

Programm März – Juni 2026

 <p>Aktiv in jedem Alter</p>	 <p>Offene Senioren- und Stadtteilarbeit OS2A</p>
 <p>Nordstadt Mehrgenerationenhaus Heilbronner Quartierszentrum</p>  <p>Mehr Generationen Haus Mitarbeiter · Forststraße</p>	 <p>Böckingen Heilbronner Quartierszentrum</p>

GEMEINSAM STATT EINSAM

Liebe Gäste, Akteure und alle Interessierte,

die Landesregierung hat für das Jahr 2026 eine Kampagne gegen die Einsamkeit gestartet. Obwohl unser Tun und Handeln seit Jahren darauf ausgerichtet ist Menschen Begegnung zu ermöglichen, gemeinsam Neues, wie Fahrertraining, WhatsApp-Kurs etc. zu erfahren und Altbewährtes, wie Binokel- und Skatrunden, Tanzen etc. zu pflegen, nehmen wir diese Kampagne ernst, überlegen uns neue Formate um noch mehr Menschen zu erreichen.

In dem jüngsten Diakoniemagazin ist von einem Bauchladen an Angeboten die Rede. Dies ist nicht despektierlich

gemeint, sondern soll die große Auswahl und die vielen Möglichkeiten unterschiedlichster Interessen für Alt und Jung betonen.

So hoffen wir, dass auch Sie sich angesprochen fühlen bei uns Neues zu entdecken oder sich einer Gruppe anzuschließen. Für Ideen und Anregungen sind wir stets offen.

Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen, herzlich

*Karen Thanhäuser und
das Team der Offenen Senioren- und Stadtteilarbeit*



Aktiv in jedem Alter



Gesundheitswandern	4
Offener Senior*innen Treff	5
Senior*innen unterwegs	6
Online Banking	7
Puzzle-Tausch-Börse	8
Spielpartner*in gesucht?	8
Zeitschriften-Tauschbörse	9
Heilbronn entdecken	9
Kunst erleben	10
Junge Senioren	10
Sonntagskino	48
Reisen	50

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 12–21

Quartierszentrum Böckingen

Kirchsteige 5, 74080 Heilbronn Böckingen

Tel. 07131-3821920

quartierszentrum.boeckingen@diakonie-heilbronn.de

Programm

Seiten 22–35

Quartierszentrum Nordstadt – Mehrgenerationenhaus

Rauchstraße 3, 74076 Heilbronn

Tel. 07131-9644850

mgh@diakonie-heilbronn.de

Programm

Seiten 36–47



Gesundheitswandern

Gesundheitswanderungen sind organisierte Wanderungen, die darauf abzielen, das körperliche und geistige Wohlbefinden der Teilnehmer*innen zu fördern. Diese Art von Wanderung kombiniert Bewegung an der frischen Luft mit gezielten Gesundheitsimpulsen, um die Fitness, das Stressmanagement und die allgemeine Lebensqualität zu verbessern. Während der Wanderung wird auf eine ausgewogene Mischung von moderatem Tempo und regelmäßigen Pausen geachtet, sodass auch Personen mit unterschiedlichem Fitnesslevel teilnehmen können.

Ein wichtiger Bestandteil von Gesundheitswanderungen ist die Integration von Achtsam-

keits- und Entspannungsübungen. Es werden auch Übungen zur Verbesserung der Haltung oder spezielle Mobilitätsübungen eingebaut.

Gesundheitswanderungen sind nicht nur ein physisches Training, sondern auch eine Gelegenheit, sich vom Alltag zu erholen, die eigene Achtsamkeit zu schulen und neue Energie zu tanken.

Helga Naujoks ist seit 2017 zertifizierte Wander-, Natur- und Landschaftsführerin – aus Leidenschaft und Überzeugung. Ergänzend dazu hat sie sich 2024 auch im Bereich Gesundheitswandern ausbilden lassen.

*Termine: jeweils samstags, 09:00 – 11:00 Uhr
18.04. | 25.04. | 02.05. | 09.05.2026*

*Treffpunkt: Parkplatz Wertwiesen bei der
Bushaltestelle Wertwiesen (HN-Sontheim)*

Kosten: 25 €

Teilnehmerzahl: mind. 4

*Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung unter
07131-96440 oder E-Mail
elvira.paessler@diakonie-heilbronn.de*



Offener Senior*innen Treff ab 12.01.2026

Nach dem Motto „Keiner bleibt allein“ laden wir seit 12. Januar 2026 herzlich zu unserem offenen Senior*innen Treff ein. Bei Kaffee und Kuchen ist Raum zum Austausch: Erfahrungen teilen, neue Kontakte knüpfen, Freundschaften schließen.

Wir treffen uns montags von 14:00 bis 16:30 Uhr im Begegnungscafé in der Schellengasse — ganz zwanglos, ohne Anmeldung und ohne Verpflichtungen.

Kommen Sie einfach vorbei, so oft oder so selten Sie möchten; wer mag, bringt eigene Vorschläge mit, wer lieber zuhört, ist ebenso willkommen. Wir freuen uns auf ein offenes Miteinander und darauf, die Nachmittage gemeinsam zu gestalten.

Das Treffen ist kostenlos, es fallen nur die Kosten für Ihren Verzehr an.

Weitere Infos erhalten Sie bei Frau Platter unter 07131-964432.





Senior*innen unterwegs – Ausflüge in die Region

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

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 Natur-

denkmale, ebenso wie Industriedenkmale und das Kennenlernen besonderer Menschen, die das Land prägen.

Mehrmals im Jahr brechen wir zu einem interessanten, spannenden, heiteren und lehrreichen Ausflug auf. Bei allen Ausflügen sind wir mit den öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs.

Startzeit wird am Vormittag sein, die genaue Zeit und das Programm erfahren Sie sechs Wochen vor dem Ausflug bei Sandra Platter oder Elvira Paeßler.

Die Kosten für Eintrittspreise und Fahrt trägt jede/r Teilnehmer*in selbst, die Kosten für Führungen werden vor Ort unter den Teilnehmer*innen aufgeteilt.

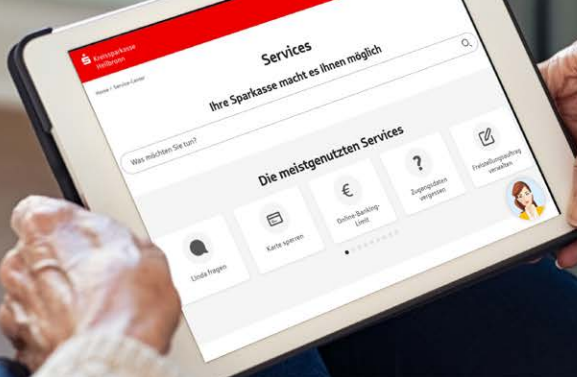
Anmeldung erforderlich unter 07131-96440 oder elvira.paessler@diakonie-heilbronn.de

15.04.2026 Eppingen

Wir erkunden die Fachwerkstatt

Achtung: Terminänderung!

10.06.2026 Schwäbisch Hall



Online Banking – Wie funktioniert das eigentlich?

Sie haben bisher noch kein Online Banking – entweder weil Sie nicht wissen, wie das funktioniert oder weil Sie sich Sorgen über die Sicherheit machen?

Dann laden wir Sie herzlich zu unserem Seminar in Kooperation mit der Kreissparkasse Heilbronn ein!

Herr Dürrwang von der Kreissparkasse Heilbronn erklärt was Online Banking ist, wie es funktioniert und worauf zu achten ist.

Das Seminar soll Ihnen Mut machen, sich mit dem Thema Online Banking zu beschäftigen und Ihnen die Möglichkeit bieten, erste Schritte in der neuen Banking-Welt zu gehen, damit Sie

Ihre Finanzen sicher zu Hause oder unterwegs im Blick behalten.

Einzige Voraussetzung für das Online Banking sind entweder ein PC, ein aktuelleres Tablet oder ein aktuelleres Smartphone mit Internetzugang. Die Geräte müssen zum Seminar nicht mitgebracht werden.

Schulungsinhalte:

- 🗨 Grundlegendes zum Online-Banking/Prävention
- 🗨 Durchführungswege (Internet-Filiale und Sparkassen-App)
- 🗨 Fragerunde

In Kooperation mit



Termine: 21.04.2026 oder 16.07.2026
beide Seminare sind identisch

Uhrzeit: 9:30 – 11:30 Uhr
Veranstaltungsort: Schellengasse 7–9

Das Seminar ist kostenfrei

Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung unter 07131-96440 oder info@diakonie-heilbronn.de



Puzzle-Fans aufgepasst!

Für alle Puzzle begeisterte Senior*innen startet die **Puzzle-Tausch-Börse** in unserem Begegnungscafé wieder. Bringen Sie ein vollständiges und gut erhaltenes Puzzle für Erwachsene ab 500 Teilen vorbei und nehmen Sie sich ein anderes wieder mit nach Hause. Nachdem Sie es gepuzzelt haben, dürfen Sie es gerne wieder gegen das nächste tauschen. Wir übernehmen keine Garantie dafür, dass die hier angebotenen Puzzle vollständig sind. Dieses Angebot kann während der Öffnungszeiten des Begegnungscafés wahrgenommen werden.

Ein paar Spielregeln gibt es:

- Bitte bringen Sie nur vollständige und gut erhaltene Puzzle ab 500 Teilen zum Tauschen.
- Getauscht werden können nur Puzzle, die aus einem Nichtraucherhaushalt stammen und aktuell, d. h. nicht älter als zwei Jahre sind.
- Pro mitgebrachtem Puzzle darf ein anderes Puzzle mitgenommen werden.

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 Spieletreff in unser Café ein. Einige unserer Spieleguppen 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



NEU

Zeitschriften-Tauschbörse

Sie lesen gern Zeitschriften?

Bringen Sie Ihre gelesenen Hefte vorbei und tauschen Sie sie gegen ein anderes – ganz einfach, kostenlos und nachhaltig!

Bitte beachten:

- Nur Zeitschriften aus Nichtraucherhaushalten
- Zeitschriften dürfen nicht älter als 2 Monate sein und müssen vollständig (keine fehlenden Seiten) sowie in gutem Zustand sein
- Pro mitgebrachter Zeitschrift darf eine andere mitgenommen werden
- Nur Zeitschriften – keine Tageszeitungen

Viel Spaß beim Stöbern und Lesen!



NEU

Heilbronn entdecken

barrierefreie Stadtführung für Menschen mit Demenz
und deren Angehörige/Begleitperson

Dienstag 12.05.2026
14:30 – 16:00 Uhr

- Treffpunkt Marktplatz HN, große Treppe am Rathaus
- Die Führung ist kostenlos und barrierefrei (leichte Sprache, rollstuhlgerecht)
- Die Platzzahl ist begrenzt. Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt

Anmeldung erforderlich:

Diakonie, Schellengasse 7–9

Tel. 07131-964430

allianz-demenz@diakonie-heilbronn.de

Veranstalter:

Netzwerk Demenz Landkreis Heilbronn,
Lokale Allianz für Menschen mit Demenz
Heilbronn in Kooperation mit der Heilbronn
Marketing GmbH



**Lokale Allianz für
Menschen mit Demenz**



JUNGE SENIOREN

Kunst erleben – Erinnerungen wecken

barrierefreie/-arme Führung mit einem anschließenden gemütlichen Zusammensein in unserem Workshopraum

Mittwoch 15.04.2026
14:30 Uhr

Entdecken Sie mit uns die Welt der Kunst – in ruhiger, angenehmer Atmosphäre betrachten wir Gemälde mit vertrauten Motiven, erzählen Geschichten zu den Kunstwerken und laden zum Erinnern und Austauschen

ein. Einige Kunstobjekte dürfen sogar berührt und erfüllt werden – Kunst mit allen Sinnen!

Im Anschluss können Sie in unserem Workshopraum selbst kreativ werden und mit Farben und Materialien experimentieren und wenn Sie möchten kleine Erinnerungsstücke gestalten.

Anmeldung und Informationen: Karen Thanhäuser · Schellengasse 7–9
Tel. 07131-964430 · allianz-demenz@diakonie-heilbronn.de

Junge Senioren

Versierte Referent*innen halten Vorträge, zu dem es anschließend eine Fragerunde gibt. Zum Ausklang wird bei Kaffee und Kuchen über das Gehörte und vieles andere gesprochen.

Beitrag:
€ 7,50 pro Nachmittag

Wir freuen uns auf Sie!



Evangelische
Erwachsenenbildung
Heilbronn

Informationen: Sonja Albrecht · Schellengasse 7–9
Tel. 07131-964431 · sonja.albrecht@diakonie-heilbronn.de

Theater-Genuss in guter Gesellschaft



Möchten Sie wieder einmal die faszinierende Atmosphäre des Theaters erleben, scheuen sich aber vor der Pause allein im Foyer?

Dann laden wir Sie herzlich ein zu unseren Diakonie-Theaterabenden – speziell für Senior*innen, die gern gemeinsam in die Welt der Bühne eintauchen möchten.

So funktioniert's:

Termin Etwa einmal im Monat, jeweils zu einer Aufführung im Theater hier in Heilbronn.

Treffpunkt Im Theaterfoyer wartet unsere engagierte Theaterbegleiterin Hildegard Braun-Hoffmann auf Sie – erkennbar am Namensschild und an einem blau-lila Schal.

Sitzplätze Wir sorgen dafür, dass alle Plätze beieinander liegen, damit Sie sich von Anfang an wohlfühlen.

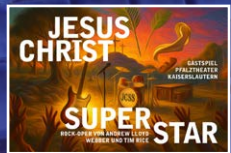
Pause Genießen Sie in der Pause anregende Gespräche mit Ihren Sitznachbarn oder stoßen Sie gemeinsam mit einem erfrischenden Getränk auf das Bühnengeschehen an.

Buchung Sichern Sie sich Ihr Ticket bis spätestens 14 Tage vor der Vorstellung direkt im Theater unter dem Stichwort »Diakonie Theater«. Wir empfehlen einen frühzeitigen Kartenkauf, da die Tickets begrenzt sind.

Kosten Sie zahlen Ihr Ticket regulär an der Theaterkasse.

Kommen Sie mit uns – erleben Sie Kultur, Gemeinschaft und anregende Gespräche! Wir freuen uns auf Ihren Besuch und darauf, mit Ihnen unvergessliche Theaterabende zu verbringen.

Tipp: Sie erkennen die Theaterbegleitung vor Ort an diesem Schal:



Mi. 29.04.2026



Do. 18.06.2026



Sa. 28.03.2026



Mi. 27.05.2026



Fr. 10.07.2026

Spendenkonto:
Kreisdiaikonieverband Heilbronn
IBAN: DE09 6205 0000 0000 1124 86
BIC: HEISDE66XXX
Verwendungszweck: Diakonie Theater

montags



10:00 Uhr
Spaziergang für Männer

» S. 15



13:00–16:00 Uhr
Cafébetrieb

» S. 16



14:00 Uhr
Spielrunden Elfer raus u. a.

» S. 18



14:00–16:00 Uhr ab 12.01.2026
Offener Senior*innen Treff

» S. 5

NEU



14:30 Uhr
Junge Senioren

» S. 16

dienstags



09:00 Uhr
Englischkurs „Just for fun“

» S. 19



09:30–11:30 Uhr am 16.07.2026
Seminar Online-Banking mit Anmeldung!

» S. 7

NEU



09:30–11:00 Uhr 17.03. | 12.05. | 14.07.2026
**Seminar für Senior*innen ...
um auch weiterhin sicher zu fahren**

» S. 17



09:30–10:30 Uhr 05.05. | 12.05. | 19.05. | 09.06. |
16.06. | 23.06. | 30.06. | 07.07. | 14.07. | 21.07. | 28.07.
Bewegung für Senior*innen im Kirchhöfle

» S. 18



10:00 Uhr jeden 1. Dienstag im Monat (außer in den Schulferien)
Jung-Rentner*innen-Treff

» S. 15



13:00–16:00 Uhr
Cafébetrieb

» S. 16



14:00–16:00 Uhr 10.03. | 24.03. | 07.04. | 21.04. | 05.05.
| 19.05. | 02.06. | 16.06. | 30.06.

Lichtstube » S. 15



14:00 Uhr 14-tägig in der geraden Kalenderwoche
Spielrunden Rommé u. a.

» S. 18



14:30 Uhr
Englischkurs „Happy English“

» S. 19



14:30–16:00 Uhr
13.01. | 20.01. | 10.02. | 24.02. | 03.03. | 17.03.

Ganzheitliches Gedächtnistraining » S. 20

mittwochs



15.04.2026 | 10.06.2026
Senior*innen unterwegs

» S. 6



Theaterbesuch

» S. 11



13:00–16:00 Uhr
Cafébetrieb

» S. 16



14:00 Uhr
Spielrunden Binokel u. a.

» S. 18



14:00 Uhr 11.03. | 18.03. | 22.04. | 29.04.
06.05. | 13.05. | 10.06. | 17.06.

Mittwochrunde » S. 19

donnerstags



09:00–12:00 Uhr 23.04.2026
Ketten und Armbänder herstellen

» S. 17



09:30–11:30 Uhr 21.04. | 16.07.
Seminar Online-Banking mit Anmeldung!

» S. 7

NEU



10:00–11:00 Uhr 16.04. | 23.04. | 30.04. | 07.05. | 21.05.
Sitzgymnastik Teilnahme nur nach Anmeldung möglich

» S. 16

PROGRAMM

Begegnungscafé
Schellengasse 9



13:00–16:00 Uhr

Cafébetrieb

» S. 16



14:00 Uhr

Schach

» S. 18



14:00 Uhr 14-tägig in der ungeraden Kalenderwoche

Binokel

» S. 18



14:00 Uhr

Rommé

» S. 18



Theaterbesuch

» S. 11

NEU

freitags



Theaterbesuch

» S. 11

NEU

samstags



09:00–11:00 Uhr 18.04. | 25.04. | 02.05. | 09.05.

Gesundheitswandern nur mit Anmeldung!

» S. 4

NEU



Theaterbesuch

» S. 11

NEU

sonntags



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

Trauercafé

» S. 20



15:00 Uhr jeden 4. Sonntag im Monat

Sonntagskino

» S. 48

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. Wir freuen uns auf Sie!

Termine: montags 10:00 Uhr

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9



Jung-Rentner*innen-Treff

Treffen für alle, die frisch im Ruhestand sind

*Termine: jeden 1. Dienstag im Monat um 10:00 Uhr
(außer in den Schulferien)*

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9



Lichtstube

Gemeinsam handarbeiten, plaudern, vorlesen 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.

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 und Ilona Laitenberger freuen sich auf Sie.

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

10.03. | 24.03. | 07.04. | 21.04. | 05.05.

19.05. | 02.06. | 16.06. | 30.06.2026

Ort: Im Haus der Diakonie

Schellengasse 7–9, 74072 Heilbronn, Tel. 07131-96440



Sitzgymnastik

Unter der Leitung von Frau Karin Weber findet unsere Sitzgymnastik statt. Vor oder nach dem Kurs ist Gelegenheit für ein gemütliches Beisammensein im Begegnungscafé.

Teilnahme nur mit Anmeldung möglich.

Termine: donnerstags 10:00–11:00 Uhr an folgenden Tagen:

16.04. | 23.04. | 30.04. | 07.05. | 21.05.

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9

Anmeldung: Elvira Paeßler » S. 21

oder kurse@diakonie-heilbronn.de



Cafébetrieb

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

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9

Kontakt: Gabi Amann » S. 21



Junge Senioren

Vortragsreihe für alle jungen und junggebliebenen Senior*innen. Unser 10-köpfiger Beirat stellt schon seit über 30 Jahren ein interessantes Programm für Sie zusammen.

Termine: jeweils um 14:30 Uhr

im März: 02.03. | 09.03. | 16.03. | 23.03. | 30.03.

im April: 13.04. | 20.04. | 27.04.

*04.05.2026: Ausflug zum Hölderlin-Haus in Lauffen
(mit Anmeldung)*

Ort: Hans-Rießer-Haus

Programmflyer erhältlich bei: Sonja Albrecht » S. 21



Ketten und Armbänder herstellen

Anna Munding ist gelernte Goldschmiedin. Sie wird ein großes Angebot an ausgewählten Edelsteinen und Perlen mitbringen und unter ihrer Anleitung können Sie Ketten und Armbänder individuell gestalten. Als Geschenk für Sie selbst oder einen Herzens-Menschen.

Der Kurs ist kostenfrei. Die Materialkosten werden zwischen 5–30 € liegen und direkt im Kurs bar mit der Dozentin abgerechnet.

Freuen Sie sich auf eine gemeinsame kreative Zeit!

Reparatur eigener defekter Ketten ist leider nicht möglich.

*Teilnahme nur mit Anmeldung möglich
Anmeldung bis spätestens 13.04.2026*

*Termin: 23.04.2026, 9:00–12:00 Uhr
Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9
Anmeldung: Elvira Paeßler » S. 21*



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

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!

FAHRERLAGER
... mehr als nur FAHRSCULE

*Termine: 09:30–11:00 Uhr an folgenden Tagen:
17.03. | 12.05. | 14.07.2026
Anmeldung und Infos: Elvira Paeßler » S. 21*





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. 21



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: 05.05. | 12.05. | 19.05.

im Juni: 09.06. | 16.06. | 23.06. | 30.06.

im Juli: 07.07. | 14.07. | 21.07. | 28.07.

Ort: im Kirchhöfle

Weitere Informationen zum Bewegungsangebot:

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

Bei Fragen zum anschließenden Beisammensein:

Sandra Platter » S. 21





Mittwochsrunde

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

Termine: mittwochs 14:00 Uhr

11.03. Mittwochsrunde mit Christoph Ehrmann

18.03. Lesung mit Sigune Zimmermann

22.04. Lesung mit Sigune Zimmermann

29.04. Mittwochsrunde mit Christoph Ehrmann

06.05. Lesung mit Sigune Zimmermann

13.05. Mittwochsrunde mit Christoph Ehrmann

10.06. Lesung mit Sigune Zimmermann

17.06. Mittwochsrunde mit Christoph Ehrmann

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9



Englisch- und Französischkurse

Zu unserem Programm gehören verschiedene Englisch- und Französischkurse für Senior*innen mit Vorkenntnissen. Sie lernen ohne Leistungsdruck und in der Gemeinschaft mit Gleichgesinnten. Bitte melden Sie sich bei Elvira Paeßler, 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. 21



Ganzheitliches Gedächtnstraining

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

Neue Kurstermine auf Anfrage

Ort: Begegnungscafé, Schellengasse 7–9

*Anmeldung: Elvira Paeßler » S. 21
oder kurse@diakonie-heilbronn.de*



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

Sozialberatung für Senior*innen:

Vielleicht ist Ihre Brille kaputt gegangen, das Geld reicht nicht für einen wichtigen Fahrtweg oder das Grüne Rezept können Sie nicht auch noch zahlen? Rechnungen und Formulare scheinen unlösbare Hürden zu sein? Oder aber Sie brauchen einfach mal ein offenes Ohr?

Dafür bin ich da – entweder in der Schellengasse oder gerne auch mal zu einem Hausbesuch. Melden Sie sich bei mir und wir versuchen gemeinsam eine (finanzielle) Lösung zu finden.

Vereinbaren Sie einen Termin:

Noemie Friedrich
Tel. 07131-96 44 33 · Mobil 0174-30 54 76 5
noemie.friedrich@diakonie-heilbronn.de

Besuchsdienste:

Sie wünschen sich in Ihrem Alltag etwas mehr Unterhaltung – jemand der mit Ihnen einen Spaziergang unternimmt, mal auf einen Kaffee bei Ihnen vorbeikommt und Zeit zum Zuhören mitbringt? Melden Sie sich bei mir, vielleicht finden wir jemand Passenden.

Und umgekehrt, Sie haben Zeit zu verschenken und suchen nach einem Ehrenamt? Auch dann sind Sie bei mir genau richtig – wir freuen uns immer über neue Ehrenamtliche!

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. 19


 09:30–11:00 Uhr
Gemeinsam fit nach der Rückbildung **NEU**
» S. 32

 14:00–16:00 Uhr
ANKOMMEN³ **NEU**
» S. 27

 17:00–19:00 Uhr 09.03. | 13.04. | 18.05. | 15.06.
MAKE it REAL

 19:00–20:30 Uhr
Fitness- und Karatetraining für Senior*innen
» S. 28

 09:30–11:30 Uhr
Seniorenorchester
» S. 29

 10:00–11:00 Uhr
Die Quartierminis
» S. 28

 12:00–16:00 Uhr
Offener Cafébetrieb
» S. 28

 17:00–19:00 Uhr
MÄDELSTREFF
» S. 33

 14:30–15:30 Uhr
Geselliges Tanzen
» S. 28


 15:00–18:00 Uhr
Beratungsangebot Internet- und Medienkonsum
» S. 30

 15:00–16:30 Uhr
Kaffeeklatsch
» S. 29


dienstags


PROGRAMM

mittwochs


 09:30–11:30 Uhr
Böckinger Spielmäuse
» S. 29


 10:30–11:30 Uhr
Startklar
» S. 30


 12:00–15:00 Uhr
Offener Cafébetrieb
» S. 28


 15:00–17:00 Uhr
PROJEKTRAUM Kids **NEU**
» S. 33

 17:30–19:00 Uhr
Café Digital
» S. 31


 09:00–10:30 Uhr
Englischkurs
» S. 19


 09:00–10:30 Uhr 05.03. | 07.05. | 02.07.
Nachbarschaftsfrühstück auf der Schanz » S. 31

 09:30–11:30 Uhr 05.03. | 02.04. | 07.05.
Frauenfrühstück
» S. 32

 10:30–12:00 Uhr
Französischkurs
» S. 19

 12:00–16:00 Uhr
Offener Cafébetrieb
» S. 28

 14:00–17:00 Uhr
Teestunde für Frauen
» S. 35

 15:00–17:30 Uhr 05.03. | 19.03. | 16.04. | 30.04. | 11.06. |
25.06. | 09.07. | 23.07.
Seniorentanz » S. 31

donnerstags

PROGRAMM



15:00–17:00 Uhr
PROJEKTRAUM für Kinder

» S. 33

freitags



16:30–18:00 Uhr
Vätertreff mit Kindern

» S. 33



09:30–11:00 Uhr
Gemeinsam fit nach der Rückbildung

NEU

sonntags



15:00 Uhr jeden 4. Sonntag im Monat
Sonntagskino im Marrahaus

» S. 48

Sondertermine



wetterabhängig
Rund um den Garten

» S. 32



Angebote für Kinder- und Jugendliche

» S. 29



12:30 Uhr – Termine werden über Instagram
und im Seeräuber Blättle bekannt gegeben
Quartiersküche

» S. 27



15:00–16:30 Uhr am 04.03.2026
Herzenszeit

» S. 31



23.04.2026
Markt der Möglichkeiten

» S. 32



25.04.2026
Pflanzentauschbörse

» S. 25



Vorankündigung

» S. 35



5. Pflanzentauschbörse im Quartierszentrum Böckingen

Nach dem großen Erfolg in den letzten vier Jahren wird die Pflanzentauschbörse ein fünftes Mal durchgeführt und gemeinsam mit vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen des Vereins „wir für Heilbronn“ (früher BUGA-Freunde) vorbereitet und unterstützt.

Sie findet statt am 25. April 2026
von 10:00 – 16:00 Uhr, Eingang Heinrichstraße.

Wieder kann man seine übrigen Topf-/Pflanzen, geteilte Stauden, Sämlinge, gezogene Ableger, übrige Samen und auch übrigen Gartenbedarf, Deko und Fachbücher bringen und kann Neues mitnehmen.

Für zu groß gewordene Pflanzen wird es wieder eine Stellwand geben, wo man ein Foto der Pflanze mit seinen Kontaktdaten hängen kann – für Selbstabholer.

Bereits am 24. April nachmittags von 15:00 – 17:00 Uhr kann man seine Schätze abgeben. Am Tag selbst ist das Quartierscafé geöffnet.

Kontakt: Johanna Greef



Fotos: Quartierszentrum Böckingen



PROGRAMM

im Kreuzgrund
Holunderweg 57



dienstags



09:30–10:30 Uhr
DRK Seniorengymnastik

» S. 33



11:00–12:00 Uhr
DRK Yoga 50+

» S. 33



14:00–15:00 Uhr
DRK Gedächtnistraining

» S. 34



19:00–21:00 Uhr
Selbsthilfegruppe für Suchtkranke

» S. 32

mittwochs



09:30–11:30 Uhr
Krabbelgruppe Spatzennest

» S. 34

donnerstags



15:00–17:30 Uhr
Skatgruppe

» S. 34

samstags



13:00–17:00 Uhr
Binokelgruppe

» S. 34



Foto: 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 bekannt gegeben

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

*Anmeldung zur Teilnahme am Essen oder als Küchenhelfer*in: quartierszentrum.boeckingen@diakonie-heilbronn.de oder bei Tina Wenk » S. 35*

Foto: Quartierszentrum Böckingen



ANKOMMEN³

NEU

Beratung / Ausfüllhilfe / Bewerbung

Ein Angebot der Abteilung Migration und Flucht

- Sie sind neu in Deutschland und wohnen im Stadt- oder Landkreis Heilbronn?
- Oder leben schon seit einiger Zeit hier?
- Hier ist vieles neu und anders.
- Sie haben viele Fragen?
- Sie brauchen Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen oder beim Bewerben?

Dann ist ANKOMMEN³ für Sie das richtige Angebot! Wir helfen Ihnen beim Ankommen in Deutschland.

Termine: montags 14:00–16:00 Uhr, ohne Terminvereinbarung
Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5



Fitness– und Karatetraining für Senior*innen

Training zur Erhaltung von Beweglichkeit und Stärkung des Gleichgewichts. 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. 21



Die Quartierminis

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. 35



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

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,

Sylvia Perl, s.perl@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-6236-25



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 Hans Span, Tel. 07136-8634



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. 35



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



Böckinger Spielmäuse

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. 35



PROJEKTRAUM Kids, 8–12 Jahren

NEU

Spielen, Basteln, Kochen, Malen, Bewegung, Raum für eure Ideen!

Termine: mittwochs 15:00–17:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

Infos: Paula Giese » S. 35



Startklar

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. 35



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. 35



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: dienstags 15:00–18:00 Uhr

Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5

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



Herzenszeit

– das Begegnungscafé im Richard Drautz Pflegeheimes

Das Quartierszentrum Böckingen lädt gemeinsam mit Horizont e.V. herzlich zur Herzenszeit ein. Eingeladen sind Bewohnerinnen und Bewohner des Pflegeheims sowie des betreuten Wohnens, um bei Kaffee, Gebäck und guter Gesellschaft miteinander Zeit zu verbringen. Herzenszeit steht für Nähe, Austausch und ein freundliches Miteinander – unkompliziert, offen und herzlich!

Termin: 04.03.2026 15:00–16:30 Uhr
Ort: Richard Drautz Pflegeheim



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. 35



Seniorentanz

Kaffee, Kuchen, Livemusik und Tanz

Kulturbeitrag: 5,00 €
Termine: donnerstags 15:00–17:30 Uhr an folgenden Tagen:
05.03. | 19.03. | 16.04. | 30.04. | 11.06. | 25.06. | 09.07. | 23.07.
Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5
Infos: Johanna Greef » S. 35



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:
05.03. | 07.05. | 02.07.2026
Ort: Haus der Begegnung, Sinsheimerstr. 55
Anmeldung: Johanna Greef » S. 35



Rund um den Garten

NEU

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. Was möchten Sie gerne im Garten ernten? Machen Sie mit.

Anmeldung und Infos: Johanna Greef » S. 35



Selbsthilfegruppe für Suchtkranke

Termine: dienstags 19:00–21:00 Uhr
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Infos: Johanna Greef » S. 35



Markt der Möglichkeiten im Quartierszentrum Böckingen

NEU

Arbeitskreis Alleinerziehende stellt sich vor.

Termin: 23.04.2026



Gemeinsam fit nach der Rückbildung

Wir machen Sport, um in Bewegung zu bleiben. Mütter mit ihren Babys treffen sich mit Übungen aus der Rückbildung. Ohne Anmeldung.

Termine: montags und freitags 09:30–11:00 Uhr
Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5



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:
05.03. | 02.04. | 07.05.2026
Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5
Anmeldung und Infos: Johanna Kuch » S. 35



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
Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5
Infos: Johanna Kuch » S. 35



MÄDELSTREFF für Mädchen von 14–17 Jahren

KREATIV SEIN, KOCHEN, BACKEN, QUATSCHEN – und vieles
mehr. Kommt vorbei, wir freuen uns auf Euch!

Termine: dienstags 17:00–19:00 Uhr
Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5
Infos: Paula Giese » S. 35



DRK Seniorengymnastik

Termine: dienstags 09:30–10:30 Uhr
im Rahmen eines mehrmals jährlich stattfindenden Kurses
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Bei Fragen zu Terminen und Anmeldung:
Sylvia Perl, s.perl@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-6236-25



DRK Yoga 50+

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

Termine: dienstags 11:00–12:00 Uhr
im Rahmen eines mehrmals jährlich stattfindenden Kurses
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Bei Fragen zu Terminen und Anmeldung:
Sylvia Perl, s.perl@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-6236-25



DRK Gedächtnistraining

Termine: dienstags 14:00–15:00 Uhr
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Bei Fragen zu Terminen und Anmeldung:
Sylvia Perl, s.perl@drk-heilbronn.de, Tel. 07131-6236-25



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. 35



Skatgruppe

Interessierte Skatspieler*innen jederzeit willkommen

Termine: donnerstags 15:00–17:30 Uhr
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Infos: Johanna Greef » S. 35



Binokelgruppe

Interessierte Binokelspieler*innen jederzeit willkommen

Termine: samstags 13:00–17:00 Uhr
Ort: im Kreuzgrund, Holunderweg 57
Kontakt: mail.herzass@gmx.de
Infos: Quartierszentrum Böckingen » S. 35



Teestunde für Frauen

Eingeladen sind alle interessierten Frauen aller Kulturen.

Termine: donnerstags von 14:00 – 17:00 Uhr
Ort: Quartierszentrum Böckingen, Kirchsteige 5
Kontakt: Quartierszentrum Böckingen » S. 35



Vorankündigung

Freut euch auf weitere Kulturveranstaltungen im Gewölbekeller des Quartierszentrums Böckingen.

Termine werden über
Instagram  [quartierszentrum_boeckingen](https://www.instagram.com/quartierszentrum_boeckingen)
und im Seeräuber Blättle angekündigt.



Foto: Quartierszentrum Böckingen

Ansprechpartnerinnen

Tel. 07131-3821920
quartierszentrum.boeckingen@diakonie-heilbronn.de

Tina Wenk
Quartiersmanagerin
Tel. 0174-3445564
tina.wenk@diakonie-heilbronn.de

Stephanie Pilarek
Quartiersmanagerin
Tel. 0157-83050755
stephanie.pilarek@awo-heilbronn.org

Johanna Greef
Tel. 0162-2351212
johanna.greef@diakonie-heilbronn.de

Paula Giese
Tel. 0170-2101408
paula.giese@awo-heilbronn.org

Johanna Kuch
Tel. 0157-83051057
johanna.kuch@awo-heilbronn.org

PROGRAMM

montags



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

» S. 39



14:00 Uhr
Gedächtnisspiele

» S. 39



14:30 Uhr
Sprachcafé



14:45 – 15:45 Uhr
Gymnastik 65+ (DRK)

» S. 40



17:30 – 18:30 Uhr ab 06.10.
Hatha Yoga für Anfänger*innen

» S. 44



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

» S. 38



09:30 – 11:00 Uhr
Frauenfrühstück

» S. 42



10:30 – 12:00 Uhr
Englischkurs

» S. 19



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

» S. 39



ab 14:00 Uhr
Fahrradwerkstatt

» S. 39



ab 15:00 Uhr
Quartierstreff: Familiennachmittag

» S. 41



Jazz und Lyrik am 10.03. – weitere Termine folgen
– Infos siehe Presse oder im QZ-MGH
Kulturabend » S. 42

dienstags

PROGRAMM



Nordstadt
Mehrgenerationenhaus
Heilbronner
Quartierszentrum

mittwochs



09:15–11:00 Uhr
Lerntreff „Grundbildung“

» S. 43



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

» S. 39



15:30 Uhr
„MAKE it REAL“

» S. 27



19:00–20:30 Uhr
**Gameover Heilbronn –
Selbsthilfegruppe für Spielsüchtige** » S. 27

donnerstags



09:30–10:45 Uhr
Generationen-Kulturfrühstück K5

» S. 43



10:00–12:00 Uhr
Nordtreff

» S. 43



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

» S. 39



14:30 Uhr
Sprachcafé

» S. 39



ab 15:00 Uhr | einmal im Monat:
**„Offenes Singen mit Paul“ ab 16:30 Uhr
Quartierstreff – Nordstadttreff** » S. 41



ab 18:30 Uhr
„Fröhlicher Wartberg“

» S. 42



19:30 – 21:00 Uhr 14-tägig
Selbsthilfegruppe Suchtkranke

» S. 44

freitags



ab Januar im Kubus Familienzentrum Olgakrippe
„Mäusenest“ Krabbelgruppe

» S. 40

NEU



09.30–11.00 Uhr (nicht in den Ferien)
„Kunst öffnet Augen“

» S. 45



Neustart Ende April
„Herzkräuter“

» S. 45

NEU



09:30–10:30 Uhr
Qigong

» S. 44



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

» S. 39



ab 16:30 Uhr mindestens 1x pro Jahreszeit
Kinderrat

» S. 44

sonntags



15:00 Uhr jeden 4. Sonntag im Monat
Sonntagskino

» S. 48

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.



Foto: Diakonie

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, machenmunter 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.



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*



Foto: Diakonie



Eltern-Kind-Treff / Krabbelgruppe „Mäusenest“ Interkulturelles Angebot für Kinder von 0 bis 3 Jahren

Spielen – Entdecken – Lachen
Treffen – Reden – Austausch

Herzlich willkommen sind alle Eltern, Großeltern oder Bezugspersonen mit kleinen Kindern.

Bei uns können die Kinder in geschützter Umgebung spielen, krabbeln und die Welt entdecken. Die Erwachsenen haben Zeit für Gespräche, können Erfahrungen teilen und neue Kontakte knüpfen. Es gibt Beratung zum Thema Stillen, Gesundheit, Entwicklung und Ernährung des Kindes.

Termine: freitags 9:30 – 11:30 Uhr

Ort: Kubus neben der Olgakrippe

Sichererstraße 58, 74076 Heilbronn

Kosten: keine

Anmeldung: nicht nötig

Kommt einfach vorbei – wir freuen uns auf Euch!



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 Nordstadtforum 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*

Einmal im Monat 16:30 Uhr im Anschluss an den Nordstadttreff:
„Offenes Singen“ mit Klavierbegleitung.



*Ankündigung: Lesung 26. März, 19:00 Uhr
im Saal QZ-MGH mit Cihan Acar aus seinem
Buch „Hawaii“ in Kooperation mit dem Theaterschiff*



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



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 an folgenden Tagen:
24.03. | 19.05. | 16.06. | 28.07.2026
Ort: Quartierszentrum Nordstadt



Kulturabend

Jazz, Musik, Comedy, Vorträge und aktuelle Runden

Das Quartierszentrum Nordstadt- Mehrgenerationenhaus präsentiert in seiner Reihe „Jazz & Lyrik“ am **10.03.2026** um 19 Uhr eine Lesung

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: sechs Mal jährlich
Termine werden über Flyer und Presse bekanntgegeben
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



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



Nordtreff

Ein Angebot der ARGE

Bewerbungs- und Formularunterstützung für Menschen mit Migrationshintergrund aus dem Stadtgebiet Heilbronn.

Termin: donnerstags 10:00 – 12:00 Uhr
Ort: Rotes Eckhaus



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.



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



Hatha-Yoga für Anfänger

Für alle ab 16 bis 99 Jahren – ohne oder mit Vorkenntnissen! Wir üben sanfte Bewegungen, Atemtechniken und Entspannung für mehr Beweglichkeit, Kraft und Ruhe. Keine Turnschuhe nötig-barfuß oder in Socken sowie bequeme Kleidung. Wenn möglich, bitte Matte und dünne Decke mitbringen.

Termine: montags von 17:30–18:30 Uhr

Kosten: 1 Euro pro Termin



„Kunst öffnet Augen“ – ein therapeutisches Angebot

Das Angebot richtet sich an Erwachsene mit und ohne Fluchterfahrung. Für das kunsttherapeutische Angebot „Kunst öffnet Augen“ wird keine künstlerische Vorerfahrung benötigt.

Termin: freitags von 09:30 – 11:00 Uhr (nicht in den Ferien)

Kontakt: Tel. 07131-9644850

*Ort: Quartierszentrum Nordstadt-Mehrgenerationenhaus,
Rauchstraße 3*



Foto: Diakonie



Herzkräuter

Integratives Projekt

NEU

Das neue Angebot richtet sich an Frauen mit und ohne Fluchterfahrung. Hier geht es um das Kennenlernen und Sammeln von Kräutern sowie deren Verwendung. Es werden aus Kräutern Teemischungen, Säfte und Speisen zubereitet. Nette Gespräche und Spaziergänge zur naheliegenden Wiese und zum Wartberg gehören mit dazu. Hierbei werden keine Vorerfahrungen vorausgesetzt.

Bei Interesse melden Sie sich bitte im QZ-MGH-Nordstadt.

Termin: freitagvormittags

Start: voraussichtlich 19. Juni

Kontakt: Tel. 07131-9644850

*Ort: Quartierszentrum Nordstadt-Mehrgenerationenhaus,
Rauchstraße 3*



Foto: Diakonie

RÜCKBLICK



40 FunFood Tüten wurden an bedürftige Familien verteilt

Spendenübergabe Rotary Club für „Zukunft schenken“



Für das Projekt „Zukunft schenken“ gab es Geschenke von „Pre Zero“



Jazz und Lyrik mit den „Stäffeles Banjo-Rutschern“ Charles C. Urban und Katja Bönninghoff lasen aus „life on the Mississippi von Marc Twain



Bei der Weihnachtsfeier von „Zukunft schenken“ las Herr Bretz aus einem Kinderbuch vor



Eine Forschergruppe aus Japan interessiert sich für die Arbeit der Mehrgenerationenhäuser. Neben den MGHs in Berlin, Hamburg und weiteren, waren sie auch bei uns in HN, sie wollten etwas über generationsübergreifendes Arbeiten lernen.



Weihnachtsfeier Geschenkübergabe an über 70 Gäste alle Altersstufen



Spendenübergabe Stadtsiedlung für das Projekt „Zukunft schenken“

SONSTIGES



Nordstadt
Mehrgenerationenhaus
Heilbronn
Quartierszentrum

**Hallo,
ich bin Selinay Birsen,**

und habe letztes Jahr Abi gemacht. Aktuell bin ich als Bundesfreiwillige im QZ-MGH Nordstadt tätig. Meine Aufgaben liegen hauptsächlich in der Hauswirtschaft, computerbasierten Arbeiten sowie die Unterstützung der Kinder und Jugendlichen in unserem Nachhilfeprojekt „Zukunft schenken“.

Zurzeit bereite ich mich auf mein Studium vor, das ich gerne dieses Jahr anfangen möchte.



Zümra Yilmaz
übergibt die Aufgabe
der Bundesfreiwilligen
an Selinay Birsen

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

29.03.2026, 15:00 Uhr

26.04.2026, 15:00 Uhr

 **kinostar
arthaus**



Sonntagskino im Marrahaus

Kirchbrunnenstraße 3

- » Eintritt 5 €
- » geöffnet 30 Min. vor Beginn

Mit Liebe und Chansons

Paris in den 1960er Jahren: Esther Perez bringt ihr sechstes Kind zur Welt, den kleinen Roland, der mit einer Fehlbildung am Fuß geboren wird. Die Ärzte sind überzeugt, dass er niemals richtig laufen wird. Doch Esther ist eine starke und sture Frau, die ihrem Herzen folgt. Entgegen aller Ratschläge verspricht sie Roland, dass er an seinem ersten Schultag wie alle anderen Kinder selbst zur Schule gehen wird. Sie will dafür sorgen, dass es ihm an nichts mangelt.

Mit unerschütterlichem Optimismus setzt Esther alles daran, ihr Versprechen zu halten und schleppt Roland vom Orthopäden zur Heilerin und wieder zurück. Sie ist immer um eine neue Strategie bemüht, die ihrem Sohn das Glück ermöglicht, auf eigenen Beinen zu stehen – selbst wenn dabei Gott und die jüdische Großfamilie eine Rolle spielen und alle monatelang französische Chansons ertragen müssen.



Der Held vom Bahnhof Friedrichstraße

Nach der Trennung von seiner Frau lebt Micha ziellos vor sich hin und ignoriert Mahnungen und Schulden. Als der Journalist Alexander ihn auf ein Ereignis aus dem Jahr 1984 anspricht, lässt sich Micha zu einer Lüge hinreißen. In Stasi-Akten hat Alexander entdeckt, dass Micha an einer spektakulären Massenflucht beteiligt gewesen sein soll, bei der eine Ostberliner S-Bahn in den Westen fuhr. Obwohl Micha kein Held war, verschweigt er die Wahrheit, da er das angebotene Geld dringend braucht.

Kurz darauf wird Micha medial gefeiert, tritt in Talkshows auf und wird zu offiziellen Anlässen eingeladen. Auch privat wendet sich sein Leben, als er Paula kennenlernt, die damals in der S-Bahn saß. Doch der Bürgerrechtler Harald Wischnewsky zweifelt an der Geschichte und kommt Michas Lüge immer näher.



Kinozeit am 4. Sonntag im Monat

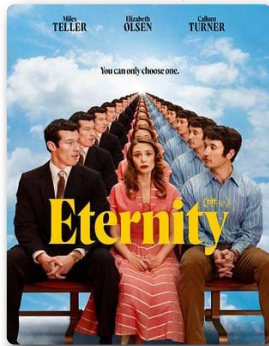
Für viele ältere Menschen ist das inzwischen ein fester Bestandteil in der Sonntagsgestaltung. Wir freuen uns, dass wir in guter Zusammenarbeit mit der Kinostar Theater GmbH, Stuttgart und dem Kino im Marrahaus dieses Angebot für Senior:innen durchführen können.

24.05.2026, 15:00 Uhr

Eternity

Als Larry Cutler (Miles Teller) unerwartet stirbt – noch vor seiner Frau Joan (Elizabeth Olsen) –, ist er schockiert, in einer chaotischen Zwischenwelt zu erwachen, wo Verkäufer eine endlose Auswahl möglicher Jenseitswelten anpreisen. Dort erfährt er von seiner zuständigen Jenseits-Koordinatorin (Da'Vine Joy Randolph), dass ihm nur eine Woche bleibt, sich der ultimativen Frage zu stellen: Wo und mit wem will er die Ewigkeit verbringen? Doch als Joan kurz nach ihm eintrifft, stellt sie fest, dass ihre erste Liebe Luke (Callum Turner) seit 67 Jahren darauf wartet, wieder mit ihr zusammen zu sein. Sie steht vor einer unmöglichen Wahl zwischen dem Mann, mit dem sie ihr Leben verbracht hat, und dem Mann, der ihr das Leben verspricht, das sie hätte führen können.

Ein Kleinod, ein Film, der in seiner Machart an das Kino der Sechzigerjahre erinnert, aber mit moderner Sensibilität.



28.06.2026, 15:00 Uhr

Die goldenen Jahre

Endlich frei! Ausgelassen feiern die Eheleute Alice (Esther Gensch) und Peter (Stefan Kurt) ihren Ruhestand und freuen sich auf die anstehende neue Lebensphase. Auf einer Kreuzfahrt im Mittelmeer – ein Geschenk der Kinder – wollen sie sich als Paar wieder näherkommen, so zumindest der Plan von Alice. Doch als Peter seinen kürzlich verwitweten Freund Heinz (Ueli Jäggi) ungefragt mit auf die Reise nimmt, ist es aus mit der erhofften Zweisamkeit und lange angestaute Eheprobleme treten ans Tageslicht. Nach einem Landgang in Marseille kehrt Alice kurzentschlossen nicht mehr an Bord zurück und nimmt sich eine Auszeit ganz für sich. Auf getrennten Wegen finden sie schließlich nicht nur zu sich selbst, sondern auch zu einer neuen Art, ihre goldenen Jahre zu verbringen.



Der neue Reisekatalog ist da!



Gerne können Sie diesen bei **Sandra Platter** unter 07131-964432 oder unter sandra.platter@diakonie-heilbronn.de anfordern.



19.05.–22.05.2026

SOLOTHURN

Städtereise in die Heilbronner Partnerstadt



04.05. – 12.05.2026
BAD AIBLING



20.06. – 30.06.2026
USEDOM



22.06. – 26.06.2026
GAFFENBERG



AUSGEBUCHT
Warteliste vorhanden

25.07. – 01.08.2026
BAD WÖRISHOFEN



20.09. – 28.09.2026
TECHELSBERG



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: 1.500 Stück