

Seniorenkalender

Veranstaltungen

März 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 Vorruheständler 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 38
Stadt- und Regionalbibliotheken	ab Seite 38
Häusliche Kranken – u. Altenpflege & Aktiv Treff für Senioren Schmid Möller Am Katzenberg 1	ab Seite 39
Kulturhaus Dacheröden Anger 37	ab Seite 40
Kaufmänner Gesellschaft e.V. Schottenstraße 26	Ab Seite 43
FrauenZentrum Erfurt Pergamentergasse 36	ab Seite 44
Stadtverwaltung Erfurt Gesundheitsamt; Bewegungsbegleiter	ab Seite 46
Avenida-Therme Hohenfelden Am Stausee 1	ab Seite 47

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 Altstadt 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:

Montag

09.03. 14:00 Uhr „Musik am Nachmittag“ im Kaisersaal, Tickets im Klub oder in der Erfurt Tourist Information

Dienstag

10.03. 14:30 Uhr „Besser spät als nie“: Kaffeeklatsch zum Frauentag

17.03. 14:30 Uhr Es tritt auf für Sie, die Frauentanzgruppe „Ladydance“

31.03. 14:30 Uhr Dia-Vortrag, Herr Dölle entführt Sie in die Silvesternacht in der tschechischen Region Brunn

Donnerstag

05.03. und 19.03. ab 08:00 Uhr Massage (mit Anmeldung)

Freitag

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

27.03. 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 Imbisstheke**

„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 Papiaerausgabe und als E-Paper am Computer/Tablet

**Der Seniorenklub bleibt am 9. März 2026 aufgrund
der Veranstaltung „Musik am Nachmittag“
im Kaisersaal 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

02.03. 10:00 -12:00 Uhr Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik

09.03. 14:00 Uhr **Musik am Nachmittag** im Kaiser-Saal; mit Eintrittskarte im Vorverkauf

Der Klub ist am 09.03.2026 wegen einer städtischen Veranstaltung geschlossen.

Dienstag

03.03. 10:00 Uhr **Museumstag „Naturkundemuseum“**
Treff: 10:00 Uhr auf dem Anger, Maus und Elefant

10.03. 14:00 - 15:30 Uhr **Kaffeeklatsch**
(jeder kann dazu kommen, bei Kuchenwünschen bitte vorher anmelden)

31.03. 08:30 Uhr **Wandertag:** Frau Kuhles lädt zu einer Wanderung von Kühnhausen zum Naturdenkmal „Rote Wand“ ein; Treffpunkt: 8:30 Uhr Haupt Bahnhof-Haupteingang; Deutschlandticket oder Fahrkarte für den Zug/ Fahrkarte Stadt mitbringen

Donnerstag

05.03. 10:00 -12:00 Uhr Gestalten mit Ton - Aufbaukeramik

05.03. 14:00 - 17:00 Uhr Bücher - und Lesekreis

12.03. 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 - 11:00 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:

Wegen der Veranstaltung „Musik am Nachmittag“ im Kaisersaal schließt der Klub am Montag, den 09.03 bereits um 12:00 Uhr.

Weitere Angebote:

Montag

02.03.	13:30 Uhr	Es trifft sich unsere Handarbeitsgruppe
09.03.	14:00 Uhr	im Kaisersaal „Musik am Nachmittag“
16.03.	13:30 Uhr	Es trifft sich unsere Handarbeitsgruppe
30.03.	13:30 Uhr	Es trifft sich unsere Handarbeitsgruppe

Dienstag

10.03.	14:00 Uhr	„Samowar mit Gänsehaut“ - unsere literarische Krimirunde
31.03.	14:00 Uhr	BINGO-Spass am Nachmittag

Mittwoch

04.03.	10:00 Uhr	Die fröhlichen Noten - Es trifft sich unser Singekreis
11.03.	10:00 Uhr	„Handyquatsch“ mit Willi - Gruppe 1
18.03.	10:00 Uhr	Die fröhlichen Noten - Es trifft sich unser Singekreis
25.03.	10:00 Uhr	„Handyquatsch“ mit Willi - Gruppe 2
	14:00 Uhr	Treffen der Selbsthilfegruppe Aphasie

Donnerstag

05.03.	14:00 Uhr	Kaffeeklatsch mit Quiz und guter Laune
12.03.	14:00 Uhr	Treffen der ehemaligen VS Am Studentenrasen
	14:00 Uhr	Kaffeeklatsch mit Quiz und guter Laune
19.03.	14:00 Uhr	Kaffeeklatsch mit Quiz und guter Laune
26.03.	14:00 Uhr	Kaffeeklatsch mit Quiz und guter Laune

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
		Termine: 03.03.2026, 17.03.2026, 31.03.2026
Mittwoch	13:00 - 14:00 Uhr	Englisch 1 (Anfänger)
		Start ab 18.03.2026
	14:15 - 15:45 Uhr	Englisch 2 (Fortgeschrittene)
		Start ab 18.03.2026
	13:00 - 15:30 Uhr	Spielesachmittag (offener Treff, alle sind herzlich eingeladen)
Donnerstag		
05.03.	14:00 - 17:00 Uhr	Tanz mit DJ Matthias
12.03.	14:00 - 17:00 Uhr	Tanz mit DJ Thomas
19.03.	14:00 - 17:00 Uhr	Tanz mit Musiker Vladi
26.03.	14:00 - 17:00 Uhr	Tanz mit DJ Torsten

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

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

Sprechzeiten:

Montag: 10:00-12:00 Uhr im Stadtteilzentrum Herrenberg, Stielerstraße 3

Donnerstag: 14:00-16:00 Uhr im Family Club, Ernst-Haeckel-Straße 17/18

Herrenberg, Sulzer Siedlung/ Hohenwinden

Frau Silke Wardius, Telefon: 0155 63710798

E-Mail-Adresse: s.wardius@jesus-projekt-erfurt.de

Sprechzeiten:

Jeden Dienstag: 10-12 Uhr im Begegnungscafé, Alfred-Delp-Ring 78

Roter Berg

Bewegungsangebot im Freien

Am: 05.03.2026 um 14 Uhr (jeden 1. Donnerstag im Monat)

Ort: Treffen vor dem Teilhabezentrum, Tungerstr. 9

anschließend Kaffee und Kuchen im Teilhabezentrum

weitere Informationen unter: 0155 637 107 98

Ländliche Ortsteile der Stadt Erfurt

Frau Felicitas Kaonga, Telefon: 0176 48 99 22 42

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:

„Kaffeklatsch“ mit AGATHE in Zusammenarbeit mit dem OTB

Am: 03. März von 15-16 Uhr (jeden 1. Dienstag im Monat)

Ort: Bürgerhaus Bischleben, Lindenplatz 8

Gottstedt:

Beratungs-Café

Am: 05. März von 14-16 Uhr (jeden 1. Donnerstag im Monat)

Ort: Bürgerhaus Gottstedt, Kleine Dorfstraße 13

Thema: Ablauf u. Inhalt der Pflegeberatung – Referent Hr. Bruhns von der AOK

Bewegungsangebot

Am: 26. März 14-15 Uhr (jeden 4. Donnerstag im Monat)

Ort: Bürgerhaus Gottstedt, Kleine Dorfstraße 13

Gispersleben:

Beratungs-Café

Am: 18. März von 15-16 Uhr (jeden 3. Mittwoch im Monat)

Ort: Martin-Niemöller-Haus Gispersleben

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

Spaziergang rund um den Johannesplatz

am: 26.3.2026 Donnerstag, von 13.30-14.30 Uhr

Ort: am Eingang des Hauses Eislebener Straße 3

Moskauer Platz

Frau Bender, Tel.: 0176/34505645

Email: agathe.moskauerplatz@mmev.de

Sprechzeiten:

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

Veranstaltungen:

Spaziergang durch die Gera-Aue

am: 13.3.2026 um 12.30 Uhr

Ort: Treffpunkt am Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114, (Dauer ca.
1 Stunde), ohne Anmeldung

Infoveranstaltung zum Thema Vorsorgevollmacht

Am: 17.03.2026 um 10 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114, 99091 Erfurt

Um Anmeldung wird gebeten unter 0176-34505645

Offene Sprechstunde der Schuldnerberatung

Am: 26.03.2026 14 – 16 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Moskauer Straße 114, 99091 Erfurt

Keine Anmeldung erforderlich

Mediensprechstunde – Hier lernt man den Umgang mit technischen Geräten 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
24.03.2026 09.30 - 11.30 Uhr

Saal des Schutzbundes für Senioren und Vorruheständler,
Juri-Gagarin-Ring 58
Die Sitzung ist öffentlich. Um Voranmeldung wird gebeten.

03.03.2026 und 31.03.2026 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

17.03.2026 14.00- 15.00 Uhr

Der Playstore – Mit dem Smartphone Anwendungen (Apps) entdecken

In dieser Schulung lernen Sie den Playstore kennen. Dieser virtuelle Supermarkt bietet Ihnen unzählige Möglichkeiten, Ihr Smartphone mit nützlichen Apps zu erweitern. Dabei lernen Sie nicht nur, nach Apps zu suchen und diese herunterzuladen, sondern Apps auch nach ihren Funktionen, ihrer Sicherheit und versteckten Kosten zu bewerten.

Kostenfrei. 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 gekochtes 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 Vorruehst ndler Thüringen e.V.
Kompetenz-und Beratungszentrum
Juri-Gagarin-Ring 64, 99084 Erfurt

Ansprechpartnerinnen: Frau Jutta Gerhardt (Vorsitzende)
Frau Anke Penner

E-Mail: info@seniorenschutzbund.org

Internet: www@seniorenschutzbund.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 möglich.

Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620775 bei Frau M ller.

Englisch

Montag (Anfängerkurs)	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 Elkanova (Konversation)
Mittwoch	10:30 – 12:00 Uhr	mit Herrn Korda (Konversation)
Donnerstag	14:00 – 15:30 Uhr	mit Frau Sanfratello (Anfängerkurs)

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!

Donnerstag

10:00 – 11:30 Uhr

Creativ Club,

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

Finde deine Mitte mit Tai Chi.

Wir starten ab Februar 2026, dienstags von 13:00 -14:00 Uhr mit einem Tai Chi-Kurs. In diesem Kurs lernst du fließende Bewegungen, die Körper und Geist stärken, Stress reduzieren und deine Beweglichkeit verbessern.

Starte jetzt deinen Weg zu mehr Balance. Genauer Start und weitere Informationen sowie Anmeldungen bei Frau Müller unter Tel.: 0361 – 262 0775

Im **März 2026** beginnt **Kurs 2** zur Gewaltprävention und Selbstverteidigung für Senioren und Seniorinnen.

Der Kurs beinhaltet unter anderem die Themen:

- Betrugsprävention (z.B. Enkeltrick, Schockanruf, Haustürbetrug)
- Verhalten bei unangenehmen Begegnungen oder Belästigungen
- Grundlagen der Selbstverteidigung für Senior*innen
- Einsatz von Alltagsgegenständen zur Verteidigung
- Schutz in Bus und Bahn, im Hausflur, im Park oder Supermarkt

Die Termine finden immer mittwochs vom **11.03. – 13.05.2026**, von 14:30 – 15:30Uhr im Sportraum des SBSV, Juri- Gagarin- Ring 64, statt.

Melden Sie sich an unter: 0361 – 2620775 (Frau Müller), 0361 – 2620735 (Sekretariat)

Email:mueller@seniorenschutzbund.org

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@seniorenenschutzbund.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 Koordination 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 (Koordination von Angebot und Nachfrage)

* Konzipierung von ehrenamtlichen Initiativen und Projekten, deren Begleitung sowie der Qualifizierung und Motivation bürgerschaftlich Engagierter

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

06. März, Freitag	10:00 Uhr	Seniorensport mit Olga Heinzl
10. März, Dienstag	13:00 Uhr	Frauentagsfeier
20. März, Freitag	10:00 Uhr	Seniorensport mit Olga Heinzl
24. März, Dienstag	13:00 Uhr	Pflegeberatung mit Stefan Wolfram
27. März, Freitag	10:00 Uhr	Seniorensport mit Olga Heinzl
31. März, Dienstag	13:00 Uhr	Osterkaffee

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 04.03.2026 14:30 Uhr Gruppennachmittag OG 152

Montag 05.03.2026 14:00 Uhr Senioren Post

Montag 09.03.2026 13.30 Uhr Treffen der Fröhlichen Rund

Mittwoch 11.03.2026 15:00 Uhr Tanz auf dem Ringelberg (Voranmeldung)

Donnerstag 19.03.2026 14:00 Uhr Gruppennachmittag OG 252

Montag 23.03.2026 14:00 Uhr Gruppennachmittag OG 033

Montag 30.03.2026 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:

04.03.26 Pflegekaffee Thema: „mobil im Alter/ sicher im Straßenverkehr“ (immer 1. Mittwoch/ Monat) **15-16:30 Uhr- Gesprächsrunde für pflegende Angehörige** mit Betreuungsangebot

04.+11.03.26 17 Uhr Pilates

09.03.26 10 Uhr Weltgebetstag -Nigeria (Andacht mit Landinformation)

10.03.26 9:30 Uhr- Vortrag „Patientenverfügung“ (Frau Gohles)

14.03.26- 8-16 Uhr- „Nachbarschaftskurs“ nach § 45 SGB XI- Anmeldung erforderlich- Tel.: 0361-554585120 oder Mail: A.Beuchel@diakonie-wl.de

18.03.26 14:15 Uhr- kleines Konzert mit „Music New“ (Spende erwünscht)

18.03.26 19 Uhr offener Spieleabend- Mittwochs-

19.03.26 19 Uhr Passionsandacht (Kaufmannsgemeinde)

25.03.26 19 Uhr- Ringelbergkreis- Gesprächskreis Kaufmannsgemeinde

26.03.26 19 Uhr Passionsandacht (Kaufmannsgemeinde)

31.03.26 10-12 Uhr Ostermarkt in der Begegnungsstätte

**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.

**Alte deutsche Schrift Kurrentschrift Sütterlin Historische Quellen lesen lernen
Einführung in das Lesen historischer Quellen in Schreibschrift**

Kursnr.: 26-10196

Beginn: Montag, ab 02.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr, 3 Wochen

Gebühr: 24,00 Euro, ermäßigt 19,20 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Dr. Antje Bauer

Bildbearbeitung mit der freien Software GIMP® - Grundkurs

Kursnr.: 26-52020

Beginn: 03.03.2026 – 31.03.2026, dienstags, jeweils 17:00 - 20:10 Uhr

Gebühr: 80,00 EUR, erm. 64,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Boris Hajdukovic

Richtig düngen

Kursnr.: 26-11514

Beginn: Dienstag, 03.03.2026, 17:00 bis 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Ruth Bredenbeck

Smartphone (Betriebssystem Android) - Grundlagen Handykurs

Kursnr.: 26-54001

Beginn: 03.03.2026 – 31.03.2026, dienstags, jeweils 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 40,00 EUR, erm. 32,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Martin Scholz

iPhone - Grundkurs

Kursnr.: 26-54030

Beginn: 04.03.2026 – 18.03.2026, mittwochs, jeweils 17:00 - 20:10 Uhr

Gebühr: 48,00 EUR, erm. 38,40 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Florian Zipplies

Generative KI verstehen und nutzen – Kurs für Senior:innen

Kursnr.: 26-53021

Beginn: 04.03.2026 – 03.06.2026, jeden 1. Mittwoch im Monat, jeweils 10:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 48,00 EUR, erm. 38,40 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Stephan Schug

Das menschengemachte Artensterben im Anthropozän

Kursnr.: 26-10250

Beginn: Mittwoch, 04.03.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans Joachim Beecken

VHS Kolleg Vieselbach KI im Alltag

Kursnr.: 26-11071

Beginn: Mittwoch, 04.03.2026, 14:00 bis 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

Kooperation mit der Adventgemeinde

Kursnr.: 26-10752

Beginn: Mittwoch, 04.03.2026, 19:00 bis 20:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Adventgemeinde Erfurt, Walter Gropius Straße 2

Dozent: Norbert Gelke

Alte deutsche Schrift Fraktur Einführung in das Lesen historischer Quellen in gebrochener Schrift

Kursnr.: 26-10197

Beginn: Donnerstag, 05.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Dr. Antje Bauer

Der Anger als Industriezentrum Wandel eines Stadtzentrums im Industriezeitalter

Kursnr.: 26-10144

Beginn: Samstag, 07.03.2026, 13:00 bis 15:00 Uhr

Gebühr: 10,00 Euro

Kursort: Alter Angerbrunnen

Dozent: Richard Schaefer

Mongolei Salzseen in der Wüste Gobi

Kursnr.: 26-11019

Beginn: Dienstag, 10.03.2026, 19:00 bis 20:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Kleine Synagoge

Dozent: Roy Müller

Die fünf vergangenen Artensterben

Kursnr.: 26-10251

Beginn: Mittwoch, 11.03.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans Joachim Beecken

Vorsorgevollmacht als Instrument der rechtlichen Vertretung

Kursnr.: 26-10519

Beginn: Mittwoch, 11.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Birgit Kompe

Rentenbesteuerung

Kursnr.: 26-59020

Beginn: Montag, 16.03.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: 8,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozentin: Anja Ruhland

Was sagt man denn jetzt bloß Wie man Trauernden beistehen kann

Kursnr.: 26-10607

Beginn: Dienstag, 17.03.2026, 19:00 bis 20:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Pfarrer Bernd Prigge

Einbruchsschutz und Betrugsprävention im Alltag

Kursnr.: 26-11705

Beginn: Dienstag, 17.03.2026, 14:00 bis 15:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans Joachim Kuhnsch

„Da fehlen mir die Worte“ - Argumentationstraining für schlagfertige Reaktionen

Kursnr.: 26-10017

Beginn: Mittwoch, 18.03.2026, 17:00 – 19:15 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozentin: Arbeit und Leben Thüringen

Adam Ries, seine Rechenbücher und sein Wirken in der Erfurter Zeit

Kursnr.: 26-10175

Beginn: Mittwoch, 18.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Manfred Weidauer

Das Insektensterben und seine Auswirkungen

Kursnr.: 26-10252

Beginn: Mittwoch, 18.03.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans Joachim Beecken

Stadtrundgang Jüdische Denknadeln Verachtet, vernichtet, vergessen

Kursnr.: 26-10149

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 16:30 bis 18:00 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Reglerkirche

Dozent: Richard Schaefer

Verkehrsteilnehmerschulung Aktuelle Neuerungen im Straßenverkehr sicher unterwegs mit dem neuesten Wissen

Landesprojekt der Landesverkehrswacht Thüringen

Kursnr.: 26-11706

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Silke Marktscheffel

Sizilien Perle im Mittelmeer

Kursnr.: 26-11018

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 19:00 bis 20:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Roland Adlich

Exkursion Weimar Aus Geschichte lernen Besuch des Museums Zwangsarbeit im Nationalsozialismus

Kursnr.: 26-10280

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 09:17 Uhr Abfahrt Erfurt Gleis 8, 10:00 Uhr Führung im Museum

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

Kursort: außer Haus, Museum Zwangsarbeit Weimar

Leitung: Susanne Scharschmidt

Adam Ries, seine Rechenbücher und sein Wirken in der Erfurter Zeit

Kursnr.: 26-10175

Beginn: Mittwoch, 18.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Manfred Weidauer

Das Insektensterben und seine Auswirkungen

Kursnr.: 26-10252

Beginn: Mittwoch, 18.03.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans Joachim Beecken

Stadtrundgang Jüdische Denknadeln Verachtet, vernichtet, vergessen

Kursnr.: 26-10149

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 16:30 bis 18:00 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Reglerkirche

Dozent: Richard Schaefer

Verkehrsteilnehmerschulung Aktuelle Neuerungen im Straßenverkehr sicher unterwegs mit dem neuesten Wissen

Landesprojekt der Landesverkehrswacht Thüringen

Kursnr.: 26-11706

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Silke Marktscheffel

Sizilien Perle im Mittelmeer

Kursnr.: 26-11018

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 19:00 bis 20:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Roland Adlich

Exkursion Weimar Aus Geschichte lernen Besuch des Museums Zwangsarbeit im Nationalsozialismus

Kursnr.: 26-10280

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 09:17 Uhr Abfahrt Erfurt Gleis 8, 10:00 Uhr Führung im Museum

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

Kursort: außer Haus, Museum Zwangsarbeit Weimar

Leitung: Susanne Scharschmidt

Online Kurs: Ehrenamt: Haushalten und Buchführen

Kursnr.: 26-10024

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: online

Dozent: Wolfgang Schiemenz

Aktien und Börse für Einsteiger

Kursnr.: 26-10309

Beginn: Freitag, 20.03.2026, 18:00 bis 21:00 Uhr, und Samstag, 21.03.2026, 10:00 bis 16:00 Uhr

Gebühr: 48,00 Euro, ermäßigt 38,40 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Philipp Stichling

Stadtrundgang Erfurts große Klosterkirchen entdecken

Kursnr.: 26-10135

Beginn: Samstag, 21.03.2026, 14:00 bis 15:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Haus Dacheröden

Dozent: Ralf Dieter May

Geschichte des Erfurter Schottenklosters

Kursnr.: 26-10172

Beginn: Montag, 23.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: 8,00 Euro

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Ralf Dieter May

Nahrungsquelle Meer Fisch, Algen und Co mit Verantwortung genießen

Kooperationsveranstaltung mit der Verbraucherzentrale Thüringen e.V.

Kursnr.: 26-19009

Beginn: Dienstag, 24.03.2026, 17:00 bis 18:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozentin: Tina Hanke

Online: Grundlagen der generativen KI – einfach erklärt für Engagierte

Kursnr.: 26-10029

Beginn: Dienstag, 24.03.2026, 17:00 – 19:15 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: online

Dozent: Stephan Schug

Wie können Sie Ihre Daten im Alltag und Job einfach und sicher schützen?

Kursnr.: 26-51090

Beginn: Dienstag, 24.03.2026, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Robby Schäfer

Bedrohte Arten in Thüringen

Kursnr.: 26-10253

Beginn: Mittwoch, 25.03.2026, 18:40 bis 20:10 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7

Dozent: Hans Joachim Beecken

Sicher im Netzwerk: Schützen Sie Ihre Geräte und Daten

Kursnr.: 26-51092

Beginn: Donnerstag, 26.03.2026, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 12,00 EUR

Kursort: Volkshochschule Erfurt, Schottenstraße 7, 99084 Erfurt

Dozent: Robby Schäfer

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
E-Mail: kontakt@dacheröden.de **Tel.:**
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:

Sonntag, 01.03. 18 Uhr Lesung *Eintritt: 12 €/erm. 10 €* FRÜHLINGSLESE
ANKE ENGELMANN: BLENDER – BUCHPREMIERE

Dienstag, 03.03. 18:00 Uhr Vortrag *Eintritt: 5 €/Mitglieder frei*
VORTRAG: THOMAS MANNS GOETHE ROMAN „LOTTE IN WEIMAR“
Veranstalter: Goethe-Gesellschaft Erfurt e. V.

Dienstag, 03.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16 €/erm. 14 €* FRÜHLINGSLESE
MATTHIAS QUENT: KEINE MACHT DER OHNMACHT
In Kooperation mit der Heinrich-Böll-Stiftung

Mittwoch, 04.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16 €/erm. 14 €* FRÜHLINGSLESE
BIJAN MOINI: 2033
In Kooperation mit dem Katholischen Forum im Land Thüringen

Samstag, 07.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16 €/14 €* FRÜHLINGSLESE
HANNAH LÜHMANN: HEIMAT
In Kooperation mit der Friedrich-Ebert-Stiftung / Landesbüro Thüringen, der Beauftragten für die Gleichstellung von Frau und Mann des Freistaates Thüringen

Sonntag, 08.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16 €/erm. 14 €* / FRÜHLINGSLESE
ANNETTE SCHUHMAN: WIR SIND ANDERS
In Kooperation mit KRAFTWERKE – Culture.Equality.Now!

Montag, 09.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16€ / erm. 14 € / FRÜHLINGSLESE*
ULLI LUST: DIE FRAU ALS MENSCH
In Kooperation mit KRAFTWERKE – Culture.Equality.Now!

Dienstag, 10.03. 19:30 Uhr *Eintritt: 10 € / FRÜHLINGSLESE*
POLITISCHER SALON:
FEMIZIDE - WOHER KOMMT GEWALT GEGEN FRAUEN?
*In Kooperation mit KRAFTWERKE – Culture.Equality.Now! Veranstalter:
Erfurter Herbstlese e.V., Katholisches Forum im Land Thüringen und MDR
Thüringen*

Dienstag, 10.03. 19:30 Uhr Kino *Eintritt: 8 € / FRÜHLINGSLESE*
KINO IM SALON SPECIAL: KURZFILMABEND THEMA: „HERKUNFT“

Mittwoch, 11.03. 16 Uhr Lesung ab 4 Jahre / *Eintritt frei*
BILDERBUCHKINO: DR. BRUMMT BAUT EIN HAUS
VON DANIEL NAPP

Mittwoch, 11.03. 19:30 Uhr Bingo *Eintritt: ein Buch*
DACHERÖDEN BUCHBINGO mit KARIN BAIER
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Donnerstag, 12.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16 € / erm. 14 € / FRÜHLINGSLESE*
REBEKKA ENDLER: WITCHES, BITCHES, IT-GIRLS
*In Kooperation mit der Heinrich-Böll-Stiftung und KRAFTWERKE –
Culture.Equality.Now!*

Dienstag, 17.03. 16 Uhr Workshop für Kinder von 9 bis 11 Jahre / *Eintritt frei*
KLUB DER KLEINEN PHILOSOPH:INNEN
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Dienstag, 17.03. 18:30 Workshop *Gebühr: 10 € / erm. 7 €*
WORKSHOP: PHILOSOPHY AFTER WORK
MIT DIETLINDE SCHMALFUß-PLICHT
Anmeldung: info@philosophie-milan.de

Mittwoch, 18.03. 19:30 Uhr Kino *Eintritt: 8 €*
KINO IM SALON ERLESENE FILME: KLEINER MANN – WAS NUN?

Mittwoch, 18.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16 €/erm. 14 € / FRÜHLINGSLESE*
PEGGY MÄDLER: SELBSTREGULIERUNG DES HERZENS

Dienstag, 19.03. 19:30 Uhr Vortrag *Eintritt: 16 € / 14 € erm.*
DACHERÖDEN **ON TOUR: ABENTEUERREISEN** MIT KLEINKINDERN

Dienstag, 24.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 12 € / 10 € erm. / FRÜHLINGSLESE*
JUSTUS VON DANIELS: DIE CORRECTIV STORY
In Kooperation mit dem Katholischen Forum im Land Thüringen

Mittwoch, 25.03. 16 Uhr Lesung ab 4 Jahre / *Eintritt frei*
BILDERBUCHKINO: **DER KLEINE WASSERMANN**
VON OTFRIED PREÜßLER

Mittwoch, 25.03. 19:30 Uhr Quiz *Eintritt frei*
TABLEQUIZ: DACHERÖDEN SUCHT DAS BESTE RATETEAM
Anmeldung: dacheroeden.de / 0361 64412375

Mittwoch, 25.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 12 € / erm. 10 € /*
FRÜHLINGSLESE **VANESSA GÖCKING: DIE LIEBE IN DIR**

Donnerstag, 26.03. 19 Uhr Vortrag *Eintritt frei*
VORTRAG: **FRECHE FRAGEN AN ÄRZT: INNEN DER ZENTRAKLINIK BAD BERKA**
Veranstalter: Zentralklinik Bad Berka

Donnerstag, 26.03. 19 Uhr Lesung *Eintritt: 10 € / erm. 8 € / FRÜHLINGSLESE*
VALERIA ANSELM: DAS IST (NICHT) MEIN ZUHAUSE

Freitag, 27.03. 19:30 Uhr Konzert *Eintritt: 22 € / erm. 20 €*
DACHERÖDEN IN CONCERT: WENN DAS ALLES IST – HILDE100

Samstag, 28.03. 10-15 Uhr Workshop *Gebühr: 55 € / erm. 42 €*
WORKSHOP **KREATIVES SCHREIBEN**
MIT ANKE ENGELMANN
Anmeldung: engelmann@poesiebuero.de / 01522 9477982

Sonntag, 29.03. 19:30 15 - 18 Uhr *Eintritt: 8 € / erm. 5 €*
TANZ: **CAFÉ DEL TANGO** *In Kooperation mit dem Tango Argentino e.V.*

Sonntag, 29.03. 19:30 Uhr Lesung *Eintritt: 16 € / erm. 14 € / FRÜHLINGSLESE*
IRINA SCHERBAKOWA: DER SCHLÜSSEL WÜRDE NOCH PASSEN.
MOSKAUER ERINNERUNG *In Kooperation mit der Friedrich-Ebert-Stiftung / Landesbüro Thüringen*

Dienstag, 31.03. 18 Uhr Vortrag *Eintritt: 5,- € / Mitglieder frei*
VORTRAG: „**DIE TÖCHTER DES ZAUBERERS**“

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

Ansprechpartner:

Programm liegt vor Ort aus.

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 vorbehalten!

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 Freigeränk (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 Neuberechnung 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

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