

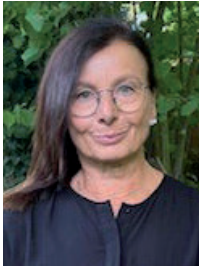
AKTIV SENIOREN IN MELSUNGEN DABEI.

Ausgabe
Zweites Halbjahr
2026



Juli bis Dezember 2026

Grußwort der Seniorenbeauftragten



Liebe Seniorinnen und Senioren in Melsungen,

die erste Hälfte des Jahres liegt bereits hinter uns, eine Zeit voller kleiner und großer Momente. Nun wenden wir uns der zweiten Jahreshälfte zu, die neue Begegnungen für uns bereithält.

Der Sommer schenkt uns noch viele helle Tage und Momente unter freiem Himmel bevor der Herbst Einzug hält- eine Zeit der Farben und der Besinnung. Freuen wir uns darauf, ihn gemeinsam zu erleben bei Veranstaltungen vielfältiger Art. Beim Kaffeetrinken, Mittagessen, bei Spielenachmittagen, digitalen und kulturellen Angeboten, bei Bewegungsmöglichkeiten und gemeinsamen Ausflügen-hier sollte jeder etwas Passendes finden.

Sprechen Sie mich an bei Fragen rund um Pflege, Versorgung, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, ich unterstütze Sie gerne bei diesen Angelegenheiten.

„Mit den bunten Farben des Herbstes lernen wir die Freuden des Lebens zu schätzen“

Ich freue mich auf Sie,

Heidi Sostmann

Grußwort des Bürgermeisters



Liebe Seniorinnen und Senioren,

mit großer Freude darf ich Ihnen das neue Programmheft für die kommende Sommer- und Herbstzeit vorstellen.

Es ist erneut gelungen, ein vielseitiges und ansprechendes Angebot zusammenzustellen, das Begegnung, Aktivität und Lebensfreude in den Mittelpunkt stellt.

Unter dem Motto „**Kommen Sie mit uns in Bewegung – gemeinsam durch Sommer und Herbst**“ laden wir Sie herzlich ein, Neues auszuprobieren,

Altbewährtes wiederzuentdecken und vor allem miteinander Zeit zu verbringen. Denn gerade die gemeinsamen Momente – beim Austausch, bei Veranstaltungen oder bei kleinen Ausflügen – machen unser Miteinander in Melsungen so besonders.

Das Programm bietet zahlreiche Gelegenheiten, aktiv zu bleiben, Kontakte zu pflegen und neue Impulse zu erhalten. Ob kulturelle Angebote, gesellige Treffen oder bewegungsorientierte Aktivitäten – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Nutzen Sie diese Möglichkeiten, um Ihren Alltag abwechslungsreich zu gestalten und Teil unserer lebendigen Gemeinschaft zu sein.

Mir ist es ein großes Anliegen, dass Sie sich in unserer Stadt gut aufgehoben fühlen. Deshalb möchte ich Sie ermutigen: Kommen Sie vorbei, machen Sie mit und bringen Sie sich ein. Ihre Teilnahme bereichert das Leben in unserer Stadt auf ganz besondere Weise.

Ich wünsche Ihnen viele schöne Begegnungen, inspirierende Erlebnisse und vor allem Freude bei den Angeboten dieses Programmheftes.

Herzliche Grüße

Ihr Timo Riedemann



Inhaltsverzeichnis

Demenz-Sprechstunde	7
Offene Spinnstube	9
Kaffeekränzchen	11
Spielenachmittag	13
Digital-Sprechstunde	15
Gemeinsam unterwegs – ein Spaziergang in Melsungen	17
Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs	19
Smart Café	21
Achtsamer Spaziergang	23
Gemeinsames Mittagessen	25
Grillfeier	27
Café Lichtblick	29
Treffen für pflegende Angehörige	31
»Das Wunder von Bern« – Freilichtbühne Hallenberg	33
Ganzheitliches Gedächtnistraining	35
Besuch des Hessischen Landtages in Wiesbaden	37
Bewegung im Sitzen	39
Tanztee	41
Busfahrt zum Früchteteppich nach Sargenzell	43
Moderater Sport	45
Besuch des Weihnachtsmarkts in Quedlinburg	47
Wanderungen für die sportlichen und junggebliebenen Senior*innen	49
Literaturgespräch	51
Terminübersicht	53
Erinnern Sie sich noch ...?	55

Demenz-Sprechstunde



Demenz-Sprechstunde für Betroffene und deren Angehörige

Frau Birgit Schwalm, Trainerin im Bereich Altersdemenz, Erinnerungspflege und Validation, berät Betroffene und Angehörige in allen Fragen rund um das Thema Demenz.

Termine:

jeweils Donnerstag

02. Juli

06. August

03. September

01. Oktober

05. November

03. Dezember

und nach Absprache

Uhrzeit:

16.30 Uhr

Ort:

Dienstleistungszentrum

(1. OG)

Eingang Sandstraße 13

Teilnahme:

kostenfrei

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte

der Stadt Melsungen

Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Offene Spinnstube für Jung und Alt



Handarbeiten aller Art, Stricken, Sticken, Häkeln, Schnuddeln

Die offene Spinnstube ist für alle Interessierten, die gerne handarbeiten, unabhängig vom Alter und den Fähigkeiten.

In gemütlicher Runde wird gehäkelt, gestrickt, gestickt, ... und natürlich auch erzählt und geschnuddelt.

Bitte Handarbeitsachen selbst mitbringen.



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Termine:

jeweils Montag

06. Juli

03. August

07. September

05. Oktober

02. November

07. Dezember

Uhrzeiten:

Juli & August:

18.00 bis 20.00 Uhr

September-Dezember:

17.00 bis 20.00 Uhr

Ort:

Harningsmühle

Huberg 4

34212 Melsungen

Teilnahme:

Kostenfrei

Veranstalter:



Kaffeekränzchen mit anschließendem Spielemittag





Jeden
zweiten
Dienstag

Termine:

jeweils Dienstag

07. Juli

21. Juli

04. August

18. August

15. September

29. September

13. Oktober

27. Oktober

10. November

24. November

08. Dezember

Uhrzeit:

14.30 Uhr

Ort:

Seniorentreff im
Mehrzweckraum über
der Stadtbücherei

Kosten:

6,50 Euro pro Termin

Veranstalter:

Verein „Aktiv dabei“

Anmeldungen

unter (05661) 708-214

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.



Spielenachmittag





Jeden
zweiten
Dienstag

Termine:

jeweils Dienstag

07. Juli

21. Juli

04. August

18. August

15. September

29. September

13. Oktober

27. Oktober

10. November

24. November

08. Dezember

Uhrzeit:

ab 15.00 Uhr

Ort:

Seniorentreff im
Mehrzweckraum
über der Stadtbücherei

Veranstalter:

Verein „Aktiv dabei“

Anmeldungen

unter (05661) 708-214

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.



Digital-Sprechstunde



Digital-Sprechstunde

Sprechstunde für Smartphone und andere digitale Endgeräte

Brauchen sie Hilfe beim Erwerb und bei der Bedienung von Geräten??

Sie haben weitere Fragen zu Computer, Smartphone, Tablet, E-Book, Apps, E-Mail, Skype, Virenschutz oder zu technischen Hilfsmitteln?

Die persönlichen Sprechstunden ist ein erweitertes Angebot zum Smart-Café, welches einmal im Monat stattfindet.



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de oder

E-Mail: digitalsprechstundemeg@gmail.com

Hinweis: Anmeldung erforderlich.

Termine:

Zweimal im Monat
jeweils Montag

06. Juli

20. Juli

03. August

17. August

07. September

21. September

05. Oktober

19. Oktober

02. November

16. November

07. Dezember

Uhrzeit:

14.00 bis 16.00 Uhr

Ort:

Seniorentreff im
Mehrzweckraum über
der Stadtbücherei

Leitung

Ulli Hofmann

Eintritt:

Kostenfrei

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Gemeinsam unterwegs – ein Spaziergang in Melsungen mit Bewegungs- elementen





Rollatorgeeignet

Termine:

jeweils Montag

06. Juli

20. Juli

03. August

31. August

14. September

28. September

Uhrzeit:

10.00 bis 11.00 Uhr

Treffpunkt:

Vor der Stadtbücherei

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen

Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de



Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs



Moderate Radtouren, auch mit E-Bike möglich

Auf überwiegend flachen Strecken werden wir die nähere Umgebung erkunden.

Am Zielort werden wir eine Pause einlegen, bevor es in gemütlichem Tempo zurück nach Melsungen geht.

Termine:

jeweils Mittwoch

08. Juli

22. Juli

05. August

19. August

02. September

16. September

30. September

Uhrzeit:

09.00 Uhr

Treffpunkt:

vor der Stadtbücherei

Veranstalter:

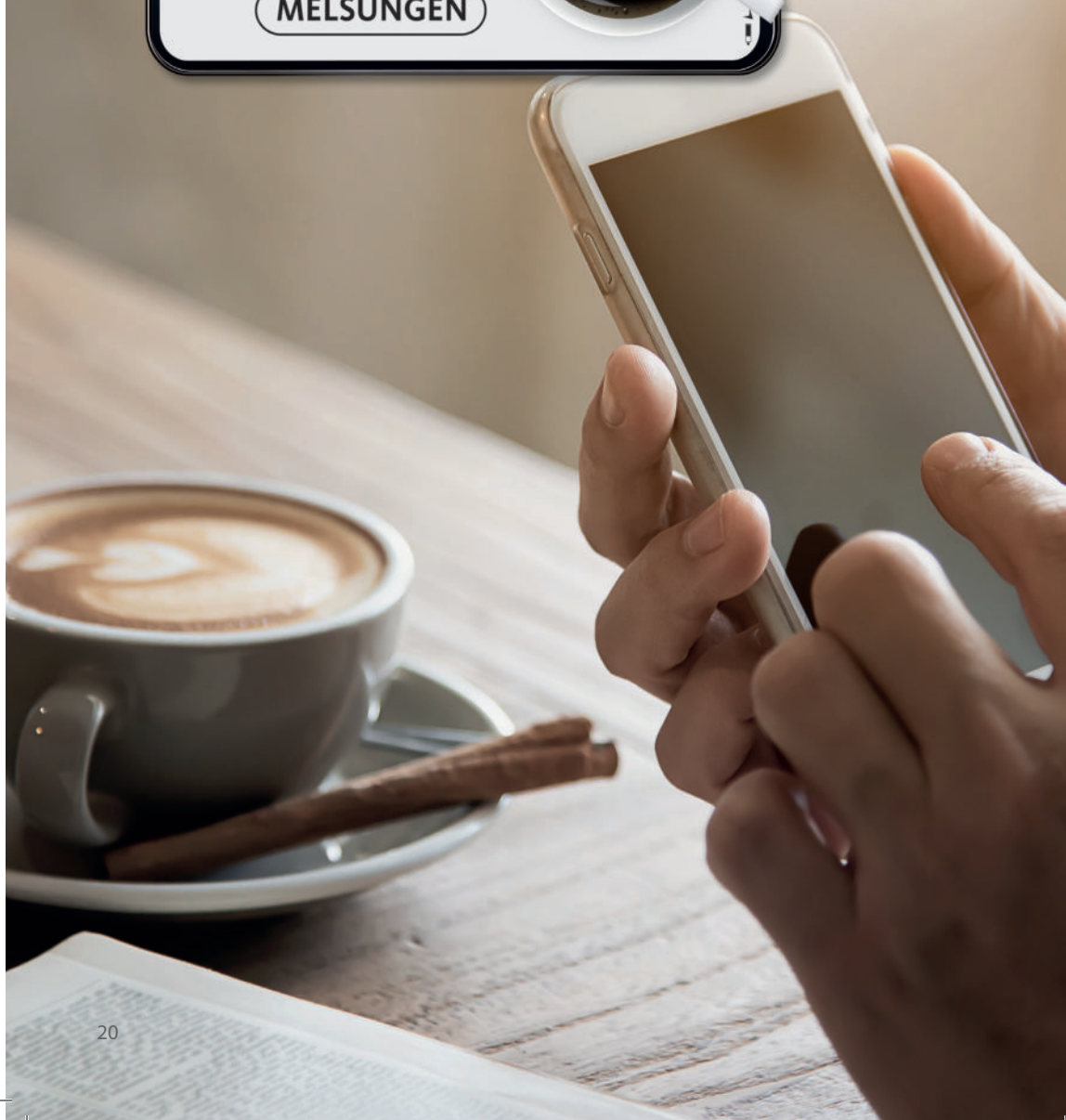
Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen

Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de





Smart-Café

- @ Gemeinsam erforschen wir die kleinen Computer (Smartphone und Tablet)
- @ Keine Vorkenntnisse mit dem Umgang digitaler Medien notwendig
- @ Bitte bringen Sie – falls vorhanden – das eigene Smartphone oder Tablet mit, damit Sie gleich damit üben können

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Termine:

jeweils Donnerstag

09. Juli

13. August

10. September

08. Oktober

12. November

17. Dezember

Uhrzeit:

14.30 bis 16.00 Uhr

Ort:

Seniorentreff im
Mehrzweckraum über
der Stadtbücherei

Teilnahme:

Kostenfrei

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Achtsamer Spaziergang



Miteinander an der frischen Luft bewegen und dabei ins Gespräch kommen.

Kombiniert wird der Spaziergang entlang der Fulda mit Achtsamkeitsübungen.

Jeden
zweiten
Montag



Bei Fragen zur Veranstaltung kontaktieren Sie gerne telefonisch unsere Geschäftsstelle unter 05661-9050290 oder Sabine Leukam per E-Mail: s.leukam@gesunder-sek-plus.de.

Termine:

Jeden zweiten Montag
im Monat

13. Juli
10. August
14. September
12. Oktober
09. November
14. Dezember

Uhrzeit:

14.00 bis 15.00 Uhr

Treffpunkt:

Bartenwetterbrücke

Teilnahme:

Kostenfrei

Veranstalter:

Gemeindepflegerin
Sabine Leukam

Anmeldung:

Keine Anmeldung



Gemeinsames Mittagessen

Jeden
zweiten
Dienstag



„Zusammen essen und miteinander ins Gespräch kommen“



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Termine:

jeweils Dienstag

14. Juli

28. Juli

11. August

25. August

08. September

22. September

06. Oktober

20. Oktober

03. November

17. November

01. Dezember

15. Dezember

Uhrzeit:

12.00 Uhr

Ort:

Seniorentreff im
Mehrzweckraum
über der Stadtbücherei

Kosten:

9,00 Euro

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Grillfeier



Grillfeier für Seniorinnen und Senioren

Freuen Sie sich auf einen kurzweiligen Abend mit Leckerem vom Grill und selbstgemachten Salaten, außerdem kühlen Getränken und beschwingter Musik.

Gutscheine für das Grillfest können zum Preis von 15,00 Euro bei der Seniorenbeauftragten erworben werden, Getränke werden am Abend direkt bezahlt.

Bitte eigenes Geschirr und Besteck mitbringen!



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Termin:

Donnerstag,
23. Juli

Uhrzeit:

16.30 Uhr

Ort:

Vor der Stadtbücherei

Kosten:

15,00 Euro pro Person


Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Café Lichtblick





Ein Angebot zur Trauerbewältigung

Trauer ist eine leidvolle Erfahrung,
sie umfasst den ganzen Menschen.

Trauernde fühlen sich oft allein.

Das Café Lichtblick ist ein unverbindliches
Angebot an Trauernde jeden Alters, zu dem wir
herzlich einladen.

Informationen:

Hospizdienst Melsunger Land:
(05661) 9261933

Trauerbegleiterin Petra Hochschorner:
(05662) 20 58

Trauerbegleiterin Ingeborg Schwanke:
(05661) 5 21 53

www.hospizgruppe.net

Termine:

Jeder letzter Mittwoch
im Monat

29. Juli

26. August

30. September

28. Oktober

25. November

Uhrzeit:

15.00 bis 17.00 Uhr

Ort:

Harningsmühle

Huberg 4

(Erdgeschoss)

Begleiterinnen:

Dipl. Psychologin

Petra Hochschorner

Pädagogin

Ingeborg Schwanke

Eintritt:

Kostenfrei

Veranstalter:

Hospizdienst

Melsunger Land

Café
Licht**blick** 

Treffen für pflegende Angehörige



Treffen für pflegende Angehörige

Menschen, die ihre Angehörigen pflegen und ihre demenzkranken Angehörigen betreuen, treffen sich, um sich auszutauschen. Hier wird pflegenden und betreuenden Angehörigen ein Raum gegeben, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Jeden vierten Montag im Monat,
von 15.00 bis 17.00 Uhr.



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Termine:

Jeden vierten Montag
im Monat

Uhrzeit:

15.00 bis 17.00 Uhr

Ort:

Seniorentreff im
Mehrzweckraum über
der Stadtbücherei

Teilnahme:

Kostenfrei

Veranstalter:

Gemeindepflegerin
Sabine Leukam
und
Seniorenbeauftragte
Heidi Sostmann



»Das Wunder von Bern« auf der Freilichtbühne in Hallenberg



Das Musical „Das Wunder von Bern“ ist viel mehr als nur ein Musical – Musik, Tanz und eine bewegende Geschichte verbinden sich zu einem Theatererlebnis, das alles bietet:

Lachen, Weinen, Jubeln und Mitfühlen.

Es begeistert Fußballfans genauso wie Musical-Liebhaber, denn es erzählt nicht nur von einem Sportereignis, sondern von Familie, Hoffnung und Gemeinschaft.



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Termin:

Dienstag,
01. September

Abfahrt:

14.00 Uhr am Sand in
Melsungen

14.15 Uhr Busbahnhof
Melsungen

Vorstellungsbeginn:

ca. 17.00 Uhr

Rückfahrt:

ca. 19.30 Uhr

Kosten:

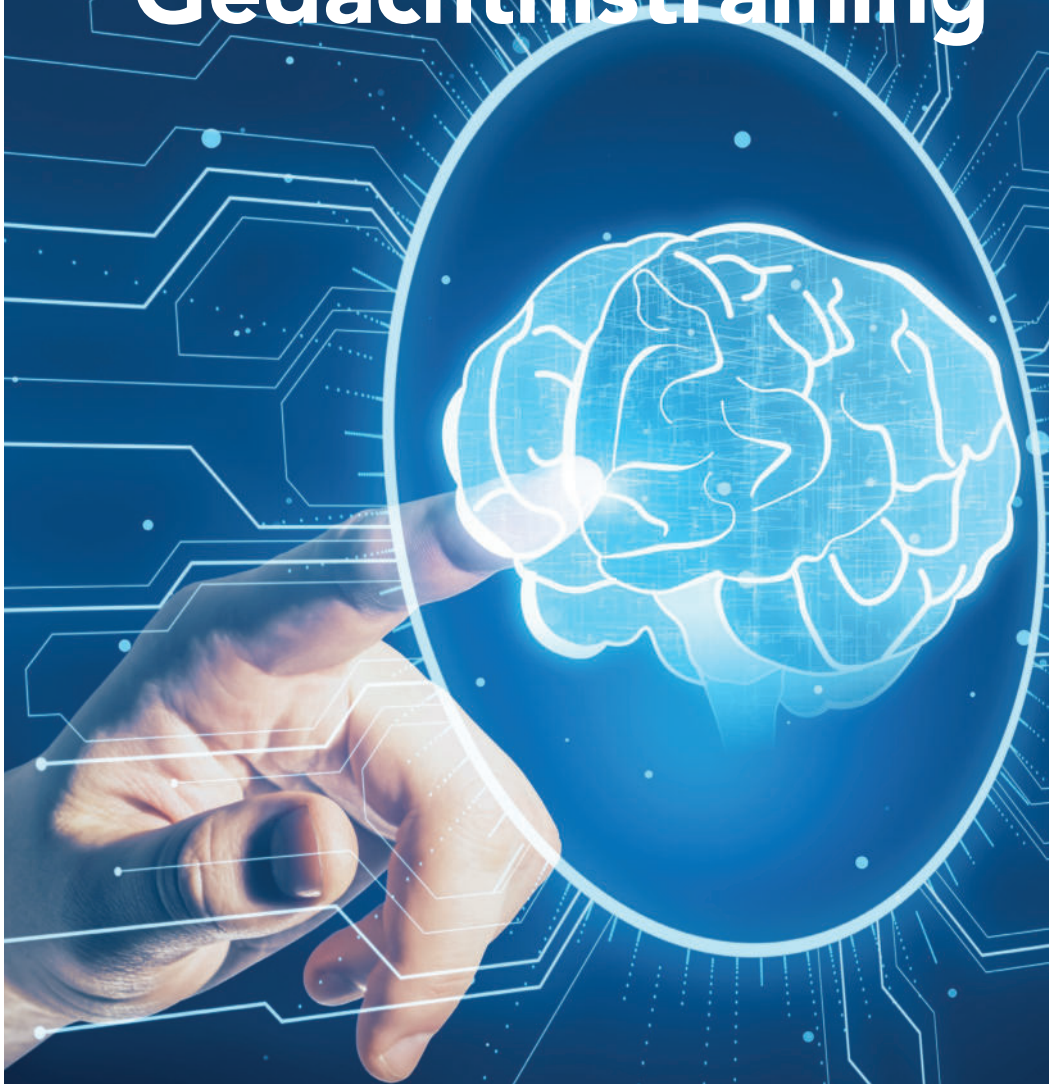
50,00 Euro pro Person

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Ganzheitliches Gedächtnistraining



Ganzheitliches Gedächtnistraining

Im Gemeinschaftsraum über der Bücherei, freitags von 15.00 bis 16.00 Uhr.

Im Vordergrund stehen die 12 Trainingsziele des ganzheitlichen Gedächtnistrainings vom Bundesverband für Gedächtnistraining e.V.

Bewegungsübungen ergänzen die Wahrnehmung und fördern Körperkoordination sowie das Gleichgewicht. Der Austausch in der Gruppe bietet an, die Kommunikationsfähigkeit zu schulen.

Denkflexibilität, Fantasie und Kreativität, Wortfindung, Strukturieren, Konzentration, Zusammenhänge erkennen, Wahrnehmung, Urteilsfähigkeit, Merkfähigkeit, Formulierung, Logisches Denken und Assoziationsfähigkeit sind die Trainingsziele der Senioren.

Termine:

(8 aufeinanderfolgende Termine)

09. Oktober

16. Oktober

23. Oktober

30. Oktober

13. November

20. November

27. November

(Doppelstunde)

Uhrzeit:

15.00 bis 16.00 Uhr

Ort:

Seniorentreff im Mehrzweckraum über der Stadtbücherei

Leitung:

Ursula Jedamski

Kosten:

5,00 Euro pro Termin

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte der Stadt Melsungen

Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Besuch des Hessischen Landtages in Wiesbaden



Mit dem Bus geht es in die Landeshauptstadt nach Wiesbaden. Dort wird es Zeit zur freien Verfügung geben bevor Politik hautnah im Landtag erlebt werden kann.

Nach einer PowerPoint Präsentation werden wir an einer Plenarsitzung teilnehmen. Im Anschluss findet ein Gespräch mit einem Landtagsabgeordneten statt.

Freuen Sie sich auf einen interessanten Tag in Wiesbaden.



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Termin:

Dienstag,
29. September

Abfahrt:

09.00 Uhr Busbahnhof
Melsungen

Rückfahrt:

ca. 18.30 Uhr

Kosten:

kostenfrei

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Bewegung im Sitzen



Bewegung im Sitzen mit verschiedenen Materialien

Übungen in den Bereichen Koordination, Beweglichkeit und moderate Kräftigung werden durchgeführt, um die Alltagsbeweglichkeit bis ins hohe Alter zu erhalten.



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Termine:

jeweils Montag

05. Oktober

12. Oktober

19. Oktober

26. Oktober

16. November

23. November

Uhrzeit:

10.00 bis 11.00 Uhr

Ort:

Seniorentreff im
Mehrzweckraum über
der Stadtbücherei

Teilnahme:

Kostenfrei

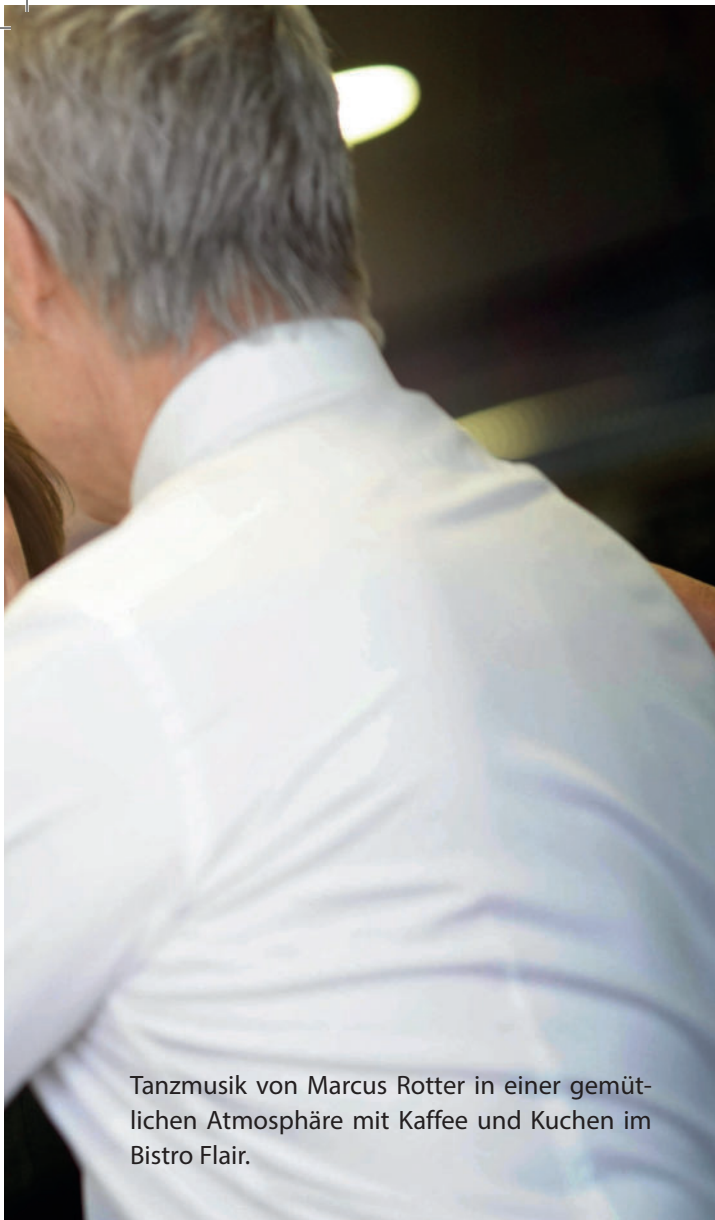
Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Tanztee





Tanzmusik von Marcus Rotter in einer gemütlichen Atmosphäre mit Kaffee und Kuchen im Bistro Flair.

Termine:

10. Oktober
07. November
05. Dezember

Uhrzeit:

15.00 bis 17.00 Uhr

Ort:

Bistro Flair im
Waldschwimmbad
Melsungen

Eintritt:

10,00 Euro
(4 Euro Eintritt und
6 Euro Verzehrgut-
schein für ein Stück
Kuchen und eine Tasse
Kaffee)

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen
und Bistro Flair

Anmeldungen

bei Manuela Wenzel (Bistro Flair),
Tel.: 05661 9299081

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de





Busfahrt zum Früchteteppich nach Sargenzell



Ein Kleinod besonderer Art ist in der Alten Kirche in Sargenzell zu finden: Seit 1988 entsteht jährlich zum Erntedankfest ein riesiger Früchteteppich aus natürlichen Früchten, Samenkörnern und gemahlene Blumen- und Blütenblättern mit jeweils wechselnden Motiven.

Es wird eine ca. 30-minütige Besichtigung geben, im Anschluss steht Zeit zur freien Verfügung.

Termin:

Donnerstag,
15. Oktober

Abfahrt:

09.00 Uhr am Sand in
Melsungen

09.15 Uhr Busbahnhof
Melsungen

Rückfahrt:

ca. 14.00 Uhr

Kosten:

22,00 Euro pro Person

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen

Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Moderater Sport





Moderater Sport in der Gruppe zur Erhaltung der Mobilität und Alltagsbeweglichkeit im Alter

Bewegungsübungen im Stehen und Sitzen mit
verschiedenen Übungsmitteln

Jeden
Freitag

Termin:

jeweils Freitag

Uhrzeit:

10.00 bis 11.00 Uhr

Ort:

Harningsmühle
Huberg 4

Leitung:

Ruth Happel

Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.



Besuch des- Weihnachts- marktes in Quedlinburg



In der malerischen Altstadt von Quedlinburg, einem UNESCO-Welterbe, erwartet Besucher eine weihnachtliche Welt voller Tradition und Romantik.

Der Quedlinburger Weihnachtsmarkt lädt mit duftendem Glühwein und handgefertigtem Weihnachtsschmuck zu einem Fest der Sinne ein.



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:

Anmeldung erforderlich.

Termin:

Donnerstag,
10. Dezember

Abfahrt:

08.00 Uhr am Sand in
Melsungen

08.15 Uhr Busbahnhof
Melsungen

Rückfahrt:

ca. 17.00 Uhr

Kosten:

35,00 Euro pro Person

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Wanderungen



Wanderungen für die sportlichen und junggebliebenen Seniorinnen und Senioren

Zweiwöchentlich findet eine ca. 10 Kilometer lange geführte Wanderung in der Umgebung statt.

Die Uhrzeit und der Treffpunkt werden jeweils vorab in der HNA bekannt gegeben.



Anmeldungen

bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann
unter (05661) 708-175,
E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Termine:

jeden zweiten
Dienstag im Monat

Uhrzeit/Ort:

Die Uhrzeit und der
Treffpunkt werden
jeweils vorab in der
HNA bekannt
gegeben

Leitung:

Joachim Ossig von
der Melsunger
Turngemeinde

Teilnahme:

kostenfrei

Veranstalter:

Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen



Literaturgespräch

A close-up photograph of a hand holding a red book. The book is the central focus, held at an angle. In the background, a wooden bookshelf is filled with various books of different colors (blue, green, yellow, pink). The lighting is soft, creating a warm atmosphere. The text 'Literaturgespräch' is overlaid in the upper left quadrant.

Alle, die gerne lesen, dürfen sich angesprochen fühlen:

Alle 4-6 Wochen findet ein Literaturgespräch in der Brückenbuchhandlung statt.

Über ein zuvor gelesenes Buch wird gesprochen und diskutiert. Es besteht die Möglichkeit, eine für Sie besondere Stelle vorzulesen.

Am Ende des Treffens wird gemeinsam ein neues Buch ausgesucht und ein Termin zur Besprechung dieses Titels festgelegt.

Termin:

Alle 4-6 Wochen
dienstags

Uhrzeit:

19.30 Uhr

Ort:

BrückenBuchhandlung
Brückenstraße 24

Moderation:

Hilka Wagner

Koordination:

Oliver Engl,
1. Vorsitzender
Culturinitiative
Melsungen e.V.

Veranstalter:

Culturinitiative
Melsungen e.V.



Bücher und Termine:

www.culturinitiative-melsungen.de



Terminübersicht

Sie können die Veranstaltungen markieren, für die Sie sich angemeldet haben. So behalten Sie ganz einfach den Überblick.

JULI 2026

1 Mi	
2 Do	Demenz-Sprechstunde
3 Fr	
4 Sa	
5 So	
6 Mo	Offene Spinnstube Digital-Sprechstunde Spaziergang in Melsungen
7 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
8 Mi	Moderate Radtour
9 Do	Smart Café
10 Fr	Moderater Sport
11 Sa	
12 So	
13 Mo	Achtsamer Spaziergang
14 Di	Gemeinsames Mittagessen
15 Mi	
16 Do	
17 Fr	Moderater Sport
18 Sa	
19 So	
20 Mo	Digital-Sprechstunde Spaziergang in Melsungen
21 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
22 Mi	Moderate Radtour
23 Do	Grillfeier
24 Fr	Moderater Sport
26 Sa	
26 So	
27 Mo	
28 Di	Gemeinsames Mittagessen
29 Mi	Café Lichtblick
30 Do	
31 Fr	Moderater Sport

AUGUST 2026

1 Sa	
2 So	
3 Mo	Offene Spinnstube Digital-Sprechstunde Spaziergang in Melsungen
4 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
5 Mi	Moderate Radtour
6 Do	Demenz-Sprechstunde
7 Fr	Moderater Sport
8 Sa	
9 So	
10 Mo	Achtsamer Spaziergang
11 Di	Gemeinsames Mittagessen
12 Mi	
13 Do	Smart Café
14 Fr	Moderater Sport
15 Sa	
16 So	
17 Mo	Digital-Sprechstunde
18 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
19 Mi	Moderate Radtour
20 Do	
21 Fr	Moderater Sport
22 Sa	
23 So	
24 Mo	
25 Di	Gemeinsames Mittagessen
26 Mi	Café Lichtblick
27 Do	
28 Fr	Moderater Sport
29 Sa	
30 So	
31 Mo	Spaziergang in Melsungen

SEPTEMBER 2026

1 Di	Das Wunder von Bern
2 Mi	Moderate Radtour
3 Do	Demenz-Sprechstunde
4 Fr	Moderater Sport
5 Sa	
6 So	
7 Mo	Offene Spinnstube Digital-Sprechstunde
8 Di	Gemeinsames Mittagessen
9 Mi	
10 Do	Smart Café
11 Fr	Moderater Sport
12 Sa	
13 So	
14 Mo	Spaziergang in Melsungen Achtsamer Spaziergang
15 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
16 Mi	Moderate Radtour
17 Do	
18 Fr	Moderater Sport
19 Sa	
20 So	
21 Mo	Digital-Sprechstunde
22 Di	Gemeinsames Mittagessen
23 Mi	
24 Do	
25 Fr	Moderater Sport
26 Sa	
27 So	
28 Mo	Spaziergang in Melsungen
29 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag Besuch des Hessischen Landtags
30 Mi	Moderate Radtour Café Lichtblick

OKTOBER 2026

1 Do	Demenz-Sprechstunde
2 Fr	Moderater Sport
3 Sa	
4 So	
5 Mo	Offene Spinnstube Digital-Sprechstunde Bewegung im Sitzen
6 Di	Gemeinsames Mittagessen
7 Mi	
8 Do	Smart Café
9 Fr	Ganzheitliches Gedächtnstraining Moderater Sport
10 Sa	Tanztee
11 So	
12 Mo	Achtsamer Spaziergang Bewegung im Sitzen
13 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
14 Mi	
15 Do	Busfahrt zum Früchteteppich
16 Fr	Ganzheitliches Gedächtnstraining Moderater Sport
17 Sa	
18 So	
19 Mo	Digital-Sprechstunde Bewegung im Sitzen
20 Di	Gemeinsames Mittagessen
21 Mi	
22 Do	
23 Fr	Ganzheitliches Gedächtnstraining Moderater Sport
24 Sa	
25 So	
26 Mo	Bewegung im Sitzen
27 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
28 Mi	Café Lichtblick
29 Do	
30 Fr	Ganzheitliches Gedächtnstraining Moderater Sport
31 Sa	

NOVEMBER 2026

1 So	
2 Mo	Offene Spinnstube Digital-Sprechstunde
3 Di	Gemeinsames Mittagessen
4 Mi	
5 Do	Demenz-Sprechstunde
6 Fr	Moderater Sport
7 Sa	Tanztee
8 So	
9 Mo	Achtsamer Spaziergang
10 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
11 Mi	
12 Do	Smart Café
13 Fr	Ganzheitliches Gedächtnstraining Moderater Sport
14 Sa	
15 So	
16 Mo	Digital-Sprechstunde Bewegung im Sitzen
17 Di	Gemeinsames Mittagessen
18 Mi	
19 Do	
20 Fr	Ganzheitliches Gedächtnstraining Moderater Sport
21 Sa	
22 So	
23 Mo	Bewegung im Sitzen
24 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
25 Mi	Café Lichtblick
26 Do	
27 Fr	Ganzheitliches Gedächtnstraining Moderater Sport
28 Sa	
29 So	
30 Mo	

DEZEMBER 2026

1 Di	Gemeinsames Mittagessen
2 Mi	
3 Do	Demenz-Sprechstunde
4 Fr	Moderater Sport
5 Sa	Tanztee
6 So	
7 Mo	Offene Spinnstube Digital-Sprechstunde
8 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
9 Mi	
10 Do	Besuch des Weihnachtsmarktes in Quedlinburg
11 Fr	Moderater Sport
12 Sa	
13 So	
14 Mo	Achtsamer Spaziergang
15 Di	Gemeinsames Mittagessen
16 Mi	
17 Do	Smart Café
18 Fr	Moderater Sport
19 Sa	
20 So	
21 Mo	
22 Di	
23 Mi	
24 Do	
25 Fr	
26 Sa	
27 So	
28 Mo	
29 Di	
30 Mi	
31 Do	

Erinnern Sie sich noch ...

... an den Neubau der Geschwister-Scholl-Schule in den 50er Jahren?





AKTIV SENIOREN IN MELSUNGEN DABEI.



Information & Anmeldung:

Heidi Sostmann
Seniorenbeauftragte der Stadt Melsungen

Dienststelle:
Dienstleistungszentrum
Sandstraße 13
34212 Melsungen

Telefon: 05661-708175
Telefax: 05661-708179

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Sprechzeiten:
Öffnungszeiten des Dienstleistungszentrums
und nach Vereinbarung

(Änderungen im Programm bleiben vorbehalten)

Impressum:

Herausgeber: Magistrat der Stadt Melsungen
Redaktion: Seniorenbeauftragte Heidi Sostmann
Layout & Design: Riemann & Partner

Für eventuelle Druckfehler wird keine Haftung übernommen.

