

Programm Mai – September 2025

**Aktiv
in jedem
Alter**



Offene Senioren- und Stadtteilarbeit

OS2A



Nordstadt

Mehrgenerationenhaus
Heilbronner
Quartierszentrum



Böckingen

Heilbronner
Quartierszentrum



**Mehr
Generationen
Haus**

Mitglieder - Forenarde

„Ich will dich unterweisen und dir den Weg zeigen, den du gehen sollst; ich will dich mit meinen Augen leiten..“

PSALM 32:8



Wir freuen uns darauf, dass Sie auf Ihrem Weg unsere vielfältigen Angebote kennenlernen. Egal, ob Sie schon lange Teil unserer Gemeinschaft sind oder neu dazu stoßen – alle sind herzlich willkommen.

In einer Zeit, in der Gemeinschaft mehr denn je von Bedeutung ist, schaffen wir einen Raum, in dem wir uns begegnen, austauschen und gemeinsam erleben können. Unsere Angebote bieten die perfekte Gelegenheit, neue Menschen kennenzulernen, Freundschaften zu schließen und gemeinsam unvergessliche Momente zu erleben.

Kommen Sie vorbei und bringen Sie Freunde und Familie mit!

Es grüßt Sie herzlich,

das Team aus dem Quartierszentrum Böckingen

Aktiv in jedem Alter

Walk and Talk für Frauen	Seite 4
Senior:innen unterwegs – Ausflüge in die Region	Seite 5
Bewegung für Senior:innen – Sport im Park	Seite 5
Seminar ... um auch weiterhin sicher zu fahren!	Seite 6
Spielpartner*in gesucht?	Seite 6
Wolleknäule gesucht!	Seite 7
Lichtstube	Seite 7

Begegnungscafé Diakonie

im Haus der Diakonie, Schellengasse 9

Tel. 07131-964431

ossa@diakonie-heilbronn.de

Öffnungszeiten: Mo–Do. 9–12, 13–16; Fr 9–12 Uhr

Programm

Seiten 8–15

Quartierszentrum Böckingen

Kirchsteige 5, 74080 Heilbronn Böckingen

Tel. 07131-3821920

quartierszentrum.boeckingen@diakonie-heilbronn.de

Programm

Seiten 16–27

Quartierszentrum Nordstadt – Mehrgenerationenhaus

Rauchstraße 3, 74076 Heilbronn

Tel. 07131-9644850

mgh@diakonie-heilbronn.de

Programm

Seiten 28–39

Sonntagskino

Seiten 40–41

Reisen und Ausflüge

Seiten 42–43



NEU

Walk and Talk für Frauen

Sie möchten gerne neue Kontakte zu anderen Frauen knüpfen und beim Gehen zwanglos ins Gespräch kommen? Dann laden wir Sie ein, bei Walk and Talk dabei zu sein. Wir wollen gemeinsam spazieren gehen und dabei neue Frauen kennen lernen, Freundinnen treffen, das Leben teilen, uns gegenseitig unterstützen und Spaß haben. Willkommen sind alle Frauen, unabhängig von Alter, Herkunft, Religion oder dem sozialen Hintergrund. Was uns verbindet, ist die Toleranz und der Respekt vor den Lebensgeschichten der anderen Frauen und die Offenheit um mit anderen in Kontakt zu kommen und uns dabei zu bewegen.

Wir treffen uns im Kreisdiakonieverband in der Schellengasse 7–9 um eine Stunde gemeinsam zu gehen und zu sprechen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, im Begegnungscafé des Kreisdiakonieverbandes gemeinsam einen Kaffee zu trinken.

Termine: jeweils um 10:00 Uhr

15.05. Treffpunkt Schellengasse

26.06. Treffpunkt Schellengasse

17.07. Treffpunkt Schellengasse

21.08. Treffpunkt Pfühlpark Kiosk

18.09. Treffpunkt Schellengasse

Frau Andrea Körner wird Sie zusammen mit ihrer Hündin begleiten. Sie ist Entspannungspädagogin und in ihrer Freizeit gerne mit ihrer Hündin in der Natur unterwegs.

Gut erzogene Hunde sind willkommen.

Das Angebot ist kostenfrei, es fallen nur die Kosten für die Getränke an.

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.



NEU

Senior:innen unterwegs – Ausflüge in die Region

„Eine kleine Reise ist genug, um uns die Welt zu erneuern“ meinte schon Kurt Tucholsky.

Wir wollen Ihnen als ganz neues Angebot ab Herbst 2025 solche kleinen Reisen, genannt Ausflüge, vorstellen, anbieten und mit Ihnen auf Entdeckungsreise gehen.

Gut erreichbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln erkunden wir unter der Leitung der Journalistin Ulrike Kieser-Hess und des Geografen Wolfgang Hess, bei Halbtages- oder Tagesausflügen besondere Ziele in der vielseitigen Welt rund um Heilbronn und darüber hinaus.

Burgen und Schlösser stehen ebenso auf dem Reiseplan wie Ausstellungen, besondere Innenstädte, faszinierende Natur und Naturdenkmale, ebenso wie

Industriedenkmale und das Kennenlernen besonderer Menschen, die das Land prägen.

Alle zwei Monate brechen wir zu einem interessanten, spannenden, heiteren und lehrreichen Ausflug auf. Bei allen Ausflügen sind wir mit den öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs.

Unser erster Ausflug geht nach Öhringen. Lassen Sie sich überraschen, was diese Stadt alles zu bieten hat. Startzeit wird am Vormittag sein, die genaue Zeit und das Programm erfahren Sie ab Juli bei Sandra Platter oder Elvira Paeßler.

Termin: Mittwoch, 17.09.

*Anmeldung unter 07131-96440 oder
elvira.paessler@diakonie-heilbronn.de*



Bewegung für Senior:innen

... im Rahmen von Sport im Park im Kirchhöfle startet am 06.05.2025 wieder! Weitere Infos » S. 9





Diakonie 
Kreisdiakonieverband
Heilbronn

MEETS

FAHRERLAGER
... mehr als nur FAHRSCHULE

SEMINAR

FÜR SENIOR:INNEN

...UM AUCH WEITERHIN
SICHER ZU FAHREN!

AM 26.06.2025

VON 09:30 UHR - 11:00 UHR

Weitere Informationen » S. 12



Spielpartner*in gesucht?

Sie spielen gerne Gesellschaftsspiele und sind auf der Suche nach Gleichgesinnten und einem gemütlichen Ort um zu spielen und einen Kaffee oder Tee zu trinken? Dann melden Sie sich doch gerne bei uns. Wir koordinieren alle Interessent*innen, stellen den Kontakt untereinander her und laden Sie unverbindlich zu einem Spielertreff in unser Café ein. Einige unserer Spielegruppen freuen sich über Verstärkung und neue Gruppen

dürfen sich gerne finden. Bitte teilen Sie und mit, was Sie gerne spielen. Eine Auswahl an Spielen haben wir im Café, es dürfen aber selbstverständlich auch eigene Spiele mitgebracht werden.

Frau Platter freut sich über Ihren Anruf unter 07131-964432 oder Mail:
sandra.platter@diakonie-heilbronn.de



Wolleknäule gesucht!

Für ein Projekt im Rahmen unserer Lichtstube suchen wir Wolle. Wenn Sie einzelne Knäule zu Hause haben freuen wir uns, wenn Sie diese bei Frau Paeßler bis zum 15.06.2025 am Empfang abgeben.

Lichtstube

Ein Angebot für alle, die gern handarbeiten, vorlesen, singen und plaudern.

Die Lichtstube geht weiter! Gemeinsam handarbeiten, plaudern, vorlesen, singen und Neuigkeiten austauschen, was für ein schöner Brauch, der einst in Lichtstuben gepflegt wurde. Über die gemeinsamen Tätigkeiten fand man sich in der eher dunklen Jahreszeit in den Lichtstuben zusammen, fühlte sich wohl und geborgen. Junge Frauen strickten, stickten oder stopften und waren bester Stimmung.

Was die jungen Frauen damals schätzten, das können die älteren Frauen und natürlich auch Männer heute selbstverständlich auch.

Wann:
Dienstags 14:00–16:00 Uhr
an folgenden Tagen:

Mai: 06.05. | 20.05.
Juni: 03.06. | 17.06.
Juli: 01.07. | 15.07. | 29.07.

und ab Herbst:

September: 23.09.
Oktober: 07.10. | 21.10.
November: 04.11. | 18.11.
Dezember: 02.12. | 16.12.

Wo:

Im Haus der Diakonie
Schellengasse 7–9, 74072 Heilbronn
Tel. 07131-96440

Kostenlos und ohne
Anmeldung:

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Jeder Termin kann einzeln besucht werden. Die Teilnahme ist kostenlos. Es fallen nur Kosten für Getränke an.

Ulrike Kieser-Hess freut sich auf Sie.

montags



13:00–16:00 Uhr

Cafébetrieb

» S. 13



10:00 Uhr

Spaziergang für Männer

» S. 10



14:00 Uhr

Spielrunden Elfer raus u. a.

» S. 12



10:00 Uhr jeden 1. Dienstag im Monat

Jung-Rentner*innen-Treff

» S. 12



13:00–16:00 Uhr

Cafébetrieb

» S. 13



14:00–16:00 Uhr 06.05. | 20.05. | 03.06. | 17.06. | 01.07. | 15.07. | 29.07.

Lichtstube

» S. 7



14:00 Uhr 14-tägig in der geraden Kalenderwoche

Spielrunden Rommé u. a.

» S. 12



14:30 Uhr

Englischkurs „Happy English“

» S. 13



14:30–16:00 Uhr 06.05. | 20.05. | 24.06. | 08.07. | 22.07.

Ganzheitliches Gedächtnistraining

» S. 14

dienstags



09:00 Uhr

Englischkurs „Just for fun“

» S. 13



09:30–10:30 Uhr 06.05. | 13.05. | 20.05. | 27.05.
03.06. | 24.06. | 01.07. | 08.07. | 15.07. | 22.07. | 29.07.

Bewegung für Senior*innen » S. 11



Sport im Park
e.V. Schellengasse 9

mittwochs



09:00 Uhr 21.05. | 11.06. | 09.07. | 10.09.

Tellerfrühstück

» S. 14



10:00 – 11:00 Uhr 04.06. | 25.06. | 02.07.

**Bewegung und Entspannung
für Senior:innen ab 65** » S. 11

NEU



13:00 – 16:00 Uhr

Cafébetrieb

» S. 13



14:00 Uhr

Spielrunden Binokel u. a.

» S. 12



14:30 Uhr

07.05. | 14.05. | 04.06. | 25.06. | 16.07. | 23.07. | 17.09. | 24.09.

Mittwochrunde » S. 13



17.09.2025

Senior:innen unterwegs

» S. 5

NEU

donnerstags



09:30 – 11:00 Uhr 26.06.

**Seminar für Senior:innen ...
um auch weiterhin sicher zu fahren** » S. 12

NEU



13:00 – 16:00 Uhr

Cafébetrieb

» S. 13



14:00 Uhr

Schach

» S. 12



14:00 Uhr 14-tägig in der ungeraden Kalenderwoche

Binokel

» S. 12



14:00 Uhr

Rommé

» S. 12



10:00 Uhr 15.05. | 26.06. | 17.07. | 21.08. | 18.09.

Walk and Talk für Frauen

» S. 4

NEU

sonntags



14:30–16:30 Uhr jeden 1. und 3. Sonntag

Trauercafé

» S. 15



14:30 Uhr jeden 4. Sonntag im Monat

Sonntagskino

» S. 40

ANGEBOTE



Spaziergang für Männer

Nach einer Tasse Kaffee geht es los. Jedes Mal auf einer anderen Route. Ein Angebot für den Gedankenaustausch, um nach Rat zu fragen und sich gemeinsam zu bewegen.

Im Juli und August machen wir Sommerpause, ab September freuen wir uns wieder auf Sie!

Termine: montags 10:00 Uhr

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9



Junge Senioren

Die Jungen Senioren machen Sommerpause. Während der Pause stellt unser 10-köpfiger Beirat wieder ein interessantes Programm für Sie zusammen. Das neue Semester beginnt am 6. Oktober.

Ort: Hans-Rießer-Haus

*Ab Anfang August sind die neuen Programmflyer erhältlich bei:
Sonja Albrecht » S. 15*



Bewegung für Senior*innen

Auch in diesem Jahr organisiert die Stadt Heilbronn die Veranstaltung „Sport im Park“. In Kooperation mit der TSG Heilbronn findet die Gruppe „Bewegung für Senior*innen“ im Kirchhöfle statt. Dabei steht die Freude an der Bewegung in Gemeinschaft im Vordergrund. In den 60 Minuten findet ein allgemeines Ganzkörpertraining statt welches auf Senior*innen abgestimmt ist. Die Übungen sind einfach, bequeme Kleidung ist sinnvoll, Sportbekleidung ist nicht notwendig. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht notwendig. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, gemeinsam einen Kaffee im Begegnungscafé zu trinken.

Termine: dienstags, 09:30 – 10:30 Uhr an folgenden Tagen:

im Mai: 06.05. | 13.05. | 20.05. | 27.05.

im Juni: 03.06. | 24.06.

im Juli: 01.07. | 08.07. | 15.07. | 22.07. | 29.07.

Ort: im Kirchhöfle

Weitere Informationen zum Bewegungsangebot:

Martin Till, Tel. 07131-507075, info@tsg-heilbronn.de

Bei Fragen zum anschließenden Beisammensein:

Sandra Platter » S. 15



Bewegung und Entspannung für Senior:innen ab 65

NEU

Mit leichten Bewegungs- und Dehnungsübungen im Stehen, im Sitzen oder im Liegen lassen wir den Alltag hinter uns. Wir werden uns in Balance üben und unsere Beweglichkeit verbessern. Mit Entspannungsübungen schalten wir bewusst einen Gang zurück. Diese Übungen sind ein gesunder Ausgleich für Körper und Geist.

Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung möglich

Kursleiterin: Andrea Körner, Entspannungspädagogin

Termine Kennenlernkurs:

*mittwochs, 10:00 – 11:00 Uhr an folgenden Tagen:
04.06. | 25.06. | 02.07.*

*Weiterer Kurs: 17.09. | 24.09. | 01.10. | 08.10. | 15.10.
22.10. | 29.10. | 05.11. | 19.11. | 26.11.*

*Bitte mitbringen: Anti-Rutsch Socken, Matte,
ein Kissen, wer möchte eine Decke*

Kosten: Einführungspreis für den Kennenlernkurs € 17,40

Kosten für den weiteren Kurs: auf Anfrage

Anmeldung und Infos: Elvira Paeßler » S. 15



Seminar für Senior:innen – ... um auch weiterhin sicher zu fahren

NEU

Sie fahren seit vielen Jahren Auto, aber die Verkehrsregeln haben sich heimlich weiterentwickelt? Grüner Pfeil, Kreisverkehre oder plötzlich auftauchende Fahrradwege auf der Straße sorgen für Verwirrung? Kein Problem! In unserem 90-minütigen Seminar bringt Sie Herr Dietrich mit viel Fachwissen – und einer Prise Humor – auf den neusten Stand. Wer danach noch unsicher ist, kann bei ihm eine Fahrstunde buchen, um das Erlernte direkt auszuprobieren.

Ihr Schutzengel freut sich über eine Pause und Sie über mehr Sicherheit im Straßenverkehr!

Termin: 26.06.2025, 09:30–11:00 Uhr

Anmeldung und Infos: Elvira Paebler » S. 15

FAHRERLAGER
... mehr als nur FAHRSCHEULE



Spielrunden

Wenn Sie Lust auf eine Spielrunde haben oder eine eigene Spielrunde gründen wollen, fragen Sie nach bei Gabi Amann, was wann gespielt wird! Neue Spieler sind herzlich willkommen.

Termine: jeweils 14:00 Uhr

montags: Elfer raus u. a.

dienstags: Rommé u. a. (14-tägig in der geraden Kalenderwoche)

mittwochs: Rommé u. a.

donnerstags: Schach

donnerstags: Binokel (14-tägig in der ungeraden Kalenderwoche)

donnerstags: Rommé

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9

Kontakt: Gabi Amann » S. 15



Jung-Rentner*innen-Treff

Treffen für alle, die frisch im Ruhestand sind

Termine: jeden 1. Dienstag im Monat um 10:00 Uhr

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9



Mittwochsrunde

Reiseberichte, Lesungen und Gemeinschaft bei Kaffee, Kuchen und Brezeln.

Termine: mittwochs 14:30 Uhr

07.05. Lesung mit Sigune Zimmermann

14.05. Mittwochsrunde mit Christoph Ehrmann

04.06. Lesung mit Sigune Zimmermann

25.06. Mittwochsrunde mit Christoph Ehrmann

16.07. Mittwochsrunde mit Christoph Ehrmann

23.07. Lesung mit Sigune Zimmermann

17.09. Mittwochsrunde mit Christoph Ehrmann

24.09. Lesung mit Sigune Zimmermann

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9



Cafébetrieb

Termine: montags–donnerstags 13:00–16:00 Uhr

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9

Kontakt: Gabi Amann » S. 15



Englisch– und Französischkurse

Zu unserem Programm gehören verschiedene Englisch- und Französischkurse für Senioren mit und ohne Vorkenntnisse. Sie lernen ohne Leistungsdruck und in der Gemeinschaft mit Gleichgesinnten. Bitte melden Sie sich bei Sandra Platter, die gerne gemeinsam mit Ihnen den für Sie passenden Kurs aussucht.

Termine im Begegnungscafé, Schellengasse 7–9:

Englischkurs „Just for fun“: dienstags 09:00 Uhr

Englischkurs „Happy English“: dienstags 14:30 Uhr

Termine im Quartierszentrum Böckingen:

Englischkurs: montags 08:45–10:15 Uhr

Englischkurs: donnerstags 09:00–10:30 Uhr

Französischkurs: donnerstags 10:30–12:00 Uhr

Termine im Quartierszentrum Nordstadt:

Englischkurs: dienstags 10:30–12:00 Uhr

Anmeldung und Infos: Elvira Paeßler » S. 15



Ganzheitliches Gedächtnistraining

In harmonischer Atmosphäre vermehren wir über Wortfindungen, Konzentrations-, Assoziations- und Gedächtnisspiele unsere Synapsen und tragen zu einer verbesserten Denk- und Merkfähigkeit bei. Mit einer Yoga- und Sturzprophylaxe-Einheit im Sitzen und Stehen verbessern wir unsere Beweglichkeit und Balance.

Die Dozentin Gertrud Jobst war bis zu ihrer Pensionierung Lehrerin in Heilbronn. Zum Ende ihrer Dienstzeit machte sie eine Ausbildung beim Gedächtnistrainerverband zur Gedächtnistrainerin und gibt seit einigen Jahren Kurse zu diesem Thema. Außerdem ist sie ausgebildet für Schulungen für neue Medien und gibt auch da seit Jahren regelmäßig Kurse alleine oder mit ihrem Mann zusammen. Sie singt in mehreren Chören und ist als Förderlehrerin weiterhin im Einsatz. In der Friedensgemeinde in Heilbronn ist sie ehrenamtlich tätig.

Teilnahme nur nach vorheriger verbindlicher Anmeldung für den ganzen Kurs. Da die Termine aufeinander aufbauen ist die Teilnahme an einzelnen Terminen ist nicht möglich.

Termine: dienstags 14:30–16:00 Uhr an folgenden Tagen:

06.05. | 20.05. | 24.06. | 08.07. | 22.07.

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9

Anmeldung: Elvira Paeßler » S. 15

oder kurse@diakonie-heilbronn.de



Tellerfrühstück

Gemeinsam schmeckt es besser! Genießen Sie einmal im Monat einen liebevoll vorbereiteten Frühstücksteller und die anregende Gemeinschaft mit anderen Frühstücksgästen.

Anmeldung spätestens Montag vor dem Frühstück bis 12:00 Uhr

Termine: jeweils um 09:00 Uhr an folgenden Tagen:

21.05. „Wonnemonat“

11.06. „Der Sommer ist da“

(Anmeldung am 10.06. von 09:00–12:00 Uhr)

09.07. „Frühstück im Schatten der Kastanien“

10.09. „Im Spätsommer“

Kosten: jeweils 9,50 € pro Person

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9

Anmeldung: Gabi Amann » S. 15



Trauercafé

Sie haben einen nahestehenden Menschen verloren oder sind durch einen anderweitigen Verlust in Trauer und suchen Unterstützung? Wir wollen uns Zeit nehmen, Ihren Erfahrungen nachzugehen, Ihre Erlebnisse und Gefühle zu Wort kommen lassen, um dann einige Haltepunkte auf dem Weg Ihrer ganz persönlichen Trauer zu setzen. Dies kann für Sie ein Geländer sein und findet statt in der Gemeinschaft von Menschen, die ähnliche Erfahrungen erleben. Das Trauercafé wird von Frau Reischle und Herrn Kalb vom Ambulanten Hospizdienst Heilbronn e. V. geleitet. Die Angebote finden auch an Feiertagen und in den Ferien statt.

Termine: jeden 1. und 3. Sonntag 14:30–16:30 Uhr

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9

Kontakt: Tel. 0176-84657258, www.hospizdienst-heilbronn.de

Ansprechpartner:innen

Karen Thanhäuser

Abteilungsleitung
Tel. 07131-964430
karen.thanhaeuser@diakonie-heilbronn.de

Sonja Albrecht

Assistentin der Abteilungsleitung
Tel. 07131-964431
sonja.albrecht@diakonie-heilbronn.de

Noemie Friedrich

Sozialberatung für Senior*innen, Besuchsdienste
Tel. 07131-964433
noemie.friedrich@diakonie-heilbronn.de

Elvira Paeßler

Verwaltung Kurse, Bildung, Begegnung
Tel. 07131-96440
elvira.paessler@diakonie-heilbronn.de

Gabi Amann

Bewirtung, Begegnungscafé
Tel. 07131-964439
gabi.amann@diakonie-heilbronn.de

Sandra Platter

Diakoniereisen; Kurse, Bildung, Begegnung
Tel. 07131-964432
sandra.platter@diakonie-heilbronn.de

PROGRAMM

montags

 08:45 – 10:15 Uhr
Englischkurs
» S. 13

 17:00 – 19:00 Uhr 12.05. | 02.06. | 07.07.
„MAKE it REAL“
» S. 20

 19:00 – 20:30 Uhr
Fitness- und Karatetraining für Senior*innen
» S. 21

dienstags

 09:30 – 11:30 Uhr
Seniorenorchester
» S. 22

 10:00 – 11:00 Uhr
KraWi (ehemals B5 Spielkreis)
» S. 21

 12:00 – 16:00 Uhr
Offener Cafébetrieb
» S. 21

 14:30 – 15:30 Uhr
Geselliges Tanzen 60+
» S. 21

 15:00 – 16:30 Uhr
Kaffeeklatsch
» S. 22

mittwochs

 09:30 – 11:30 Uhr
EbeKi (ehemals B5)
» S. 22

 10:30 – 11:30 Uhr
Bö-Ki Spiel- und Gesprächskreis
» S. 23

 12:00 – 15:00 Uhr
Offener Cafébetrieb
» S. 21

PROGRAMM



14:00–16:00 Uhr
Strickgruppe
» S. 23



10:30–12:00 Uhr
Französischkurs
» S. 13



15:00–18:00 Uhr
Beratungsangebot Internet- und Medienkonsum
» S. 23



12:00–16:00 Uhr
Offener Cafébetrieb
» S. 21



17:30–19:00 Uhr
Café Digital
» S. 23



14:00–17:00 Uhr
Teestunde für Frauen
» S. 20

donnerstags



15:00–17:30 Uhr 08.05. | 22.05. | 05.06. | 03.07. | 17.07. | 31.07. | 18.09. | 02.10.
Seniorentanz
» S. 24



09:00–10:30 Uhr
Englischkurs
» S. 13



15:00–17:00 Uhr
PROJEKTRAUM für Kinder
» S. 25



09:00–10:30 Uhr 08.05. | 05.06. | 03.07. | 18.09. | 02.10.
Nachbarschaftsfrühstück auf der Schanz
» S. 24



09:30–11:30 Uhr 08.05. | 05.06. | 03.07. | 04.09.
Frauenfrühstück
» S. 25



16:30–18:00 Uhr
Vätertreff mit Kindern
» S. 25

freitags

sonntags



14:30 Uhr jeden 4. Sonntag im Monat

Sonntagskino

» S. 40

Sondertermine



wetterabhängig

Rund um den Garten

» S. 24



Angebote für Kinder- und Jugendliche

» S. 22



Termine folgen
Quartiersküche

» S. 20



15.05.2025 15:00–18:00 Uhr

Aktionstag Alleinerziehende

» S. 27



-
Böckinger Kulturwoche im Mai

» S. 25



23.06. | 30.06.

Smartphone, Laptop, soziale Medien

» S. 24



Vorankündigung

» S. 27

Mein Name ist **Paula Giese** und ich bin seit dem 15.01.25 Mitarbeiterin im Quartierszentrum Böckingen. Ich werde dort für verschiedene Angebote für Kinder und Jugendliche zuständig sein.

Außerdem bin ich montags und freitags in der Grundschule Alt – Böckingen zu finden, dort betreue ich das Kleingruppenangebot „ILKA.“

Ich freue mich sehr auf die kommende Zeit!

Kommen Sie bei Fragen gerne auf mich zu, kontaktieren mich per Mail (paula.giese@awo-heilbronn.org) oder telefonisch unter 0170/2101408.



PROGRAMM

im Kreuzgrund
Holunderweg 57

dienstags



09:30–10:30 Uhr
DRK Seniorengymnastik
» S. 25



11:00–12:00 Uhr
DRK Yoga 50+
» S. 26



14:00–15:00 Uhr
DRK Gedächtnistraining
» S. 26



19:00–21:00 Uhr
Selbsthilfegruppe für Suchtkranke
» S. 26

mittwochs



09:30–11:30 Uhr
Krabbelgruppe Spatzennest
» S. 26

donnerstags



15:00–17:30 Uhr
Skatgruppe
» S. 26

samstags



13:00–17:00 Uhr
Binokelgruppe
» S. 27



Fotos: Quartierszentrum Böckingen



Quartiersküche

Die Quartiersküche Böckingen bittet zu Tisch.

Essen verbindet und schafft Gemeinschaft. Mit der Quartiersküche wollen wir einen Raum der Begegnung schaffen für Menschen aller Altersgruppen.

An den Terminen werden einige Freiwillige unter professioneller Anleitung eine große Mahlzeit kochen. Währenddessen richten die anderen Besucher*innen die Tische, spielen mit den Kindern, kommen ins Gespräch. Wer kann, zahlt einen Beitrag von 2,00 € pro Person. Dann wird gemeinsam gegessen und am Ende gemeinsam aufgeräumt.

Termine: werden über Instagram und im Seeräuber Blättle angekündigt

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

*Anmeldung zur Teilnahme am Essen oder als Küchenhelfer*in:*

quartierszentrum.boeckingen@diakonie-heilbronn.de

oder bei Tina Wenk » S. 27



Fotos: Quartierszentrum Böckingen



MAKE it REAL

Mädchen im Alter von 10 bis 16 treffen sich monatlich im QZ Böckingen! Hier wird gelacht, gestaunt, am Tablet ausprobiert, programmiert und ganz spielerisch erobert, wie spannend und attraktiv Technik sein kann: Mit LEDs, mit Video-Chat ... Schaut vorbei.



Quartierszentrum Böckingen

Termine: montags 17:00 – 19:00 Uhr an folgenden Tagen:

12.05. | 02.06. | 07.07.

Anmeldung und Infos: Quartierszentrum Böckingen

Quartierszentrum Nordstadt Mehrgenerationenhaus

Termine: einmal monatlich mittwochs

Infos: Tel. 07131-9644850



Teestunde für Frauen

Engeladen sind alle interessierten Frauen aller Kulturen.

Termine: donnerstags von 14:00 – 17:00 Uhr

Kontakt: Quartierszentrum Böckingen » S. 27



Fitness– und Karatetraining für Senior*innen

Training zur Erhaltung von Beweglichkeit und Stärkung des Gleichgewicht. Es werden Elemente aus Karate und Selbstschutz eingebaut. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Termine: montags 19:00–20:30 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Infos: Elvira Paeßler » S. 15



KraWi (ehemals B5 Spielkreis)

für Kinder von 0–3 Jahre.

Beratung rund um das Thema Erziehung, Gesundheit und Pflege des Kindes. Erfahrungsaustausch und soziale Vernetzung der Eltern. Gemeinsame, altersgerechte Aktivitäten in den Bereichen Singen und Bewegen und Kreativität sowie Spiel- und Bastelanregungen.

Termine: dienstags 10:00–11:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Infos: Johanna Kuch » S. 27



Offener Cafébetrieb

Wir laden alle ein mit Café und Tee bei uns zu verweilen.

Termine: dienstags und donnerstags 12:00 – 16:00 Uhr

mittwochs: 12:00 – 15:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5



Geselliges Tanzen 60+

Nationale und internationale Tänze, Elemente aus dem Gesellschaftstanz, Folklore und Linedance. Kein Paartanz. Schnuppern erwünscht!

Termine: dienstags 14:30–15:30 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Anmeldungen und Infos:

*DRK-Kreisverband Heilbronn, Susanne Hofmann-Sütterle
s.suetterle@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-623624*



Seniorenorchester

Wöchentlich treffen sich Musiker*innen, gleich welchen Instrumentes, zum gemeinsamen Proben mit Dirigent Hans Span. Bei unterschiedlichen Festlichkeiten im Stadt- und Landkreis tritt das Seniorenorchester mit seinem breiten Portfolio 6–7 Mal im Jahr auf. Lust mitzuspielen?

Proben: dienstags 09:30-11:30 Uhr

Ort: Haus der Begegnung, Sinsheimer Str. 55

Nähere Infos bei Walter Mössle, Tel. 07131-32763



Kaffeeklatsch

Bei Kuchen, Brezeln, Kaffee und kleinem Programm (Spiele, Singen, Kreatives), lädt das Quartierszentrum Böckingen zu einem unterhaltsamen Programm mit Begegnung, Austausch und Spaß ein.

Termine: dienstags 15:00–16:30 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Kontakt: Johanna Greef » S. 27



Angebote für Kinder- und Jugendliche

Einzelne Veranstaltungen werden über Instagram bekannt gegeben.

Alle Infos findet man entweder über Instagram  [quartierszentrum_boeckingen](#) oder als Aushang am Quartierszentrum im Infofenster.

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5



EbeKi (ehemals B5)

Austausch in der Gruppe und Einzelberatung bei Erziehungs- und Lebensfragen. Hilfreiche Tipps und Infos rund um das Leben mit Kindern. Angebot mit Frühstück.

Termine: mittwochs 09:30–11:30 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Infos: Johanna Kuch » S. 27



Bö-Ki Spiel- und Gesprächskreis

für Kinder von 0–3 Jahre.

Finanziert durch das Projekt Stärke des Landes Baden-Württemberg

Beratung rund um das Thema Erziehung, Gesundheit und Pflege des Kindes. Erfahrungsaustausch und soziale Vernetzung der Eltern. Gemeinsame, altersgerechte Aktivitäten in den Bereichen Singen und Bewegen und Kreativität sowie Spiel- und Bastelanregungen.

Termine: mittwochs 10:30–11:30 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Infos: Johanna Kuch » S. 27



Strickgruppe

Für Interessierte jeden Alters, egal ob Anfänger oder Experte. Häkeln & Co. sind auch möglich. Gerne auch interessierte Männer!

Termine: mittwochs 14:00–16:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Infos: Johanna Greef » S. 27



Beratungsangebot Internet- und Medienkonsum

Die Beratungsstelle der Diakonie bietet ein Hilfsangebot für Menschen mit problematischem Medienkonsum und für deren Angehörige. Sie erhalten hier Einschätzungen, Basisinformationen sowie Handlungsimpulse.

Termine: mittwochs 15:00–18:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Anmeldung und Infos: Tobias Schäfer, Tel. 07131-964451



Café Digital

Fragen zu Handy, Tablet oder Computer? Sie können ihre eigenen Geräte mitbringen. Wir stellen jedoch auch Laptops zur Verfügung. Sie können die Zeit nutzen, um im Web zu surfen oder um gezielte Fragen an die Fachleute zu stellen.

Termine: mittwochs 17:30–19:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Kontakt: Quartierszentrum Böckingen » S. 27



Seniorentanz

Kaffee, Kuchen, Livemusik und Tanz

Kulturbeitrag: 5,00 €

*Termine: donnerstags 15:00 –17:30 Uhr an folgenden Tagen:
08.05. | 22.05. | 05.06. | 03.07. | 17.07. | 31.07. | 18.09. | 02.10.*

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Infos: Johanna Greef » S. 27



Nachbarschaftsfrühstück auf der Schanz

Wir laden alle interessierte Senior*innen der Schanz ein.
Neue Gesichter in der Runde sind herzlich willkommen.

*Termine: donnerstags 09:00 –10:30 Uhr an folgenden Tagen:
08.05. | 05.06. | 03.07. | 18.09. | 02.10.*

Ort: Haus der Begegnung, Sinsheimerstr. 55

Anmeldung: Johanna Greef » S. 27



Rund um den Garten

Quartiersgarten: Wir laden ein in unseren Garten. Wenn wir vor Ort sind, kann der Garten geöffnet werden. Wir freuen uns, wenn Interessierte sich an Gartenpflege, Aussaat und später natürlich an der Ernte beteiligen. Machen Sie mit.

Anmeldung und Infos: Johanna Greef » S. 27



Smartphone, Laptop, soziale Medien

Erste Schritte und konkrete Fragen. Wie leite ich ein Foto weiter? Wie kann ich eine App runterladen? Wie kann ich mich bei Instagram anmelden? Auszubildende von LIDL freuen sich, Sie bei Ihren Fragen und Herausforderungen zu unterstützen. Es gibt eine 1:1 Anleitung. Konkrete Fragen bei der Anmeldung angeben.

Termine: 23.06. | 30.06., jeweils 10:30 –12:00 Uhr

Anmeldung und Infos: Johanna Greef » S. 27



Frauenfrühstück

Das Quartierszentrum Böckingen lädt einmal im Monat zum Frauenfrühstück ein. Alle Frauen sind herzlich willkommen. Gebäck wird gestellt. Wem es möglich ist, bringt eine Kleinigkeit fürs Buffet mit.

*Termine: donnerstags 09:30–11:30 Uhr an folgenden Tagen:
08.05. | 05.06. | 03.07. | 04.09.*

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Anmeldung und Infos: Johanna Kuch » S. 27



PROJEKTRAUM

Ein Angebot für Familien im Quartier.
Kinder von 3-6 Jahren mit Begleitperson.
Malen, gestalten und mehr!

Termine: donnerstags, 15:00–17:00 Uhr

Infos: Johanna Kuch » S. 27



Böckinger Kulturwoche

Im Rahmen der Böckinger Kulturwoche laden wir herzlich zu folgenden Angeboten in unser Quartierszentrum Böckingen ein:

Termine:

*20.05., 15:00 Uhr großes Senior*innencafé*

*22.05., 15:00 Uhr großer Senior*innentanz*

24.05., 15:00 Uhr Kindertheater „Frederick“

Infos: Quartierszentrum Böckingen » S. 27



DRK Seniorengymnastik

Termine: dienstags 09:30–10:30

im Rahmen eines mehrmals jährlich stattfindenden Kurses

Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57

Bei Fragen zu Terminen und Anmeldung:

Susanne Hofmann-Sütterle

s.suetterle@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-623624



DRK Yoga 50+

Übungen im Stehen, Sitzen und auf der Matte, Entspannungs- und Atemübungen.

Termine: dienstags 11:00–12:00
im Rahmen eines mehrmals jährlich stattfindenden Kurses
Beginn: 18.02.2025
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Bei Fragen zu Terminen und Anmeldung:
Susanne Hofmann-Sütterle
s.suetterle@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-623624



DRK Gedächtnistraining

Termine: dienstags 14:00–15:00 Uhr
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Bei Fragen zu Terminen und Anmeldung:
Susanne Hofmann-Sütterle
s.suetterle@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-623624



Selbsthilfegruppe für Suchtkranke

Termine: dienstags 19:00–21:00 Uhr
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Infos: Johanna Greef » S. 27



Krabbelgruppe Spatzennest

für Kinder von 0–3 Jahre.
Lust auf Austausch und Spiel? Wir freuen uns auf Sie.

Termine: mittwochs 09:30–11:30 Uhr
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Infos: Tina Wenk » S. 27



Skatgruppe

Interessierte Skatspieler*innen jederzeit willkommen

Termine: donnerstags 15:00–17:30 Uhr
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Infos: Johanna Greef » S. 27



Binokelgruppe

Interessierte Skatspieler*innen jederzeit willkommen

Termine: samstags 13:00 –17:00 Uhr

Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57

Infos: Quartierszentrum Böckingen » S. 27



Vorankündigung

Freut euch auf weitere Kulturveranstaltungen im Gewölbekeller des Quartierszentrums Böckingen.

Termine werden über

Instagram  [quartierszentrum_boeckingen](#)

und im Seeräuber Blättle angekündigt.



Aktionstag Alleinerziehende

Beratung, Austausch und Begegnung für Alleinerziehende. Sie können Informationen zur Unterstützung und Hilfsangebote der Stadt Heilbronn erhalten.

Ort: Quartierszentrum Bahnhofsvorstadt, Schützenstr. 16, 74072 Heilbronn



PROGRAMM

montags



13:00 – 17:00 Uhr
„KoSuN“ und Einzelförderung

» S. 31



14:00 Uhr
Gedächtnisspiele

» S. 31



14:30 Uhr
Sprachcafé

» S. 31



14:45 – 15:45 Uhr
Gymnastik 65+ (DRK)

» S. 32

dienstags



09:00 – 11:00 Uhr
„Wir sind quirlig – Ihr seid weise“

» S. 30



09:30 – 11:00 Uhr
Frauenfrühstück

» S. 35



10:30 – 12:00 Uhr ab 14.01.
Englischkurs

» S. 13



13:00 – 17:00 Uhr
„KoSuN“ und Einzelförderung

» S. 31



ab 14:00 Uhr
Fahrradwerkstatt

» S. 31



ab 15:00 Uhr
Quartierstreff: Familiennachmittag

» S. 33



Unregelmäßige Termine
Kulturabend

» S. 33

mittwochs



09:15–11:00 Uhr
Lerntreff „Grundbildung“
» S. 34



ab 09:30 Uhr
MüKi = Eltern-Kind-Treff für Eltern mit Kindern
» S. 32



11:00–12:00 Uhr
Sprechzeit der Integrationsmanagerin
» S. 34



13:00–17:00 Uhr
„KoSuN“ und Einzelförderung
» S. 31



15:30 Uhr
„MAKE it REAL“
» S. 20



19:00–20:30 Uhr
**Gameover Heilbronn –
Selbsthilfegruppe für Spielsüchtige** » S. 20

donnerstags



09:30–10:45 Uhr
Generationen-Kulturfrühstück K5
» S. 34



13:00–17:00 Uhr
„KoSuN“ und Einzelförderung
» S. 31



14:30 Uhr
Sprachcafé
» S. 31



ab 15:00 Uhr
Quartierstreff – Offene Treffs
» S. 33



ab 18:30 Uhr nächster Termin: 26.06.
„Fröhlicher Wartberg“
» S. 33



19:30 – 21:00 Uhr 14-tägig
Selbsthilfegruppe Suchtkranke
» S. 35

freitags



09.30–11.00 Uhr
Freitagstreff für Frauen



09.30–11.00 Uhr 04.04.–25.07. (nicht in den Ferien)
„Kunst öffnet Augen“
» S. 36



09:30–10:15 Uhr
Qigong
» S. 35



13:00–17:00 Uhr
„KoSuN“ und Einzelförderung
» S. 31



ab 16:30 Uhr mindestens 1x pro Jahreszeit
Kinderrat
» S. 36

sonntags



14:30 Uhr jeden 4. Sonntag im Monat
Sonntagskino
» S. 40

ANGEBOTE



„Ich bin quirlig – Du bist weise“

Zum besonderen Mehrgenerationenprojekt im Quartierszentrum Mehrgenerationenhaus treffen sich Vorschulkinder aus dem evangelischen Kindergarten Wartberg mit Senior*innen aus der Nordstadt, um gemeinsam zu spielen, zu basteln, Ausflüge zu unternehmen u. v. m. Die beiden Generationen können so vieles von einander lernen und gemeinsam viel Spaß haben.

Termine: dienstags 09:00–11:00 Uhr
Ort: Quartierszentrum Nordstadt





KoSuN = Kontaktstelle für Kids und ihre Familien

Familien aus der Nordstadt erfahren hier praktische Unterstützung, z. B.: Schulkinder können 1:1 mit Lernhelfer*innen Deutsch üben, Mathe pauken, in Einzelsettings für die Schule lernen. Ab Klasse 9 kannst Du hier als Lernhelfer*in mitmachen, bewirb Dich bei uns! Das Projekt „Zukunft schenken“ wird durch Spenden ermöglicht.



Termine: montags–freitags 13:00–17:00 Uhr
Ort: Quartierszentrum Nordstadt
Anmeldung und Infos: Tel. 07131-9644850



Gedächtnisspiele

In guter Gemeinschaft werden anhand von verschiedenen Methoden spielerisch die kognitiven und mentalen Fähigkeiten angeregt. Gedächtnisspiele machen Spaß, erhöhen die Merkfähigkeit, machen munter und fröhlich.

Termine: montags 14:00 Uhr
Ort: Quartierszentrum Nordstadt



Sprachcafé

Im Sprachcafé finden sich Menschen zusammen, die ihre Sprachkenntnisse vertiefen möchten. Anhand von alltagspraktischen Themen werden Wörter, Satzbau und Grammatik erlernt. Lesen und Schreiben wird trainiert. Gemeinsame Unternehmungen wie z. B. gemeinsam Kochen und Einkaufen runden das Angebot ab.

Termine: montags und donnerstags 14:30 Uhr
Ort: Quartierszentrum Nordstadt



Fahrradwerkstatt

Wann: dienstags während der Winterzeit ab 14:00 Uhr und während der Sommerzeit ab 15:00 Uhr

Wo: Nordstraße 47, Hinterhof

Was: Kleinere Reparaturen, Schläuche flicken, Luft aufpumpen, Bremsen einstellen, Schaltung einstellen usw.

Werkzeug ist vorhanden, alle dürfen selbst Hand anlegen – wir zeigen wie es geht.



Gymnastik 65+ (DRK)

Sie wollten schon immer etwas für Ihre Gesundheit tun, haben aber alleine dazu keine Lust!

Unsere Gymnastikgruppe startet nach den Weihnachtsferien wieder regelmäßig ab 08.01.2024 von 14:45–15:45 Uhr.

Im Vordergrund stehen gymnastische Übungen rund um den Stuhl, auf Bodengymnastik wird verzichtet. Und da auch Musik und viele Kleingeräte im Einsatz sind, kommen Spaß und Schwung nicht zu kurz. Kommen Sie einfach unverbindlich zum Schnuppern vorbei und schauen Sie sich alles an. Auch wer sportlich untrainiert ist oder kleinere Einschränkungen im Gesundheitsbereich wie Osteoporose, Rheuma oder Arthrose hat, kann mitmachen. Wir freuen uns auf Sie!

Termine: montags 14:45–15:45 Uhr

Ort: Wartberggemeindehaus, Schülerstraße 4, Heilbronn

*Anmeldungen und Infos: Susanne Hofmann-Sütterle
s.suetterle@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-623624*



EiKiT = Eltern-Kind-Treff

MüKi = Eltern-Kind-Treff für Eltern mit Kindern

von 0 – 3 Jahre

MüKi der bindungsorientierte Baby-Kleinkind-Treff mit Spiel- und Bewegungsangeboten für das Kind. Vorträge und Austausch/Gespräche zu Themen rund um Schwangerschaft, Stillzeit, Kleinkindzeit. Wir sprechen über Gesundheit von Mutter und Kind, halten Tipps rund ums Stillen, Abstillen, Ernährung bereit, nehmen die Autonomiephase, das Trocken werden, Fremdbetreuung und Eingewöhnung, Grenzen und Konsequenzen, Regeln, Rituale, das Trösten, Teilen, Schlafen und viele weitere interessante Themen für die Eltern rund um den Familienalltag mit Säuglingen und Kindern, bereit. Für die Kleinen erlernen die Mamas Massagetechniken, Fingerspiele, Bewegungslieder u. v. m.

MüKi und Elkit werden über Landesmittel „Stärke“ bezuschusst und von der Koordinatorin des „P-Netz-Nord“ Carolin Link begleitet



EiKiT-Termine: jeden zweiten Freitag im Monat 10:00 Uhr

Ort: im Nebengebäude der Olgakrippe, Sichererstraße 58

MüKi-Termine: mittwochs ab 09:30 Uhr

Ort: Quartierszentrum Nordstadt im lila Haus, Feyerabendstraße 36



Quartierstreff – Offene Treffs

Quartierszentrum Nordstadt Mehrgenerationenhaus (QZ-MGH)

Zu den Offenen Treffs muss man sich nicht anmelden. Alle Menschen, die Kontakt suchen, sind herzlich willkommen. Sie finden dienstags und donnerstags statt. Ein Team freiwillig Engagierter bewirbt die Treffs. Dienstagsnachmittags richtet sich der Offene Treff „Family-Time“ an die ganze Familie. Bastelangebote und jahreszeitliche Impulse bereichern den Nachmittag. Außerdem stehen Nähmaschinen für eigene Näharbeiten im „Werkstättchen“ bereit. Das Angebot „MOKA“ ebenfalls Dienstagnachmittags, spricht Menschen an, die gerne nähen lernen möchten oder Unterstützung bei Näharbeiten oder beim Zuschneiden ihrer Stoffe benötigen. Ganz nebenbei wird Sprache geübt, Lesen und Schreiben lernen gehören auch dazu. Donnerstags findet der Nordstadttreff statt, hier trifft man sich, zu guten Gesprächen bei einer Tasse Kaffee oder Tee und leckerem Kuchen. Einmal im Monat lädt das Team vom Quartierszentrum donnerstags zum „MGH-Forum“ ein. Ein Film, ein Vortrag, gemeinsames Singen u. ä. stehen auf dem Programm – Hinweise dazu jeweils in der Presse oder im QZ-MGH.

*Termine: dienstags und donnerstags ab 15:00 Uhr
Ort: Quartierszentrum Nordstadt*



Kulturabend

Jazz, Musik, Comedy, Vorträge und aktuelle Runden

*weitere Termine siehe Presse
oder Info im Quartierszentrum Nordstadt*



„Fröhlicher Wartberg“

Der „Fröhliche Wartberg“ – das sind unterhaltsame Themenabende mit Gesichtern und Livemusik aus der Nordstadt. Mit unseren Gästen erzählen wir die großen und kleinen Geschichten des Alltags und Sonntags zwischen Wartberg und Paulinenstraße.

Für Getränke sorgt das Team des QZ-MGH, den Tiefsinn und den Leichtsinn schaffen wir bestimmt gemeinsam. (Kooperationsprojekt der Offenen Hilfen und des QZ-MGH)

*Termine: donnerstags 18:30 Uhr am 26.06.
Ort: Quartierszentrum Nordstadt*



Lerntreff „Grundbildung“

in Kooperation mit der VHS. Die Teilnahme ist kostenfrei

Termin: mittwochs 09:15 – 11:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Nordstadt

Infos: Tel. 07131-9644850



Sprechzeit der Integrationsmanagerin

Sie berät Menschen mit Migrationshintergrund oder Fluchterfahrung und steht für niederschwellige Beratung beim Kulturfrühstück zur Verfügung. In der offenen Sprechstunde können Anliegen zu Themen wie Arbeitssuche, Sprachkurse und Inhalte von Briefen besprochen werden. Angebote, die die Integration fördern, werden organisiert. Es gibt ein Nähangebot für Frauen jeder Kultur – die Nähwerkstatt „MoKa“.

Termin: mittwochs 11:00 – 12:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Nordstadt



Generationen-Kulturfrühstück K5

Das Generationen-Kulturfrühstück bringt Menschen aus verschiedenen Herkunftsländern, aus allen vier Lebensaltern zusammen. Bei einem leckeren Frühstück werden Kontakte geknüpft, sind Tischgespräche über dies und das erwünscht. Nach dem Frühstück werden Gesprächsimpulse anhand von Geschichten, Präsentationen, Vorträgen in die Runden gegeben, so dass die Gäste zum Austausch über aktuelle Themen, alltagspraktische Themen u. v. m. in den Austausch kommen und so angeregt werden, über den eigenen Tellerrand zu blicken.

Termine: donnerstags 09:30 – 10:45 Uhr

Ort: Quartierszentrum Nordstadt



Foto: Diakonie



Gameover Heilbronn – Selbsthilfegruppe für Spielsüchtige

Gameover richtet sich an Glücksspielsüchtige. Das Ziel der Gruppe ist es, sich einmal wöchentlich zu treffen, um sich mit anderen Spielsüchtigen auszutauschen. Gameover bietet als Selbsthilfegruppe ein offenes Ohr für die Probleme des Alltags und den offenen Austausch mit Menschen, die in ähnlicher Situation sind.

Termine: wöchentlich mittwochs 19:00–20:30 Uhr
Infos: gameover.heilbronn@mail.de
Verantwortlich: ARGe Suchtselbsthilfe e.V.



Frauenfrühstück

Frauen treffen sich um über aktuelle Themen zu sprechen, um soziale Netzwerke aufzubauen und zu pflegen. Die Treffen stehen jeweils unter einem bestimmten Thema, das die Teilnehmerinnen miteinander ins Gespräch bringt und den Aspekt „lebenslanges Lernen“ mit berücksichtigt.

Termine: dienstags 09:30–11:00 Uhr 06.05. | 01.07.
Ort: Quartierszentrum Nordstadt



Selbsthilfegruppe für Suchtkranke

Bei einer Suchterkrankung ist oft das Schlimmste, mit scheinbar unlösbaren Problemen allein zu sein. In einer Selbsthilfegruppe wird man verstanden – auch ohne viele Worte. Wir respektieren jeden so, wie er ist und bieten in unserer Gemeinschaft Hilfe, einen Weg zu einem suchtmittelfreien und selbstbestimmten Leben zu finden.

Termine: donnerstags 19:30 – 21:00 Uhr (14-tägig)
Ort: Quartierszentrum Nordstadt
Kontakt: Paul Zsebedits, paul@fcons.de, Tel. 0176-60946907



Qigong

Qigong ist eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Anregung von Körper und Geist. Atemübungen, Körper- und Bewegungsübungen, Konzentrationsübungen und Meditationsübungen gehören mit zu den Techniken.

Termine: freitags 09:30–10:15 Uhr
Ort: Quartierszentrum Nordstadt
Kosten: 10 € für insgesamt 10 Einheiten
Anmeldung: Tel. 07131-9644850



Kinderrat

Einmal in jeder Jahreszeit werden aktuelle Anliegen gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen besprochen. Im Dezember besuchte Cecile Diouf von der Krümelkiste und Suchtprävention der Caritas den Kinderrat.

*Termine: freitags ab 16:30 Uhr
(mindestens einmal pro Jahreszeit)
Ort: Quartierszentrum Nordstadt*



Sommer 2025 und noch nix geplant?

Das Sommerferienprogramm in der Nordstadt wird von der „Nordstadtkooperation“ vorbereitet, dazu gehören: Das QZ Augärtele, die AWO-Flexible Hilfen, die Schulsozialarbeiter*innen der Dammschulen und der Wartbergschule und das QZ-Mehrgenerationenhaus Nordstadt

In Woche 32, 33 und 37 wartet ein buntes, teilweise generationsübergreifendes Ferienprogramm auf viele interessierte Teilnehmer*innen. Das Programmheft gibt es ab 1. Juli im QZ-MGH Rauchstraße 3!



„Kunst öffnet Augen“ – ein therapeutisches Angebot

Das Angebot richtet sich an Erwachsene mit und ohne Fluchterfahrung. Hier erhalten sie unter kunsttherapeutischer Anleitung die Möglichkeit sich kreativ auszuprobieren und ihren Emotionen farblich freien Lauf zu lassen. In einer Kleingruppe können Gedanken und Empfindungen ausgetauscht werden und die emotionale Gesundheit insgesamt verbessert werden. Es werden keine künstlerischen Vorerfahrungen vorausgesetzt. Nur mit Anmeldung möglich!

*Termin: freitagvormittags von 09:30–11:00 Uhr
Angebotszeitraum: ab 04.04. – 25.07. (nicht in den Ferien)
Kontakt: Tel. 07131 – 9644850
Ort: Quartierszentrum Nordstadt-Mehrgenerationenhaus,
Rauchstraße 3*



Die „Hilver-App“ kommt nach Heilbronn“



Um alle Interessierten umfassend zu informieren gibt es gleich zwei Informationsveranstaltungen im QZ-MGH:

1. „QZ-MGH Forum“ am 15. Mai ab 15.00 Uhr mit dem Thema „Hilver-App“
2. Ebenfalls am 15. Mai: Offener Info-Abend zur „Hilver-App“ ab 18.00 Uhr – beide Veranstaltungen finden im QZ-MGH Nordstadt, Rauchstraße 3 statt - Herzliche Einladung!

Die „Hilver-App“ stellt ein Vermittlungskonzept für ältere Menschen mit Unterstützungswunsch und ehrenamtliche Helfer:innen bereit. Dieses innovative Konzept verbessert die Daseinsvorsorge für ältere Menschen und erhöht gleichzeitig die Flexibilität bürgerschaftlich Engagierter.

Thomas Walter, der Entwickler der App wird persönlich vor Ort sein, um die App vorzustellen. Annemieke Plümke (Altenhilfe · Sozialplanung) und Nora Zeltwanger (Geschäftsstelle Quartierszentren) begleiten die beiden Info-Veranstaltungen.



SONSTIGES



Nordstadt
Mehrgenerationenhaus
Heilbronner
Quartierszentrum



Engagieren Sie sich für IHREN Stadtteil

Sie sind interessiert und möchten gerne mitmachen?

Unterstützen Sie uns in der Stadtteilarbeit, bei den Offenen Treffs, bei Kulturprogrammen oder als Lernhelfer*in in der Einzelförderung, oder, oder, oder ...

Wir freuen uns auf Sie! Sprechen Sie uns an – gerne persönlich, während den Bürozeiten oder telefonisch zur Terminvereinbarung. Es erwartet Sie ein engagiertes Team von Fachkräften und Freiwillig Engagierten.



Rückblick Neues aus dem Projekt „Zukunft schenken“

Die „AIM“ als Bildungsträger ermöglichte 14 jugendlichen und erfahrenen Erwachsenen einen sehr lehrreichen Schulungsnachmittag. „Welcher Lerntyp bist Du?“ oder „Was fördert die Motivation Deines Schülers?“ waren beispielhafte Inhalte. Christina Thiele, Pädagogin und Supervisorin aus Neumarkt i. d. Oberpfalz gab wertvolle Impulse für die Einzelförderung von Jungs und Mädchen. Gerne einmal wieder war der Tenor der Teilnehmer*innen!



Fotos: Diakonie

Ansprechpartnerinnen

mgh@diakonie-heilbronn.de

Andrea Barth

Quartiersmanagerin
Tel. 07131-9644850

andrea.barth@diakonie-heilbronn.de

Ute Neuschwander

Quartiersmanagerin
Tel. 07131-9644850

ute.neuschwander@diakonie-heilbronn.de

Viktoria Neufeld

Integrationsmanagerin
Tel. 07131-9644850

viktoria.neufeld@diakonie-heilbronn.de

Najoua Balti

Service Quartierstreffs

Carolin Link

Präventionsnetzwerk - Koordination
Tel. 07131-9644850

carolin.link@diakonie-heilbronn.de

SONNTAGSKINO



Sonntagsskino im Marrahaus

Kirchbrunnenstraße 3

» Eintritt 5 €

» geöffnet 30 Min. vor Beginn

Kinozeit

am 4. Sonntag im Monat

Für viele ältere Menschen ist das inzwischen ein fester Bestandteil in der Sonntagsgestaltung. Wir freuen uns, dass wir in guter Zusammenarbeit mit der Kinostar Theater GmbH, Stuttgart und dem Kino im Marrahaus dieses Angebot für Senior:innen durchführen können.

25.05.2025, 15:00 Uhr

Sechs Richtige – Glück ist nichts für Anfänger

Mit einer Wahrscheinlichkeit von 1 zu 19 Millionen ist ein Gewinn im Lotto weniger wahrscheinlich als von einem Meteoriten getroffen zu werden. Doch das Glück ist scheinbar auf der Seite von Ehepaar Roussel, Ahme, Sandra Arnaud, dem Rentner Henri und seinem Pflegepersonal und der jungen Julie, die nicht nur den 10-Millionen-Euro-Jackpot geknackt hat, sondern direkt danach sogar von ihrem Traummann Thomas auf Händen getragen wird. Doch schon bald nach ihren Lotto Gewinnen verwandelt sich das wahrgewordene Wunder für alle Beteiligten in einen ebenso explosiven wie urkomischen Albtraum.



22.06.2025, 15:00 Uhr

Der Lehrer, der uns das Meer versprach

1935 übernimmt der junge Lehrer Antoni Benaiges kurz vor Ausbruch des spanischen Bürgerkriegs die Grundschule eines kleinen, abgelegenen Dorfes in der Provinz Burgos. Mit seinen fortschrittlichen und antiautoritären Unterrichtsmethoden gewinnt er schnell das Vertrauen seiner Schüler*innen. Doch sein freundschaftlicher Umgang mit den Kindern wird von den Eltern und Dorfvorstehern argwöhnisch beobachtet. Eines Tages verspricht Benaiges seinen Schüler*innen, ihnen in den Sommerferien das Meer zu zeigen – ein Versprechen, das bei den Eltern auf Skepsis stößt, da die Kinder das Meer noch nie gesehen haben.



SONNTAGSKINO

27.07.2025, 15:00 Uhr

Maria

Paris in den 1970ern: Die Opernsängerin Maria Callas hat sich nach ruhmreichen Tagen auf den Opernbühnen der Welt zurückgezogen und lebt mit ihrem Partner Aristotle Onassis zusammen. Zwar reist sie noch hier und da in der Welt umher, um etwa in New York an der Juillard eine Meisterklasse zu unterrichten, doch ihre stimmlichen Qualitäten nahmen in den letzten Jahren rapide ab. Auch die Skandale zum Noch-Ehemann Giovanni Battista Meneghini fordern ihren Tribut. Gemeinsam mit dem Tenor Giuseppe Di Stefano gibt sie eine Reihe an Konzerten. Obwohl ihr das Publikum weiterhin zu Füßen liegt, ist das Ende ihrer Karriere absehbar. Und auch ihrer Schwester bleibt dies nicht verborgen.



24.08.2025, 15:00 Uhr

Toni und Helene

Paris in den 1970ern: Die Opernsängerin Maria Callas hat sich nach ruhmreichen Tagen auf den Opernbühnen der Welt zurückgezogen und lebt mit ihrem Partner Aristotle Onassis zusammen. Zwar reist sie noch hier und da in der Welt umher, um etwa in New York an der Juillard eine Meisterklasse zu unterrichten, doch ihre stimmlichen Qualitäten nahmen in den letzten Jahren rapide ab. Auch die Skandale zum Noch-Ehemann Giovanni Battista Meneghini fordern ihren Tribut. Gemeinsam mit dem Tenor Giuseppe Di Stefano gibt sie eine Reihe an Konzerten. Obwohl ihr das Publikum weiterhin zu Füßen liegt, ist das Ende ihrer Karriere absehbar.



28.09.2025, 15:00 Uhr

Die leisen und die großen Töne

Thibaut ist ein berühmter Dirigent, der die Konzertsäle der ganzen Welt bereist. In der Mitte seines Lebens erfährt er, dass er adoptiert wurde und dass er auch einen jüngeren Bruder hat, der in einer Schulküche arbeitet und Posaune in der Blaskapelle einer Arbeiterstadt spielt. Die beiden Brüder könnten unterschiedlicher nicht sein. Nur in einer Sache sind sie sich einig: ihrer Liebe zur Musik. Thibaut ist beeindruckt vom musikalischen Talent seines Bruders. Er will seinem Bruder die Chance geben, sein Talent zu entfalten, seinem Herzen zu folgen und mit dem kleinen Orchester einen nationalen Wettbewerb zu gewinnen.



Liebe Reisefreunde,

wir laden Sie ein, den Alltag hinter sich zu lassen.

Schenken Sie sich Zeit für Abwechslung und Erholung, neue Eindrücke und nette Begegnungen. Genießen Sie die Geborgenheit und Geselligkeit in der Gruppe. Erleben Sie die vielen kleinen Glücksmomente, die eine Reise bieten kann.

Den **Reisekatalog 2025** erhalten Sie bei Sandra Platter, Tel. 07131-964432

Diakonie Radtreff

Schon seit über 20 Jahren radeln die Diakonieradler durch das Ländle. Inzwischen mit E-Bikes!

Tages- und Mehrtagesausfahrten werden in vier Stufen mit unterschiedlichen Anforderungen angeboten.

Nähere Infos bei Alfred Unzeitig Tel. 07131-253777



WALD- ERHOLUNG GAFFENBERG

5 Tage
19.05.–23.05.2025

Urlaub ohne Koffer

**AUSGEBUCHT/
WARTELISTE**



MAYRHOFEN ZILLERTAL

8 Tage
14.05.–21.05.2025

Wilde Natur und
lebendige Kultur

**AUSGEBUCHT/
WARTELISTE**



SONNENINSEL USEDOM

11 Tage
16.06.–26.06.2025

Traumhaft schöne
Urlaubstage am
feinsandigen Ostseestrand

**AUSGEBUCHT/
WARTELISTE**



KURSTADT BAD WÖRISHOFEN

8 Tage
26.07.–02.08.2025

Erholen und gesund
bleiben in Bayern

**AUSGEBUCHT/
WARTELISTE**



MERAN

8 Tage
17.09.–24.09.2025

Alpine Kulisse,
mediterranes Flair

**AUSGEBUCHT/
WARTELISTE**



Offene Senioren- und Stadtteilarbeit

OS2A

Begegnungscafé

Schellengasse 9
74072 Heilbronn
Tel. 07131-964431
www.diakonie-heilbronn.de



Nordstadt

Mehrgenerationenhaus

Heilbronner
Quartierszentrum

Rauchstraße 3
Tel. 07131-9644850



Böckingen

Heilbronner
Quartierszentrum

Kirchsteige 5
Tel. 07131-3821920

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt: Karen Thanhäuser, Diakonie Kreisverband Heilbronn
Gestaltung/Druck: Redemann Media GmbH
Fotos: Diakonie, stock.adobe.com
Auflage: 1.300 Stück