

Programmübersicht Seniorentreff Nordend



An jedem Werktag: - Frühstück ab 09:00 Uhr (bitte anmelden) *
- Mittagstisch von 12:00 – 13:00 Uhr (bitte anmelden) *

| | | |
|------------|--|--|
| Montag | 11:30 -- 12:30 12:30 – 13:30 13:30 – 14:30 | PC-Kurs 1 (nur nach Voranmeldung) * PC-Kurs 2 (nur nach Voranmeldung) * PC-Kurs 3 (nur nach Voranmeldung) * |
| Dienstag | 10:30 – 11:30 11:30 – 12:30 12:30 – 13:00 12:30 – 13:30 | Seniorengeeignete Gymnastik Singen für Jedermann Mittagstisch Hilfe bei Smartphon u. Tablet (nur nach Voranmeldung) ASB Seniorenclub (1x monatlich, dienstags) |
| Mittwoch | Ab 8:00 11:00 -12:30 11:00 -12:30 Ab 11:30 | Fußpflege und Friseur (nur nach Voranmeldung) * Hilfe bei Smartphone u. Tablet Projekt EVA Eigenständig-Vernetzt-Aktiv Weihnachtsessen (nur nach Voranmeldung) 11.12.24 |
| Donnerstag | 10:30 – 11:15 11:15 – 12:00 11:00 – 14:00 Nachmittags | Tanzgruppe für Seniorinnen u .Senioren (kein Paartanz) Rückenfit u. Balance Spiele Ausflüge * oder Vorträge → Bekanntgabe im Schaukasten und im Internet |
| Freitag | 10:00 – 11:00 14:00 – 16:00 | Englisch (nur nach Voranmeldung)* Sprechstunde (Fachberatung Leben im Alter) 13.12.24 Der Seniorentreff ist vom 16.12.24 bis 05.01.25 geschlossen. |

Änderungen vorbehalten
(Stand: 01.12.2024)
* kostenpflichtig

Nähere Informationen

... zu den einzelnen Angeboten finden Sie im Internet unter

https://www.offenbach.de/leben-in-of/soziales-gesellschaft/aelter_werden_in_offenbach/aktivitaeten/seniorentreffs/

und als Aushang im Eingangsbereich des Seniorentreff Nordend.

Seniorentreff Nordend ■ Pirazzistraße 18 ■ 63067 Offenbach

Telefon: 069-985444-670

Mail: seniorentreff-nordend@asb-mittelhessen.de

Wir helfen
hier und jetzt .

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund