgerhaus Gottstedt, Kleine Dorfstraße 13

Thema: Erste-Hilfe-Kurs für Senioren durchgeführt von den Maltesern

Bewegungsangebot

Am: 23. April 14-15 Uhr (jeden 4. Donnerstag im Monat)

Ort: Bürgerhaus Gottstedt, Kleine Dorfstraße 13

Gispersleben:

Beratungs-Café

Am: 15. April von 15-16 Uhr (jeden 3. Mittwoch im Monat)

Ort: Martin-Niemöller-Haus Gispersleben

Sulzer Siedlung/Hohenwinden:

Sprechzeit: Dienstag: 10-12 Uhr im Begegnungscafé, Alfred-Delp-Ring 78,
Roter Berg

Johannesplatz

Frau Henckell, Tel.: 0176/34506041

E-Mail-Adresse: agathe.johannesplatz@mmev.de

Sprechzeiten

Dienstag: 9:00 – 11:00 Uhr, Eislebener Straße 3, Gemeinschaftsraum
weitere Zeiten nach Absprache, auch individuelle Beratungsspaziergänge

Veranstaltungen:

Seniorenkaffeerunde am Johannesplatz

14tägig dienstags 14.30 Uhr – Termine und nähere Informationen unter
0176/34506041

Ort: Gemeinschaftsraum, Eislebener Straße 3, Erfurt

Moskauer Platz

Frau Bender, Tel.: 0176/34505645

Email: agathe.moskauerplatz@mmev.de

Sprechzeiten:

Mittwoch: 9.30 – 11.30 Uhr, Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114

Mediensprechstunde – Hier lernt man den Umgang mit technischen Gerä-
ten wie z.B. Smartphone, Tablet, Laptop.

Ort: Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114, 99091 Erfurt
montags – Bitte Termin vereinbaren: 0361-6002830

Kurs „Wie erstelle ich ein Fotobuch“

Wann: mittwochs 10 – 12 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114, 99091 Erfurt
Anmeldung unter 0361-6002830

Tischtennis

Wann: jeden Dienstag vormittags

Ort: Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114, 99091 Erfurt
Informationen und Anmeldung unter 0361-600 28 30

Wöchentliche Sportkurse und weitere Lernangebote

Ort: Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114, 99091 Erfurt

Kosten und Zeiten erfragen Sie bitte unter 0361-600 28 30

Seniorenbeauftragter der Landeshauptstadt Erfurt
Herr Rolf-Dieter Tröbs
Juri-Gagarin-Ring 60 in 99084 Erfurt
Telefon: 0361 655-1071 Geschäftsstelle: 0361 655-1070
E-Mail: seniorenbeauftragter@erfurt.de

Sprechstunden: Jeweils Dienstag und Donnerstag 10:00 - 12:00 Uhr

Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Erfurt
Vorsitzender: Roland Richter
Juri-Gagarin-Ring 60 in 99084 Erfurt
Telefon: 0361 655-1072 Geschäftsstelle: 0361 655-1070
E-Mail: seniorenbeirat@erfurt.de

Sprechstunden: Jeweils Dienstag und Donnerstag 10:00 - 12:00 Uhr

Sitzung des Seniorenbeirats

28.04.2026 09.30 - 11.30 Uhr

Saal des Schutzbundes für Senioren und Vorruehändler, Juri-Gagarin-Ring 58

Die Sitzung ist öffentlich. Um Voranmeldung wird gebeten.

14.04.2026 14.00 – 15.00 Uhr

WhatsApp, Signal, Telegram & Co – Mit dem Smartphone kommunizieren

In dieser Schulung entdecken Sie verschiedene Kommunikationskanäle für das Smartphone.

Dabei lernen Sie explizit, wie Sie Ihren Kontakten Nachrichten schreiben, einen Anruf bzw. Videoanruf starten, Sprachnachrichten aufnehmen und Dateien wie z. B. Fotos und Videos verschicken.

Kostenfrei. Anmeldung erforderlich!

28.04.2026 14.00- 15.30 Uhr

Offener Medientreff für Seniorinnen und Senioren

Der offene Medientreff bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre individuellen Fragen und Probleme im Umgang mit dem Smartphone, Computer und Co mitzubringen und sich mit anderen Senior*innen in einer lockeren Atmosphäre darüber auszutauschen. Darüber hinaus bietet der Medientreff auch Gesprächsimpulse, Anregungen und Hinweise rund um das Thema Medien.

Keine Anmeldung erforderlich

ASB-Begegnungsstätte „Im Dichterviertel“
ASB Regionalverband Mittelthüringen e.V.
Geschäftsführer: F. Stübling
Rankestraße 59 in 99096 Erfurt
Telefon: 0361 590 59 135

Im Schulungsraum des ASB in Erfurt, Geibelstraße 20a
Unsere Plauderstündchen finden - falls möglich -
jeweils **am 1. und 3. Mittwoch im Monat** um 14:00 Uhr statt.

Begegnungscafé- Jesus-Projekt Erfurt e.V.
Ansprechpartnerin: Sandra Hörth
Alfred-Delp-Ring 78
99087 Erfurt
Telefon: 0361 55370660
E-Mail: s.hoerth@jesus-projekt-erfurt.de

Begegnungscafé: Kaffee trinken – Begegnung – Gemeinschaft
Montag , Dienstag, Donnerstag Freitag:
09:30 – 12:00 Uhr und 13:15 – 15:00 Uhr

Mittwoch

09:30 Uhr—12:00 Uhr und 13:15—16:30 Uhr

Das Café bietet Kaffeevariationen auf Spendenbasis.

Montags und Donnerstags gibt es die Möglichkeit vor Ort ein frisch ge-
kochtes Mittagessen gemeinsam zu genießen.

Regelmäßige Termine:

Montag	12:30 – 13:00 Uhr	Mittagessen
Dienstag	10:00 – 12:00 Uhr 10:00 – 12:00 Uhr	Agathe-Sprechstunde für Senioren Spielangebot
Mittwoch	09:30 – 11:30 Uhr 14:00 – 16:00 Uhr	Deutschkurs Unterstützung bei Anträgen und Briefen
Donnerstag	10:00 – 12:00 Uhr 12:30 – 13:00 Uhr	Spielangebot Mittagessen

Schutzbund der Senioren und Vorruehstaendler Thueringen e.V.
Kompetenz-und Beratungszentrum
Juri-Gagarin-Ring 64, 99084 Erfurt

Ansprechpartnerinnen: Frau Jutta Gerhardt (Vorsitzende)
Frau Anke Penner

E-Mail: info@senioren-schutzbund.org

Internet: www@senioren-schutzbund.org

Telefon: 0361 2 62 07 35 oder 0361 78 92 99 05

Fax: 0361 78 92 99 00

Sprach-Kurse

Interessierte Teilnehmer sind in allen Kursen herzlich willkommen. Ein
Einstieg ist jederzeit moeglich.

Naehere Informationen unter Tel.: 0361-2620775 bei Frau Mueller.

Englisch

Montag (Anfaengerkurs)	08:45 – 09:45 Uhr	mit Herrn Wettstein
Montag	10:00 – 11:30 Uhr	mit Herrn Wettstein
Montag	12:00 – 13:30 Uhr	(Fortgeschrittenkurs)
Montag	14:30 – 16:00 Uhr	mit Frau Elchanova (Konversation)
Mittwoch	10:30 – 12:00 Uhr	mit Herrn Korda (Konversation)
Donnerstag	14:00 – 15:30 Uhr	mit Frau Sanfratello (Anfaengerkurs)

Spanisch

Montag	11:00 – 12:30 Uhr	mit Frau Klingebeil
--------	-------------------	---------------------

Tablet/Smartphone

Für die Teilnahme an Einzelsprechstunden rund um das Smartphone melden Sie sich bitte an bei

Fr. Müller, Tel.: 0361 2620775 oder 0361 2620735.

Sportangebote

Interessierte Teilnehmer sind in allen Kursen herzlich willkommen.

Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620735 im Sekretariat oder 0361-2620775 bei Frau Müller

Montag	09:30 – 10:30 Uhr	Beckenbodengymnastik Frau Lorenz
Montag	11:00 – 12:00 Uhr	Osteoporosegymnastik Frau Lorenz
Dienstag	10:00 – 11:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik Frau Lorenz
Dienstag	11:30 – 12:30 Uhr	QiGong Frau Koch
Mittwoch	08:30 – 09:30 Uhr	Ganzkörpersport Frau Apel
Mittwoch	10:00 – 11:00 Uhr	Seniorengymnastik Frau Kühn-Vogt
Mittwoch	11:30 – 12:30 Uhr	Seniorengymnastik Frau Kühn-Vogt
Mittwoch	13:00 – 14:00 Uhr	Seniorengymnastik Frau Kühn-Vogt
Donnerstag	10:00 – 11:30 Uhr	Yoga Frau Barthel
	11:30 – 13:00 Uhr	Yoga Frau Barthel
Freitag	10:00 – 11:00 Uhr	Pilates Frau Naß

Kunst, Kultur und Freizeitgestaltung

Bildungsfahrten

Informieren Sie sich an den Aushängen im SBSV,
Juri-Gagarin-Ring 64

Radgruppen

Dass sich das Radfahren immer größerer Beliebtheit erfreut, ist auch in unserer Interessengemeinschaft gleichen Namens bemerkbar. Eine ständig wachsende Anzahl an Fahrradgruppen ist das Resultat. Dabei unterscheiden sich die Gruppen sehr in den sportlichen Herausforderungen. Lassen Sie sich beraten zu der für Sie richtigen Gruppe.

**Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620735
im Sekretariat**

Einladung zur Informationsveranstaltung für Fahrradfreunde

Alle Rentner, Pensionäre und Vorruheständler, die Freude am Radfahren haben, sind herzlich eingeladen zu einer Informationsveranstaltung am **9. März 2026 um 10:00 Uhr**.

Ort: Saal des Schutzbundes für Senioren und Vorruheständler Thüringen e.V.,
Juri-Gagarin-Ring 56a, 99084 Erfurt

Fotogruppen

Focus

Neue Interessenten sind herzlich willkommen!
jeden 1. und 3. Montag im Monat
13:00 Uhr, Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64

Sensor

jeden letzten Montag im Monat
14:00 Uhr, Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64

Musikalische Hobbys

Dienstag

14:00 – 16:00 Uhr Frauenchor „Harmonie“
musikalische Leitung Frau Stitz
Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64
Bitte um Anmeldung!

Malen und Zeichnen

Mittwoch

10:00 – 12:00 Uhr

Mittwochsmaler

Mittwoch

12:30 – 14:30 Uhr

Farbenspiel

Bitte um Anmeldung!

Kreatives Gestalten

Unterschiedliche Ideen und Anregungen werden zusammengetragen und mit Fantasie und geschickten Händen in die Realität umgesetzt.

Dienstag 13:00 – 16:30 Uhr
Kreativ Straubing, 14- tägig, Seminarraum Juri-Gagarin-Ring 56a

Donnerstag 10:00 – 11:30 Uhr
Creativ Club, Seminarraum, Juri-Gagarin-Ring 64

NEU! NEU! NEU

Liebe Interessierte, wir laden Sie herzlich zu einem besonderen Nachmittag ein:

Do 16.04.2026 um 14:00 Uhr, Saal des SBSV, Juri- Gagarin- Ring 56a
„Alltagsgeschehen – humoristisch gesehen“ mit **Uschi Flossmann** und Texten von **Ekkehard (Ecki) Resmer**).

Freuen Sie sich auf ein Programm, das mit viel Witz, Charme und einem Augenzwinkern auf die kleinen und großen Szenen des Alltags schaut – mal heiter, mal nachdenklich, immer mitten aus dem Leben. Uschi Flossmann bringt ihre und die Texte von Ecki Resmer mit ihrer unverwechselbaren Art zum Leuchten und sorgt für einen unterhaltsamen, lebendigen und zugleich berührenden Nachmittag.

Wir freuen uns sehr, wenn Sie dabei sind und gemeinsam mit uns lachen, schmunzeln und vielleicht auch ein wenig innehalten.

Anmeldungen im Sekretariat 0361 – 262 0 735

Rommènachmittag- Spaß und Spiele für alle!

Karten spielen in geselliger Runde, um Anmeldung wird gebeten.

Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620735 im Sekretariat

Jeder 1. Dienstag im Monat von 14:00 – 16:00 Uhr, Bibliothek, Juri- Gagarin - Ring 64

Sprechstunden

Bitte mindestens 5 Tage vor dem jeweiligen Termin anmelden unter Tel. 2620735

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung

Unterschiedliche Gründe können dazu führen, dass Sie vielleicht irgendwann nicht mehr für sich selbst entscheiden können. Deswegen ist es notwendig festzulegen, wer Ihre Interessen im Ernstfall vertritt. Kommen Sie mit ihren Fragen zu Vorsorgevollmacht, Betreuungs- oder Patientenverfügung zu uns. Einen Termin für ein persönliches Gespräch können Sie telefonisch unter **0361 - 262 07 74** oder per E-Mail unter **erfurt@senioren**sch**utzbund.org** ausmachen.

Betreuungs- und Begleitdienst

Informationen und Beratung zum Betreuungs- und Begleitdienst

Frau Deregowski: Tel. 55064160

Montag - Freitag

08:30 – 13:00 Uhr

Juri-Gagarin-Ring 56a

Treffpunkt Ehrenamt

Das „Team Ehrenamt“ informiert und berät Engagement- Interessierte und mögliche Einsatzstellen, Vereine und Initiativen zum Thema Ehrenamt. Wir vermitteln Bürger und Bürgerinnen der Stadt Erfurt in ein für sie passendes Tätigkeitsfeld/ Engagement.

Sie haben Fragen zum Thema Ehrenamt? Wir sind für Sie erreichbar:

Treffpunkt Ehrenamt – jeden zweiten Donnerstag im Monat, ganztägig
ab zehn Uhr

telefonisch unter 0361-2620735 im Sekretariat oder 0361-2620775
bei Frau Müller

per E-Mail ehrenamt@senioren-schutzbund.org; muel-ler@senioren-schutzbund.org; [teamehren-
amt@senioren-schutzbund.org](mailto:teamehren-amt@senioren-schutzbund.org)

persönlich zu den Öffnungszeiten

"Engagiert im Ruhestand - Nach- berufliche Berufung"

* Anlaufstelle für Bürgerinnen und Bürger, Vereine, Organisationen zur Ko-ordinierung und Qualifizierung des Ehrenamtes

* Partner bei der Beratung und Information zu Inhalten und Angeboten des freiwilligen Engagements und der Selbsthilfe

* Stätte des Erfahrungsaustauschs und der Anerkennung des Ehrenamtes

* Ehrenamtsbörse (Koordinierung von Angebot und Nachfrage)

* Konzipierung von ehrenamtlichen Initiativen und Projekten, deren Be-geleitung sowie der Qualifizierung und Motivation bürgerschaftlich Enga-gierter

Treffpunkt Ehrenamt mit Frau Müller jeden 2. Donnerstag im Monat ab 10:00 Uhr, ganztägig.

Treff im DiZ - Begegnungsstätte

Friedrich-Engels-Straße 49

99086 Erfurt

Ansprechpartnerin: Frau Fröbel

Telefon: 0152 05 85 31 31 (Concierge)

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass bei einigen Veranstaltungen Kosten anfallen.

DIZ

Friedrich-Engels-Str. 49

Dienstag 12:00 Uhr – 18:00 Uhr

Mittwoch 12:00 Uhr – 17:00 Uhr

Donnerstag 12:00 Uhr – 17:00 Uhr

Freitag 09:00 Uhr – 14:00 Uhr

Veranstaltungen „Treff im DiZ“, Begegnungsstätte

Jeden Dienstag 15:00 – 18:00 Uhr Strickgruppe „Heiße Nadel“

Jeden Mittwoch 13:00 – 16:00 Uhr Treff Skatrunde

Jeden Freitag 10:00 – 13:00 Uhr Treff der Schachfreunde

Dienstleistungszentrum DiZ (Trägerwerk Soziale Dienste AG)
Alfred-Delp-Ring 24
Ansprechpartner: Frau Schulze
99087 Erfurt
Telefon: 0361 65 38 64 40

Wochenplan

Montag	8:00 -11:00 Uhr 13:00-15:00 Uhr	Gemeinsames Backen Spielenachmittag bei Kaffee und Kuchen
Dienstag	8:30-13:00 Uhr 14:00-16:00 Uhr	Frisör Kaffee und Kuchen
Mittwoch	8:00-16:00 Uhr 8:00 – 13:00 Uhr 10:00-13:00 Uhr	Fußpflege Frisör Einzelbetreuung
Donnerstag	8:00-10:00 Uhr 10:00-16:00 Uhr	Gemeinsames Frühstück Fußpflege
Freitag	8:00-10:00 Uhr 10:00-13:00 Uhr	Pflegeberatung Computerkabinett

Monatsveranstaltung

10. April, Freitag	10:00 Uhr	Senioren ­ sport mit Olga Heinzl
17. April, Freitag	10:00 Uhr	Senioren ­ sport mit Olga Heinzl
21. April, Dienstag	15:00 Uhr	Chorauftritt des Trägerwerkchors „Chormäleons“
24. April, Freitag	10:00 Uhr	Senioren ­ sport mit Olga Heinzl

Volkssolidarität Mittelthüringen e.V.

Straße: Oskar-Schlemmer-Straße 1 , 99085 Erfurt

Ansprechpartner: Frau Meißner Tel.: 6795011
Tel.:

E-Mail: Simone.meissner@volkssolidaritaet.de

Internet:

Fax:

Erreichbarkeit: Straßenbahnlinie 4
Haltestelle Wagenfeldstraße

Öffnungszeiten: ab 8:00 Uhr
Bis je nach Veranstaltungen

Angebote:

Mittwoch 01.04.2026 14:30 Uhr Gruppennachmittag OG 152

Donnerstag 02.04.2026 14:00 Uhr Senioren Post

Donnerstag 09.04.2026 09:30 Uhr Tagung IG Bau Agrar Umwelt
Senioren

Montag 13.04.2026 13.30 Uhr Treffen der Fröhlichen Runde

Mittwoch 15.04.2026 15:00 Uhr Tanz auf dem Ringelberg (Vor Anmeldung)

Montag 20.04.2026 14:00 Uhr Gruppennachmittag

Montag 27.04.2026 14:00 Uhr Treffen der Polio - Selbsthilfegruppe

Änderungen vorbehalten!

Es sind ein paar Plätze zum Tanz frei geworden, also wer Lust hat, bitte
per Telefon vorher anmelden!

Beratung und Begegnungsstätte für Senioren
Bürgerhaus „Unter den Kastanien“
Leiterin: Frau Anita Henning
Röntgenstraße 28
Telefon: 0361 2626963 / Fax: 0361 64439861

Beratung

Jeden Mittwoch 10:30-11:30 Uhr zu Leistungen der Krankenkasse, der Pflegeversicherung und des Sozialamtes sowie zu diversen Hilfen.

Handarbeit

Jeden Mittwoch 13:30-16:00 Uhr Strickerinnen sind herzlich willkommen. Wolle ist vorhanden. (Restbestände können mitgebracht werden.)

Seniorenchor

Jeden Montag 14:00-15:30 Uhr bei Interesse bitte im Gemeindebüro bei Frau Rylke unter Telefon: 26 26 96 2 nachfragen.

Themen und Gesprächsnachmittag

Jeden 2. Mittwoch im Monat 14:00-16:00 Uhr diverse Programme

Jeden letzten Mittwoch im Monat 14:00-15:00 Uhr Sitztänze
(Mit vorheriger Anmeldung.)

Diakonie—Quartiershaus am Ringelberg

Straße: Walter-Gropius-Straße 45, 99085 Erfurt
Ansprechpartner: Frau Beuchel Tel.: 554585120
Frau Lobenstein Tel.: 554585110
E-Mail: Begegnungsstaette-Ringelberg@diakonie-wl.de
Internet: www.diakonie-wl.de
Fax:
Erreichbarkeit: 0361/554585150
Straßenbahnlinie 4
Haltestelle: Wagenfeldstraße
Öffnungszeiten: Variiert nach Angeboten

Wöchentliche Angebote:

Montag: 10 Uhr **Andacht**

Montag+ Dienstag: **Yoga Kurs 1+2**
(Anmeldung bei Frau Wilhelm- Handynummer: 0173-9268568)

Dienstag: 15-17 Uhr- **Sprechstunde/Beratungsangebote**

Donnerstag: 14 Uhr-**Sport+ Dehnen**

16:30-17:00 Uhr **Qi Gong für Ältere**

17:30-18:30 Uhr **Qi Gong für Fortgeschrittene**

Weitere Angebote:

Amt für Bildung
Volkshochschule
Schottenstraße 7 in 99084 Erfurt (Telefon: 0361 655-2962)
E-Mail an volkshochschule@erfurt.de
Homepage www.erfurt.de/volkshochschule

Eine vorherige Anmeldung zu den Vorträgen, Seminaren und Exkursionen per E-Mail an volkshochschule@erfurt.de oder vor Ort in Ihrer Volkshochschule, Schottenstraße 7, ist dringend erforderlich.

Die großen Gartenbauausstellungen der Blumenstadt Erfurt – Zum 65. Jubiläum des egaparks

Kursnr.: 26-10166
Beginn: Mittwoch, 01.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr: gebührenfrei
Kursort: Kleine Synagoge
Dozent: Dr. Steffen Raßloff

VHS Kolleg Vieselbach: Nützliche Apps im Alltag

Kursnr.: 26-11072
Beginn: Mittwoch, 01.04.2026, 14:00 – 15:30 Uhr
Gebühr: gebührenfrei
Kursort: Bürgerhaus Vieselbach, Rathausplatz 1, 99098 Erfurt
Dozent: Stephan Schug

Mit wachen Sinnen mitten im Leben sein. Einführung in das Konzept der Achtsamkeit

Kursnr.: 26-10753
Beginn: Mittwoch, 01.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr: gebührenfrei
Kursort: Adventgemeinde Erfurt, Walter-Gropius-Straße 2
Dozent: Norbert Gelke

Über sieben Brücken musst du gehen – Die steinerne Krämerbrücke und ihre Schwestern

Kursnr.: 26-10145
Beginn: Samstag, 04.04.2026, 13:00 – 15:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Kursort: Treffpunkt Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7
Dozent: Richard Schaefer

Lesung und Gespräch: „Die Ausweichschule“ – Roman über Erinnerung, Trauma und das Leben nach dem Erfurter Amoklauf

Kursnr.: 26-10206

Beginn: Donnerstag, 09.04.2026, 18:00 bis 19:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei, gefördert durch den Freistaat Thüringen, Ministerium für Bildung, Jugend und Sport

Kursort: Kleine Synagoge

Dozent: Kaleb Erdmann

Friedrich der Weise, der Kurfürst und sein Bruder Johann

Kursnr.: 26-10153

Beginn: Montag, 20.04.2026, 17:30 bis 19:45 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Kleine Synagoge

Dozent: Dr. Thomas Frantzke

Einblicke in den Islam, Verstehen statt Urteilen: Was bedeutet Islam wirklich?

Kursnr.: 26-10830

Beginn: Montag, 20.04.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: gebührenfrei, gefördert durch den Freistaat Thüringen, Ministerium für Bildung, Jugend und Sport

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Prof. Dr. Christoph Bultmann und Hatice Çalis

Führung durch die Gedenk und Bildungsstätte Andreasstraße: Frauen in der DDR

Kursnr.: 26-10270

Beginn: Dienstag, 21.04.2026, 16:00 bis 17:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Gedenk und Bildungsstätte Andreasstraße, Andreasstraße 37a, Erfurt

Orientierung am Sternenhimmel

Kursnr.: 26-11500

Beginn: Dienstag, 21.04.2026 und Mittwoch, 22.04.2026, jeweils 18:45 bis 20:15 Uhr

Gebühr: 16,00 Euro, ermäßigt 12,80 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Dr. Johanna Moldenhauer

Wie schützen Sie sich im Internet?

Kursnr.: 26-51094

Beginn: Dienstag, 21.04.2026, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Robby Schäfer

Handykurs – Fotografieren, Fotos übertragen und ordnen vom Smartphone auf einen PC oder USB Stick (Betriebssystem Android®)

Kursnr.: 26-54020

Beginn: dienstags, 21.04.2026 und 28.04.2026, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 16,00 EUR, erm. 12,80 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Martin Scholz

Das iPad®: Einführung in die Bedienung von Apples® mobilen Betriebssystem iPadOS

Kursnr.: 25-54040

Beginn: mittwochs, 22.04.2026 – 13.05.2026, jeweils 17:00 - 20:10 Uhr

Gebühr: 64,00 EUR, erm. 51,20 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Florian Zipplies

Mittelaltermetropole Erfurt

Kursnr.: 26-10167

Beginn: Mittwoch, 22.04.2026, 19:00 bis 20:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Kleine Synagoge

Dozent: Dr. Steffen Raßloff

Wie wir mit Veränderungen wachsen können

Kursnr.: 26-10714

Beginn: Mittwoch, 22.04.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Veronika Marx Ripke

Christian Reichart, Bürger, Ratsherr und Begründer des modernen Gartenbaus

Kursnr.: 26-10173

Beginn: Mittwoch, 22.04.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Dr. Rüdiger Paul Kirsten

Eine Reise nach Japan - Lichtbildervortrag

Kursnr.: 26-11021

Beginn: Donnerstag, 23.04.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Dr. Ulrike Wollenhaupt Schmidt

Wie schützen und pflegen Sie Ihre Daten am Computer?

Kursnr.: 26-51096

Beginn: Donnerstag, 23.04.2026, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Robby Schäfer

Grundlagen der digitalen Fotografie

Kursnr.: 26-52001

Beginn: donnerstags, 23.04.2026 – 07.05.2026, jeweils 17:00 - 20:10 Uhr

Gebühr: 48,00 EUR, erm. 38,40 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Boris Hajdukovic

Wenn Literatur auf Krankheit trifft: Thomas Manns Seelenlandschaften, vom „Kleinen Herrn Friedemann“ zum „Tod in Venedig“

Kursnr.: 26-10179

Beginn: Donnerstag, 23.04.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Shijuan Zhuang

Basiskurs Freiwilligenkoordination: Ehrenamtliche gewinnen

Kursnr.: 26-10015

Beginn: Freitag, 24.04.2026, 13:00 bis 16:00 Uhr

Gebühr: gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: erna, Erfurter EngagementAgentur

Online Vortrag: Demokratische Gefährdungen, wie steht es mit der demokratischen Resilienz in Zeiten populistischer Herausforderungen?

Kursnr.: 26-10201

Beginn: Montag, 27.04.2026, 18:30 bis 20:45 Uhr

Gebühr: gebührenfrei, gefördert durch den Freistaat Thüringen, Ministerium für Bildung, Jugend und Sport

Kursort: Webseminar

Dozent: Prof. Dr. Oliver Lembcke

Einblicke in den Islam, Verstehen statt Urteilen: Alltagspraktiken und Rituale im Islam

Kursnr.: 26-10831

Beginn: Montag, 27.04.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: gebührenfrei, gefördert durch den Freistaat Thüringen, Ministerium für Bildung, Jugend und Sport

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Prof. Dr. Christoph Bultmann und Hatice Çalis

Götter, Helden, Menschenbilder: antike Mythen und ihre Aktualität

Kursnr.: 26-10178

Beginn: Dienstag, ab 28.04.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: 24,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Michael Friese

Da fehlen mir die Worte: Argumentationstraining für schlagfertige Reaktionen

Kursnr.: 26-10019

Beginn: Mittwoch, 29.04.2026, 17:00 bis 19:15 Uhr

Gebühr: gebührenfrei für Ehrenamtliche und Mitarbeitende in Vereinen und Verbänden, die mit Ehrenamtlichen tätig sind

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Arbeit und Leben Thüringen

Theater Erfurt
Franziska Kloos
Musiktheater-und Konzertvermittlerin/ Leitung Junges Theater
Theaterplatz 1 in 99084 Erfurt
Telefon: 0361 22 33 255 E-Mail: kloos@theater-erfurt.de

Aktuelle Angebote bitte unter www.theater-erfurt.de einsehen

Stadt- und Regionalbibliothek
Domplatz 1
99084 Erfurt

Geschichten aus dem Kinderbucharchiv

Lesungen und Gespräche für alle Erwachsenen, die Kinderbücher lieben, in der Stadt-und Regionalbibliothek der Landeshauptstadt Erfurt.

Über 5.000 historische Kinder-und Jugendbücher aus verschiedenen Jahrhunderten gehören zum Bestand des Kinderbucharchivs, das älteste aus dem Jahr 1792/1793. DDR Kinder-und Jugendbücher bilden die umfangreichste Sammlung. Regelmäßig werden interessante Fundstücke aus dem Kinderbucharchiv in dieser Veranstaltungsreihe vorgestellt.

Bibliothek am Domplatz (Domplatz 1, 99084 Erfurt)

Bibliothek am Johannesplatz (Wendenstraße 23, 99086 Erfurt)

Brettspiele für Jedermann

Die Stadt-und Regionalbibliothek veranstaltet einmal monatlich einen Nachmittag, an dem alle Interessierten eine bunte Auswahl spannender, unterhaltsamer und informativer Spiele kennenlernen können. Die Besucherinnen und Besucher lernen unter Anleitung Spielregeln kennen und probieren vor Ort aus, welches Brettspiel ihnen am Besten gefällt.

Häusliche Kranken- und Altenpflege Schmid Möller & Aktiv Treff für
Senioren

Am Katzenberg 1 in 99097 Erfurt/ Bleichstraße 3b in 99089 Erfurt

Telefon: 0361 4302 1973

Homepage : www.pflege-moeller.de

Quartier-Treff

Bleichenstraße 3b, 99089 Erfurt

01520-2545753

Jeden Mittwoch unser Senioren-Café 15:15 – 17:15 Uhr

Jeden Samstag Kaffeeklatsch mit verschiedenen Aktivitäten 14:00 – 16:00
Uhr

Quartier-Treff

Am Katzenberg 1, 99097 Erfurt

0361-43021973

Jeden Mittwoch ab 17:00 gemeinsames Abendessen

Jeden Freitag ist „Schlemmer-Freitag“

Für die Teilnahme sind Anmeldungen erforderlich und es fällt ein Unkostenbeitrag an. **In beiden Treffs haben wir von Montag bis Freitag ganztätig Beschäftigungen für Körper und Geist, ganz unter dem Motto „Gemeinsam statt Einsam“**

Für pflegende Angehörige und interessierte Senioren bieten wir zahlreiche Info-Kurse und Pflegeberatungen an:

Pflegedienst Schmid/Möller

Stotterheimer Str. 9a, Erfurt

www.pflege-moeller.de

0361-2114727

Kulturhaus Dacheröden

Straße: Anger 37, 99084 Erfurt
Ansprechpartner: Frau Bucklitsch Tel.: 654 49457
Tel.:
E-Mail: kontakt@dacheröden.de
Internet: www.dacheroeden.de
Fax:
Erreichbarkeit: Haltestelle Angerbrunnen
Stadtbahnlinie 4
Haltestelle Anger (alle Stadtbahnlinien)

Öffnungszeiten: Di bis Fr: 12.00 - 17.00 Uhr
Sa: 10.00 - 17.00 Uhr

Angebote:

Dienstag, 07.04. 19:30 Uhr Kino *Eintritt: 8 €*
DEFA IM SALON: EINES ANDEREN LAST...

Mittwoch, 08.04. 16 Uhr Lesung ab 4 Jahre / *Eintritt frei*
HIER KOMMT POLLY OSTERKUH VON XÓCHIL SCHÜTZ

Mittwoch, 08.04. 19:30 Uhr Bingo *Eintritt: ein Buch*
DACHERÖDEN BUCHBINGO MIT LENA SCHÄTTE
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Donnerstag, 09.04. 19:30 Uhr Vortrag *Eintritt: 16 € / erm. 14 €*
DACHERÖDEN ON TOUR: MEIN SPITZBERGEN

Mittwoch, 15.04. 19:30 Uhr Kino *Eintritt: 8 €*
KINO IM SALON ERLESENE FILME: SOPHIA, DER TOD UND ICH

Dienstag, 21.04. 16 Uhr Workshop für Kinder von 9 bis 11 Jahre / *Eintritt frei*
KLUB DER KLEINEN PHILOSOPH:INNEN
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Dienstag, 21.04. 18:30 Workshop Gebühr: 10 € / erm. 7 €
WORKSHOP: PHILOSOPHY AFTER WORK
MIT DIETLINDE SCHMALFUß-PLICHT
Anmeldung: info@philosophie-milan.de

Dienstag, 21.04. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 12 € / 10 € FRÜHLINGSLESE*
KARSTEN KRAMPITZ: GESELLSCHAFT MIT BESCHRÄNKTER HOFFNUNG
In Kooperation mit der Friedrich-Ebert-Stiftung / Landesbüro Thüringen

Mittwoch, 22.04. 16 Uhr Lesung ab 4 Jahre / Eintritt frei
DIE OLCCHIS VON ERHARD DIETL

Mittwoch, 22.04. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16 € / erm. 14 € / FRÜHLINGSLESE*
LEON ENGLER: BOTANIK DES WAHNSINNS
In Kooperation mit der Friedrich-Ebert-Stiftung / Landesbüro Thüringen

Freitag, 24.04. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 5 € / FRÜHLINGSLESE*
PREISVERLEIHUNG EOBANUS-HESSUS-SCHREIBWETTBEWERB
Gefördert von der Stadt Erfurt und zahlreichen Partner:innen

Samstag, 25.04. 10-15 Uhr Workshop Gebühr: 55 € / erm. 42 €
WORKSHOP KREATIVES SCHREIBEN
MIT ANKE ENGELMANN
Anmeldung: engelmann@poesiebuero.de / 01522 9477982

Samstag, 25.04. 18 Uhr Ausstellung *Eintritt frei*
VERNISSAGE: WIESMANN & CO.
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Dienstag, 28.04. 19:30 Uhr *Eintritt: 10 € / FRÜHLINGSLESE*
POLITISCHER SALON: DIE ENERGIE-WENDE – RETTET SIE UNS DIE ZUKUNFT?
Veranstalter: Erfurter Herbstlese e.V., Katholisches Forum im Land Thüringen, Heinrich-Böll-Stiftung, MDR Thüringen

Mittwoch, 29.04. 19:30 Uhr Quiz *Eintritt frei*
TABLEQUIZ: DACHERÖDEN SUCHT DAS BESTE RATETEAM
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Mittwoch, 29.04. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt frei / FRÜHLINGSLESE*
FRANK NAUMANN & CORINNA ZANDER: AB DURCH DIE MITTE
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Donnerstag, 30.04. 19 Uhr Vortrag *Eintritt frei*

VORTRAG: **FRECHE FRAGEN AN ÄRZT: INNEN**

DER ZENTRALKLINIK BAD BERKA

Veranstalter: Zentralklinik Bad Berka

ZEICHENKURS MIT JULIA KNEISE Gebühr vor Ort, pro Termin: 20,-€ / 17,-€

erm. jeden Donnerstag 17:00 – 19:00 Uhr : 02.04. / 23.04. / 30.04.

Anmeldung unter: dacheroeden.de / 0361-644 123 75

AUSSTELLUNGEN

27.01.– 18.04. **ECHO - IRYNA GÖTZ**

30.04.– 20.06. **SIGHTLINES**

30.04.– 20.06. **AB DURCH DIE MITTE**

Die Ausstellungen sind Dienstag bis Freitag 12 - 17 Uhr und Samstag 10 - 17 Uhr (ausgenommen Feier- Sonn- und Montage oder geschlossene Veranstaltungen) barrierefrei zugänglich.

Kaufmänner Gesellschaft e.V.

Schotten Straße 26 99084 Erfurt

Ansprechpartner: Herr Kindervater Tel.: siehe
Frau Junk Tel.: unten

E-Mail: info@kaufmaenner-gesellschaft.de
Internet: www.kaufmaenner-gesellschaft.de

Fax:

Erreichbarkeit: Straßenbahnlinie 1,3
Haltestelle Kaisersaal (1)
Haltestelle Anger (3)

Öffnungszeiten: Termine nach Vereinbarung

Programm bitte vor Ort erfragen.

FrauenZentrum Erfurt

Straße:

Pergamentergasse 36

Ansprechpartner:

Frau Hildesheim

Tel.: 2251473

Tel.:

E-Mail:

info@frauenzentrum.de

Internet:

www.frauenzentrum-erfurt.de

Fax:

Erreichbarkeit:

Straßenbahnlinie 3, 4, 6
Haltestelle Domplatz.

Öffnungszeiten:

Montag—Freitag ab 10:00 Uhr

Wöchentliche Angebote:

DIENSTAGS

Sport für Seniorinnen*

14.00 - 15.00 Uhr wöchentlich

15.00 - 16.00 Uhr wöchentlich

Fit und standfest im Alltag* 16.15 - 17.15 Uhr bis 28.10.

MITTWOCH

Frauensport

18.00 - 19.00 Uhr ab 01.10.

FREITAGS

Seniorinnensport
(je 7€/wöchentlich)

13.30 - 14.30 Uhr wöchentlich

Stadtverwaltung Erfurt, Gesundheitsamt
Straße: Juri-Gagarin-Ring 150 , 99084 Erfurt
Ansprechpartner: Frau Schmidt **Tel.:** 655-4217
Tel.:
E-Mail: bianca.schmidt@erfurt.de
Internet: www.erfurt.de/ef151720
Fax:
Erreichbarkeit: Straßenbahnlinien 1,5
Haltestelle Augustinerkloster

Öffnungszeiten: Zu den Sprechzeiten

Bewegungsbegleiter — Fitnesskurse

In Erfurt gibt es 6 kostenfreie Bewegungsangebote am Berliner Platz, am Johannesplatz, am Moskauer Platz, am Herrenberg, in Kühnhausen und in Dittelstedt. Alle werden von durch das Gesundheitsamt geschulte Bewegungsbegleitern geleitet. Die Bewegungsbegleiter bringen Seniorinnen und Senioren einfache Bewegungsübungen durch Tanz sowie mit und ohne Geräten näher.

Die einzelnen Gruppen: Änderungen vor-

Berliner Platz (Stadtteiltreff Berolina): 14-täglich dienstags ab 16:30 Uhr im Stadtteiltreff Berolina (gerade Kalenderwochen)

Johannesplatz (Clubraum in der Eislebener Straße 3): 14-tägig dienstags von 13:00 bis 14:00 Uhr (ungerade Kalenderwochen)

Moskauer Platz (Mehrgenerationenhaus): Gruppe 1: dienstags von 8:30 bis 9:30 Uhr, Gruppe 2 dienstags von 10:00 bis 11:00 Uhr, Gruppe 3: mittwochs von 9:00 bis 10:00 Uhr.

Herrenberg (Teilhabezentrum Tungerstraße): am ersten Donnerstag im Monat von 14:00 bis 15:00 Uhr.

Kühnhausen (Bürgerhaus): Line-Dance für Anfänger montags von 17:30 bis 19:00 Uhr, Fortgeschrittene montags von 16:00 bis 17:30 Uhr.

Dittelstedt (Ortsteilhaus): 14-tägig dienstags zwischen 18 und 19 Uhr (gerade Kalenderwochen)

Das Angebot der Avenida-Therme Hohenfelden für aktive Senioren

SONNIGES 50PLUS AKTIV-ANGEBOT

Jeden Montag haben wir für alle Gäste ab 50 Jahren ein besonders sonniges Angebot: 4 Stunden Aufenthalt im Freizeit- und Familienbad

1 Freigetränk (1 Tasse Kaffee, Tee oder Mineralwasser 0,3l)

Gemütliche Ruhezonen zum Relaxen

Sprudelliegen und Massagedüsen zum Sonderpreis von 16,50 € pro Person.

Die Nutzung der Saunawelt ist gegen einen Aufpreis von 12,50 € pro Person möglich. Die Verlängerung auf den Tagesaufenthalt ist gegen einen Aufpreis von 5,50 € pro Person möglich.

Öffnungszeiten: täglich 10:00 - 22:00 Uhr

Zusatzinformationen:

Beim Betreten der Saunawelt wird der Saunazuschlag automatisch aufgebucht, wenn dieser noch nicht am Empfangsbereich bezahlt wurde. Bei Zeitüberschreitung des gelösten Zeitlimits erfolgt eine Nachberechnung zum nächst höheren Tarif i.H.v. 4,00 €.

Unsere Bademäntel, Hand- und Saunatücher stehen Ihnen gegen Pfand und eine geringe Gebühr zur Verfügung.

Schwerbehinderte ab 70% erhalten für den Eintritt 50% Nachlass auf die Standardtarife. Bei B oder auch H-Eintrag enthält die Begleitperson (unabhängig vom GdB) grundsätzlich freien Eintritt.

Alle Tarife sind seit dem 01.12.2025 bis auf Weiteres gültig. Die Zahlung ist ebenfalls mit Kreditkarte möglich (außer American Express).

Bezahlung

Sie können bei uns in Bar oder mit EC-Karte, Kreditkarte zahlen (außer American Express)

Anreise:

Bus: EVAG-Buslinie 155 (aus Erfurt), Bushaltestelle Hohenfelden-Therme vor der Avenida-Therme (ca. 50m)

PKW: Erfurt in Richtung Kranichfeld/ Stausee Hohenfelden.

Parkplatz gegen Gebühr, die Ihnen mit dem Kauf des Eintrittstickets in die Avenida-Therme vollständig erstattet werden.

Kontakt:

Avenida-Therme Hohenfelden, Am Stausee 1, 99448 Hohenfelden Telefon: 036450 449 0

Notizen:

Impressum



Herausgeber

Landeshauptstadt Erfurt
Stadtverwaltung

Redaktion

Amt für Soziales
Juri-Gagarin-Ring 150
99084 Erfurt

Telefon 0361 655-6226
Fax 0361 655-6309
Internet www.erfurt.de/soziales