AKTIV DABEI.

SENIOREN IN MELSUNGEN



Ausgabe
Erstes Halbjahr 2027

Januar bis Juni 2027

Grußwort der Seniorenbeauftragten



Liebe Seniorinnen, liebe Senioren,

ein neues Jahr liegt vor uns-mit 365 neuen Tagen, vielen kleinen und großen Momenten und hoffentlich zahlreichen Gelegenheiten, gemeinsam zu lachen, schöne Stunden miteinander zu verbringen und neue Erinnerungen zu sammeln.

Das neue Jahr ist auch eine gute Gelegenheit, zurückzublicken. Auf schöne Begegnungen und auf Menschen, die unser Leben bereichern.

Lassen Sie uns auch im neuen Jahr die Gemeinschaft pflegen, miteinander ins Gespräch kommen und wunderbare Momente miteinander verbringen- bei gemeinsamen Mahlzeiten, bei kulturellen Veranstaltungen, beim Sport sowie bei zahlreichen anderen Angeboten. Denn gemeinsam ist vieles leichter und manches macht zusammen einfach doppelt so viel Spaß.

Scheuen Sie sich nicht, mich anzusprechen bei allen Themen rund um das Älterwerden, ob Pflege, Alltagsbegleitung, Wohnen etc., ich helfe Ihnen gerne weiter.

Für das neue Jahr wünsche ich Ihnen vor allem Gesundheit, Zufriedenheit und Menschen an Ihrer Seite, die Ihnen guttun.

Herzliche Grüße

Heidi Sostmann

Grußwort des Bürgermeisters



Liebe Seniorinnen und Senioren unserer Bartenwetzerstadt Melsungen,

ein neues Jahr liegt vor uns – voller Chancen, guter Begegnungen und gemeinsamer Erlebnisse. Es ist mir eine große Freude, Ihnen das neue Programm „Aktiv dabei“ für das 1. Halbjahr 2027 (Januar bis Juni) vorstellen zu dürfen.

Gemeinsam aktiv in das neue Jahr

Der Jahresbeginn ist eine wunderbare Gelegenheit, innezuhalten, zurückzublicken und vor allem voller Tatendrang nach vorn zu schauen. Unsere Bartenwetzerstadt lebt vom Miteinander. Niemand soll sich allein gelassen fühlen; vielmehr laden wir Sie herzlich ein, Teil unserer lebendigen Gemeinschaft zu sein.

Das kommende halbe Jahr bietet dafür ein reichhaltiges und buntes Mosaik an Veranstaltungen:

- **Begegnungen und Geselligkeit**: Ob bei den beliebten Kaffeerunden, gemeinsamen Frühstücks- und Mittagstischen, bei Spielnachmittagen oder den Gesprächskreisen – der persönliche Austausch und das herzliche Miteinander stehen im Mittelpunkt.
- **Bewegung und Sport**: Gesundheit und Vitalität halten uns jung. Freuen Sie sich auf angepasste Bewegungsangebote, sanfte Gymnastikrunden, Spaziergänge und gemeinsame Aktiv-Treffs an der frischen Luft, die körperlich fit halten und Freude machen.
- **Ausflüge und Entdeckungen**: Sobald die Tage im Frühling wieder länger werden, brechen wir gemeinsam auf! Gehen Sie mit uns auf Entdeckungstour in die nähere und weitere Umgebung, genießen Sie die Natur unserer schönen nordhessischen Heimat und erleben Sie Kultur vor unserer Haustür.

Grußwort des Bürgermeisters

- **Wissen und Inspiration**: Ergänzt wird das Programm durch informative Vorträge, Gedächtnistraining sowie beratende Angebote rund um Fragen des Alltags und der Vorsorge, damit Sie Ihren Alltag selbstbestimmt und sicher gestalten können.

Meine herzlichen Wünsche für 2027

Für das Jahr 2027 wünsche ich Ihnen im Namen des Magistrats und der städtischen Gremien von Herzen vor allem eins: beste Gesundheit, innere Zufriedenheit, viele kleine und große Lichtblicke im Alltag sowie Menschen an Ihrer Seite, mit denen Sie lachen und reden können.

Ein großer Dank gilt an dieser Stelle unserer Seniorenbeauftragten, dem Seniorenbeirat sowie allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die dieses vielfältige Programm mit viel Liebe und Tatkraft auf die Beine gestellt haben.

Greifen Sie zum neuen Heft, stöbern Sie in den Angeboten, probieren Sie Neues aus und bleiben Sie mit uns in Bewegung!

Mit herzlichen Grüßen

Ihr Timo Riedemann
Bürgermeister

Inhaltsverzeichnis

Offene Spinnstube	7
Kaffeekränzchen	9
Spielenachmittag	11
Tanztee	13
Achtsamer Spaziergang	15
Bewegung im Sitzen	17
Gemeinsames Mittagessen	19
Smart Café	21
Digital-Sprechstunde	23
Tageskurs Demenz	25
Café Lichtblick	27
Ganzheitliches Gedächtnistraining	29
Busfahrt in die Thüringer Kloßwelt	31
Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs	33
Gemeinsam unterwegs – ein Spaziergang in Melsungen und den Stadtteilen	35
Spargelfahrt nach Delbrück-Westenholz	37
Vorankündigung – Jedermann wird Jedermensch	39
Demenz-Sprechstunde	41
Wanderungen für die sportlichen und junggebliebenen Senior*innen	43
Moderater Sport	45
Treffen für pflegende Angehörige	47
Literaturgespräch	49
Terminübersicht	51

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 Handarbeitssachen selbst mitbringen.



Termine:
jeweils Montag

04. Januar
01. Februar
01. März
05. April
03. Mai
07. Juni

Uhrzeiten:
17.00 bis 20.00 Uhr

Ort:
Harningsmühle
Huberg 4
34212 Melsungen

Teilnahme:
Kostenfrei

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen

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

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de



Kaffeekränzchen
mit anschließendem Spielenachmittag





Termine:
jeweils Dienstag

05. Januar
19. Januar
02. Februar
16. Februar
02. März
30. März
13. April
27. April
11. Mai
25. Mai
08. Juni
22. Juni

Uhrzeit:
14.30 Uhr

Ort:
Seniorentreff im Mehrzweckraum über der Stadtbücherei

Kosten:
6,50 Euro pro Termin

Veranstalter:
Verein „Aktiv dabei“

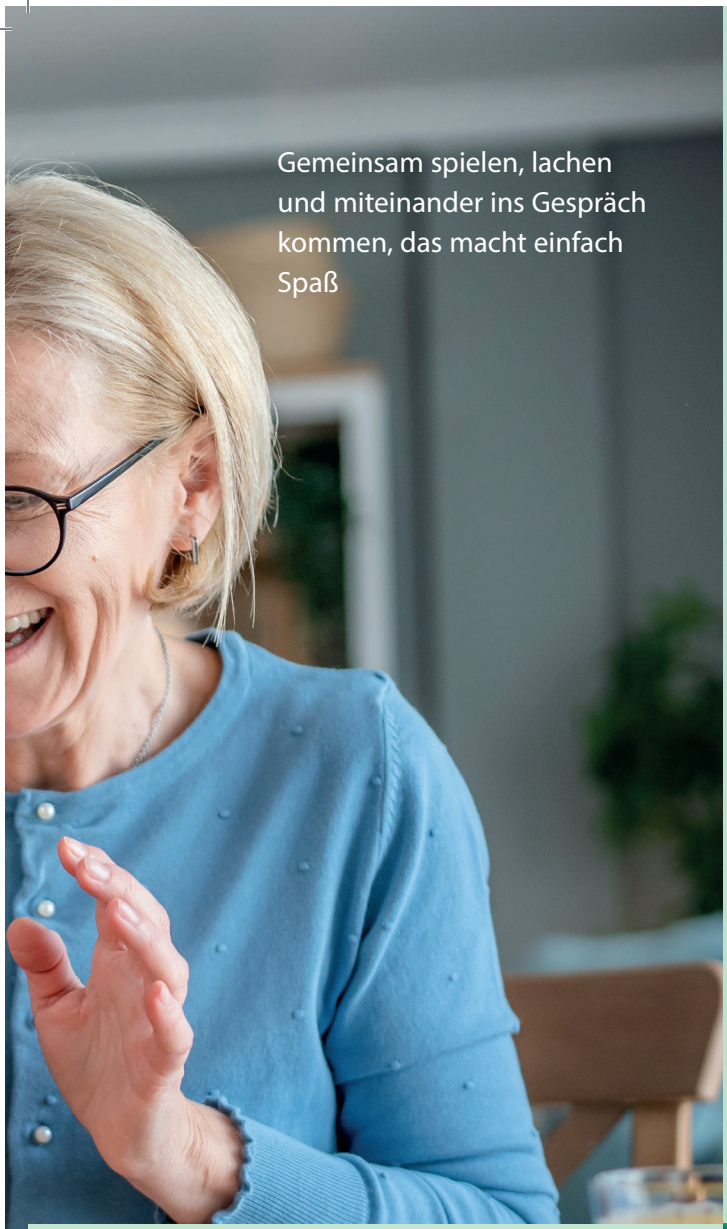
Anmeldungen
unter (05661) 708-214

Hinweis:
Anmeldung erforderlich.



Spielenachmittag





Gemeinsam spielen, lachen und miteinander ins Gespräch kommen, das macht einfach Spaß

Termine:
jeweils Dienstag

05. Januar
19. Januar
02. Februar
16. Februar
02. März
30. März
13. April
27. April
11. Mai
25. Mai
08. Juni
22. Juni

Uhrzeit:
ab 15.00 Uhr

Ort:
Seniorentreff im Mehrzweckraum über der Stadtbücherei

Veranstalter:
Verein „Aktiv dabei“

Anmeldungen
unter (05661) 708-214

Hinweis:
Anmeldung erforderlich.



Tanztee





Erleben Sie einen besonderen Nachmittag mit flotter Tanzmusik von Marcus Rotter in einer gemütlichen Atmosphäre mit Kaffee und Kuchen im Bistro Flair.

Termine:
09. Januar
06. Februar
06. März
03. April

Uhrzeit:
15.00 bis 17.00 Uhr

Ort:
Bistro Flair im
Waldschwimmbad
Melsungen

Kosten:
4,00 Euro plus
Verzehrgutschein im
Wert von 6,00 Euro
(für eine Tasse Kaffee
und ein Stück Kuchen)

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen
und Bistro Flair

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

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de



Achtsamer Spazier-gang



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

Kombiniert wird der Spaziergang entlang der Fulda mit Achtsamkeitsübungen.

Jeden zweiten Montag im Monat



Termine:
Jeden zweiten Montag im Monat

11. Januar
08. Februar
08. März
12. April
10. Mai
14. Juni

Uhrzeit:
14.00 Uhr

Treffpunkt:
Bartenwetzerbrücke

Teilnahme:
Kostenfrei

Veranstalter:
Gemeindepflegerin Sabine Leukam

Anmeldung:
Keine Anmeldung



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.



Termine:
jeweils Montag

18. Januar
25. Januar
01. Februar
08. Februar
15. Februar
22. Februar
08. März
15. März

Uhrzeit:
10.00 bis 11.00 Uhr

Ort:
Seniorentreff im Mehrzweckraum über der Stadtbücherei

Teilnahme:
Kostenfrei

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte der Stadt Melsungen

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

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de



Gemeinsames Mittagessen





„Zusammen essen und miteinander ins Gespräch kommen“

Termine:
jeweils Dienstag

12. Januar
26. Januar
09. Februar
23. Februar
09. März
23. März
06. April
20. April
04. Mai
18. Mai
01. Juni
15. Juni

Uhrzeit:
12.00 Uhr

Ort:
Seniorentreff im
Mehrzweckraum
über der Stadtbücherei

Kosten:
9,00 Euro

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen

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

Hinweis:
Anmeldung erforderlich.




Sm@rt
Café
MELSUNGEN

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

@ Es wird immer über ein anderes Thema referiert

Termine:
jeweils Donnerstag

14. Januar
11. Februar
18. März
08. April
13. Mai
10. Juni

Uhrzeit:
14.30 bis 16.00 Uhr

Ort:
Seniorentreff im Mehrzweckraum über der Stadtbücherei

Teilnahme:
Kostenfrei

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte der Stadt Melsungen

Gefördert durch:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Kofinanziert von der Europäischen Union

STÄRKUNG DER TEILHABE ÄLTERER MENSCHEN

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

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.



Termine:
Jeweils Montag

18. Januar
15. Februar
01. März
15. März
19. April
10. Mai
21. Juni

Uhrzeit:
14.00 bis 16.00 Uhr

Ort:
Seniorentreff im Mehrzweckraum über der Stadtbücherei

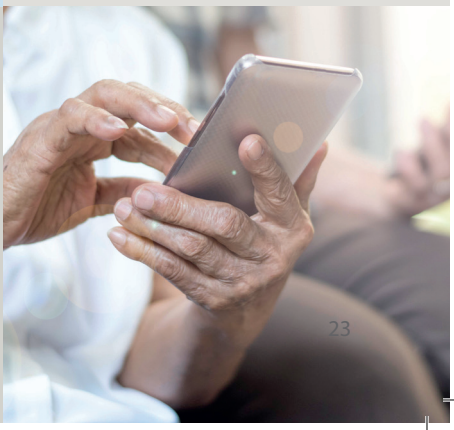
Leitung
Ulli Hofmann

Eintritt:
Kostenfrei

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte der Stadt Melsungen

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

Hinweis: Anmeldung erforderlich.



Tageskurs Demenz



Themen:

- Was sind demenzielle Erkrankungen
- Was bedeutet die Krankheit für das Umfeld der Betroffenen?
- Welche Schwierigkeiten können durch die Erkrankung entstehen?
- Was kann man tun?
- Welche Hilfen für Angehörige gibt es?



Termin:
Samstag,
23. Januar

Uhrzeit:
10.00 bis 16.00 Uhr

Ort:
Seniorentreff im Mehrzweckraum über der Stadtbücherei

Kursleitung:
Birgit Schwalm,
Trainerin im Bereich Altersdemenz, Erinnerungspflege und Validation

Teilnahme:
Kostenfrei

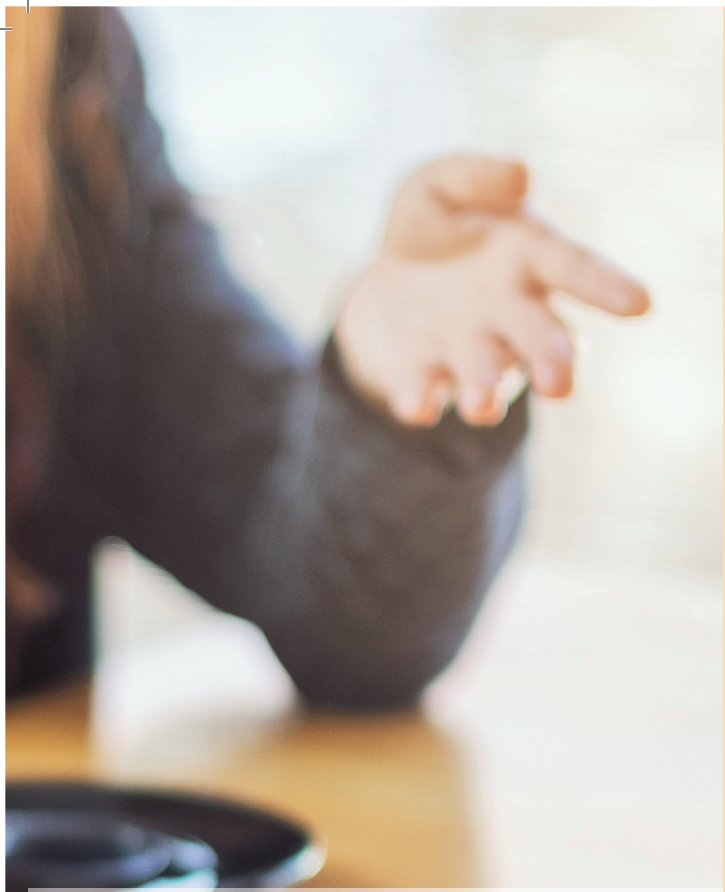
Veranstalter:
Seniorenbeauftragte der Stadt Melsungen

Anmeldungen
bis zum 15.01.2027 bei der Seniorenbeauftragten Heidi Sostmann, Tel.: 05661/708-175, seniorenbeauftragte@melsungen.de



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.

Termine:
Jeder letzter Mittwoch im Monat

27. Januar
24. Februar
31. März
28. April
26. Mai
30. Juni

Uhrzeit:
15.00 bis 17.00 Uhr

Ort:
Harningsmühle
Huberg 4
(Erdgeschoss)

Begleiterinnen:
Petra Hochschorner
Bärbel Hamenstädt
Katrin Rininsland

Eintritt:
Kostenfrei

Veranstalter:
Hospizdienst
Melsunger Land

Informationen:

Hospizdienst Melsunger Land:
(05661) 9261933 und
015774733990

Café Lichtblick

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)

05. Februar
12. Februar
19. Februar
26. Februar
05. März
12. März
19. März (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.

Busfahrt nach Heichelheim in die Thüringer Kloßwelt



Freuen Sie sich auf einen kurzweiligen Tag in Thüringen mit einer Führung durch die Museumslandschaft der Thüringer Kloßwelt in Heichelheim. Dort wird einen Vortrag und Film geben. Danach gibt es ein stilechtes Essen mit zwei Thüringer Sonntagsklößen, Rinderroulade und Rotkohl sowie ein alkoholfreies Getränk.



Termin:
11. März

Abfahrt:
09.00 Uhr
Bushaltestelle
„Am Sand“

09.15 Uhr
Busbahnhof Melsungen

Rückfahrt:
ca. 15.00 Uhr

Kosten:
42,00 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.



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

14. April
28. April
12. Mai
26. Mai
09. Juni
23. Juni

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



Gemeinsam unterwegs – ein Spaziergang in den Stadtteilen und der Kernstadt





Termine:
jeweils Montag
(nur bei trockener
Witterung)

03. Mai Röhrenfurth
10. Mai Schwarzenberg
24. Mai Günsterode
31. Mai Kehrenbach
07. Juni Kirchhof
14. Juni Adelshausen
21. Juni Obermelsungen
28. Juni Melsungen

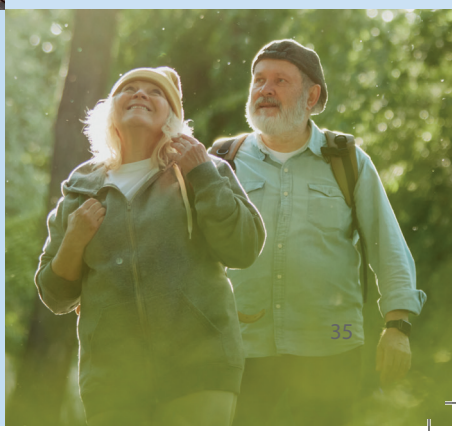
Uhrzeit:
10.00 bis 11.00 Uhr

Treffpunkt:
Vor dem DGH (Stadtteile)
oder der Stadtbücherei
(Kernstadt)

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen

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

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de



Spargelfahrt nach Delbrück-Westenholz



Grewing
SPARGELHOF

Es erwartet Sie ein besonderes Erlebnis auf dem Spargelhof Grewing mit einem Spargelbuffet.

Nach dem gemeinsamen Essen geht es weiter nach Bad Arolsen mit Zeit zur freien Verfügung.





Termin:
20. Mai

Abfahrt:
09.30 Uhr
Bushaltestelle
„Am Sand“

09.45 Uhr Busbahnhof Melsungen

Rückfahrt:
ca. 19.00 Uhr

Kosten:
58,00 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.



Vorankündigung: Jedermann wird Jedermensch



Frei nach Hugo von Hofmannsthal

Uraufführung

„Jedermann“ ist als Theaterstück traditionell mit den Salzburger Festspielen verbunden. Die Bad Hersfelder Festspiele wagen gerne Neues und so heißt hier die Hoffmannsthal-Adaption in der Spielzeit 2027 folgerichtig „Jedermann wird Jedermensch“.

Dies ist die Verdeutlichung, dass sich alle Menschen – egal welcher Nationalität, welchen Geschlechts – die Antwort geben sollten auf diese Kern-Fragen: „Wer sind wir – und vor allem: Wohin gehen wir?“ Welche Rollen spielen Begegnungen in unserem Dasein, und was bleibt von uns, wenn wir einmal nicht mehr sind?

Von der Sekunde unserer Geburt an beginnt die Uhr zu ticken, und wir wissen nur eines: Irgendwann werden wir nicht mehr da sein.

Bereits Hugo von Hofmannsthal geht diesen Lebensfragen in seinem „Jedermann“ nach und versucht, anhand eines einzelnen Schicksals den Sinn des Lebens zu entschlüsseln.

Termin:
14. August

Uhrzeit:
15.00 Uhr

Kosten:
70,00 Euro pro Person

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte
der Stadt Melsungen





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

Hinweis:
Verbindliche Voranmeldung erforderlich!

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.

Jeden ersten Donnerstag im Monat

Termine:
jeden ersten Donnerstag im Monat

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.



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.



Termine:
jeden zweiten Dienstag im Monat

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

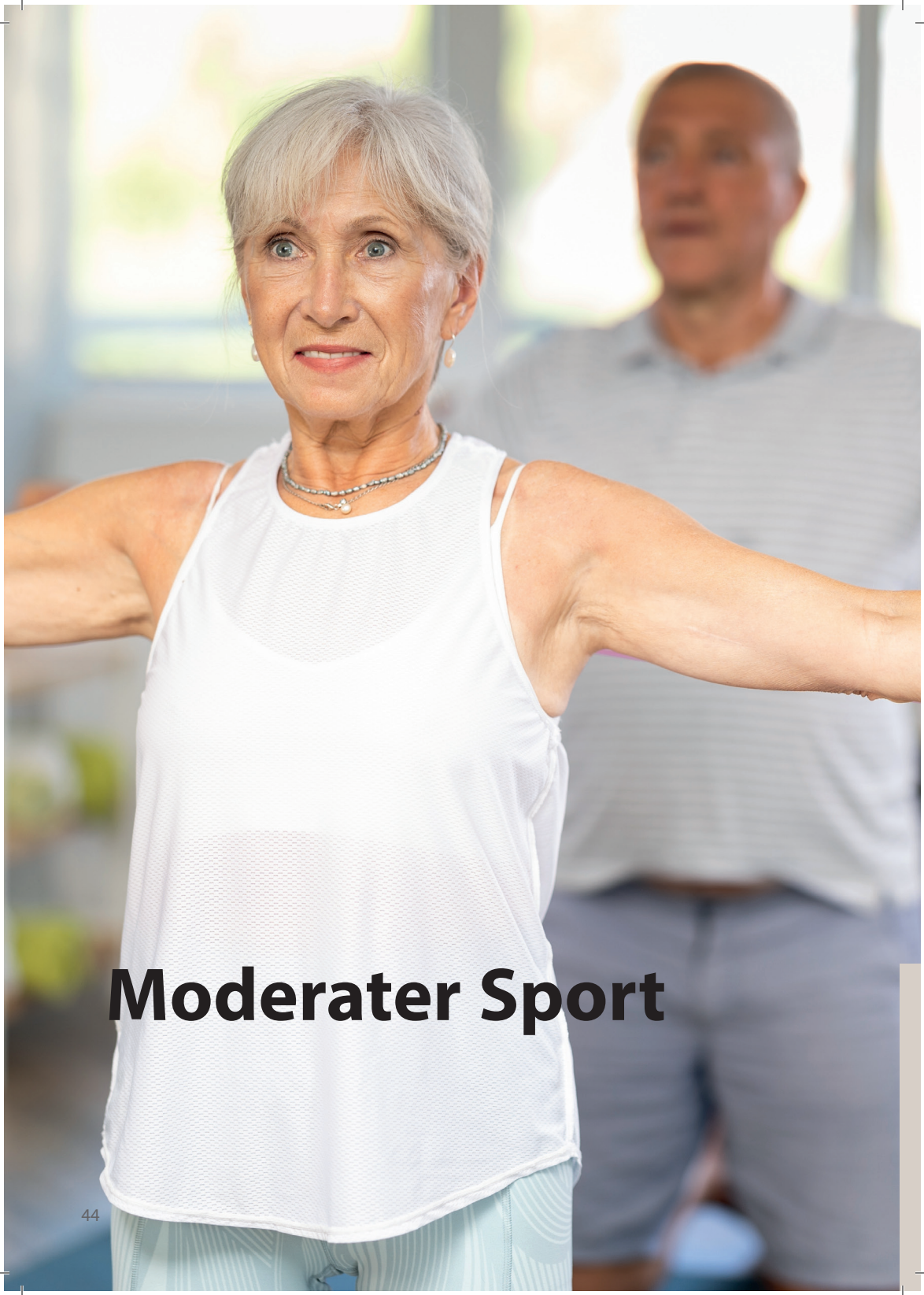
Leitung:
Joachim Ossig von der Melsunger Turngemeinde

Teilnahme:
kostenfrei

Veranstalter:
Seniorenbeauftragte der Stadt Melsungen

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





Moderater Sport



Jeden Freitag

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

Bewegungsübungen im Stehen und Sitzen mit verschiedenen Übungsmitteln

Termin:
jeweils Freitag

Uhrzeit:
10.00 bis 11.00 Uhr

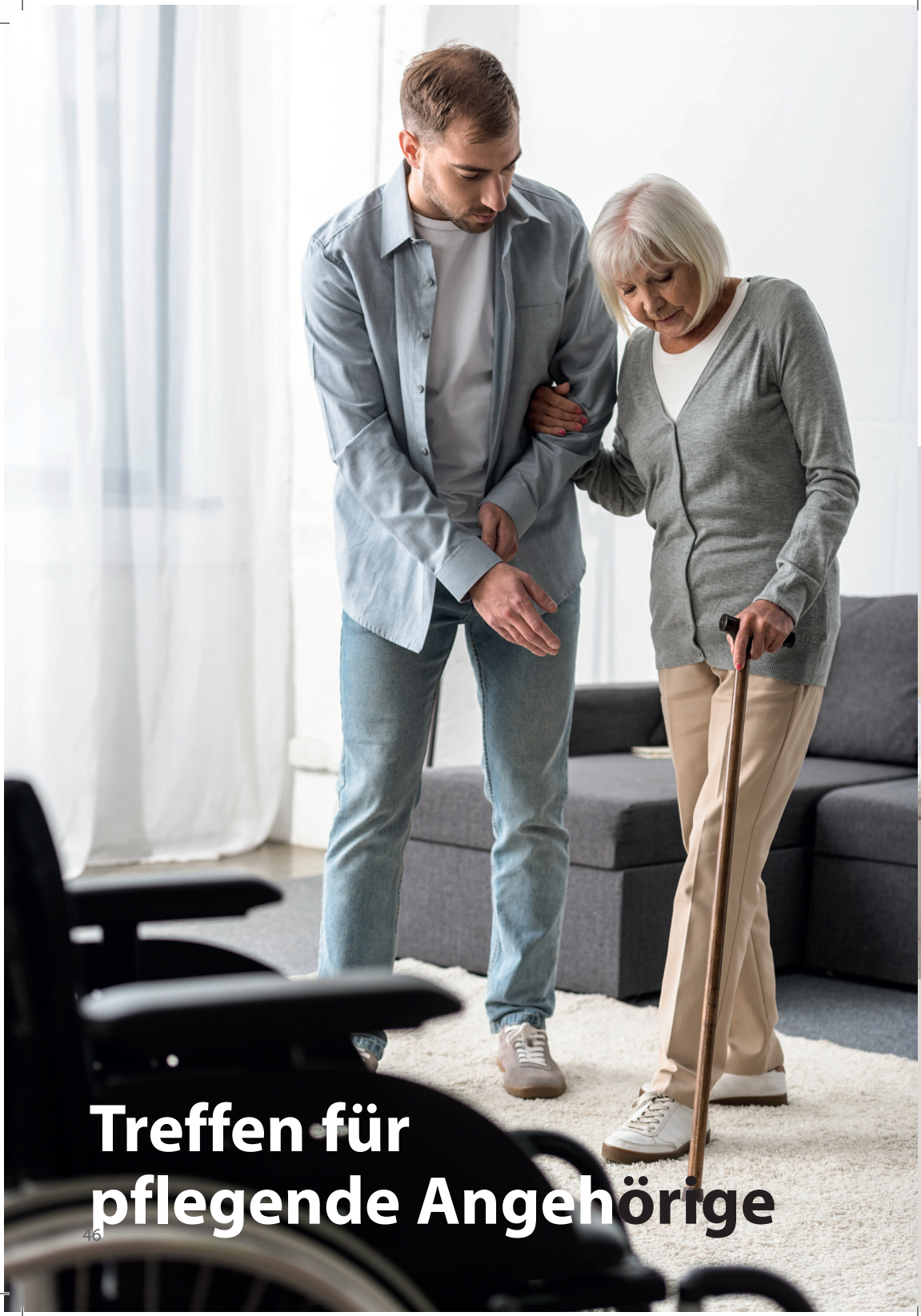
Ort:
Harningsmühle
Huberg 4

Leitung:
Ruth Happel

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

Hinweis:
Anmeldung erforderlich.





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.



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

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

E-Mail: seniorenbeauftragte@melsungen.de

Hinweis:
Anmeldung erforderlich.



Literaturgespräch



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.

JANUAR 2027

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

FEBRUAR 2027

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

MÄRZ 2027

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

APRIL 2027

1 Do	Demenz-Sprechstunde
2 Fr	Moderater Sport
3 Sa	Tanztee
4 So	
5 Mo	Offene Spinnstube
6 Di	Gemeinsames Mittagessen
7 Mi	
8 Do	Smart Café
9 Fr	Moderater Sport
10 Sa	
11 So	
12 Mo	Achtsamer Spaziergang
13 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag Wanderung
14 Mi	Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs
15 Do	
16 Fr	Moderater Sport
17 Sa	
18 So	
19 Mo	Digital-Sprechstunde
20 Di	Gemeinsames Mittagessen
21 Mi	
22 Do	
23 Fr	Moderater Sport
24 Sa	
25 So	
26 Mo	Treffen für pflegende Angehörige
27 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
28 Mi	Café Lichtblick Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs
29 Do	
30 Fr	Moderater Sport

MAI 2027

1 Sa	
2 So	
3 Mo	Offene Spinnstube Spaziergang in Röhrenfurth
4 Di	Gemeinsames Mittagessen
5 Mi	
6 Do	
7 Fr	Moderater Sport
8 Sa	
9 So	
10 Mo	Achtsamer Spaziergang Digital-Sprechstunde Spaziergang in Schwarzenberg
11 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag Wanderung
12 Mi	Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs
13 Do	Smart Café
14 Fr	Moderater Sport
15 Sa	
16 So	
17 Mo	
18 Di	Gemeinsames Mittagessen
19 Mi	
20 Do	Spargelfahrt Delbrück-Westenholz
21 Fr	Moderater Sport
22 Sa	
23 So	
24 Mo	Spaziergang in Günsterode Treffen für pflegende Angehörige
25 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
26 Mi	Café Lichtblick Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs
27 Do	
28 Fr	Moderater Sport
29 Sa	
30 So	
31 Mo	Spaziergang in Kehrenbach

JUNI 2027

1 Di	Gemeinsames Mittagessen
2 Mi	
3 Do	Demenz-Sprechstunde
4 Fr	Moderater Sport
5 Sa	
6 So	
7 Mo	Offene Spinnstube Spaziergang in Kirchhof
8 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag Wanderung
9 Mi	Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs
10 Do	Smart Café
11 Fr	Moderater Sport
12 Sa	
13 So	
14 Mo	Achtsamer Spaziergang Spaziergang in Adelshausen
15 Di	Gemeinsames Mittagessen
16 Mi	
17 Do	
18 Fr	Moderater Sport
19 Sa	
20 So	
21 Mo	Digital-Sprechstunde Spaziergang in Obermelsungen
22 Di	Kaffeekränzchen Spielenachmittag
23 Mi	Gemütlich auf zwei Rädern unterwegs
24 Do	
25 Fr	Moderater Sport
26 Sa	
27 So	
28 Mo	Spaziergang in Melsungen Treffen für pflegende Angehörige
29 Di	
30 Mi	Café Lichtblick

AKTIV DABEI.

SENIOREN IN MELSUNGEN

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 überno-mmen.