



# Städtische Seniorenarbeit



Monatsprogramm  
März 2025

# Monatsprogramm März 2025

## Öffnungszeiten

Montag **Offene Beratungszeit der Beauftragten für ältere Menschen und Menschen mit Beeinträchtigungen** 10:00 – 12:00 Uhr

**Themen Nachmittag\*** 14:30 – 17:00 Uhr

Dienstag **Orscheler Spaziergang** 14:00 Uhr  
(Treffpunkt ist vorm Seniorentreff)

Mittwoch **Offener Treff\*** 14:30 – 17:00 Uhr

**Seniorentreff Weißkirchen:  
Kaffee-Treff** 09:30 – 13:00 Uhr  
Ein gemütlicher Kaffee am Morgen in geselliger Runde

Donnerstag **Spielenachmittag** 14:30 – 17:00 Uhr

Freitag **Offener Treff** 09:30 – 12:00 Uhr

*\*siehe Infokasten*

Die abgebildeten Werke sind im Kurs „Glücksmomente durch Kunst“ entstanden. Fotografien stammen von der Seite [www.unsplash.com](http://www.unsplash.com)

# Monatsprogramm

## März 2025

### Grußwort

### Frühlings Ankunft

Grüner Schimmer spielet wieder  
Drüben über Wies' und Feld.  
Frohe Hoffnung senkt sich nieder  
Auf die stumme trübe Welt.  
Ja, nach langen Winterleiden  
Kehrt der Frühling uns zurück,  
Will die Welt in Freude kleiden,  
Will uns bringen neues Glück.

Seht, ein Schmetterling als Bote  
Zieht einher in Frühlingstracht,  
Meldet uns, dass alles Tote  
Nun zum Leben auferwacht.  
Nur die Veilchen schüchtern wagen  
Aufzuschau'n zum Sonnenschein;  
Ist es doch, als ob sie fragen:  
»Sollt' es denn schon Frühling sein?«

Seht, wie sich die Lerchen schwingen  
In das blaue Himmelszelt!  
Wie sie schwirren, wie sie singen  
Über uns herab ins Feld!  
Alles Leid entflieht auf Erden  
Vor des Frühlings Freud' und Lust –  
Nun, so soll's auch Frühling werden,  
Frühling auch in unsrer Brust!

Hoffmann von Fallersleben (1798-1874)

# Monatsprogramm März 2025

## Unser festes Wochenangebot

Jede Woche im Jahr

### Glücksmomente durch Kunst

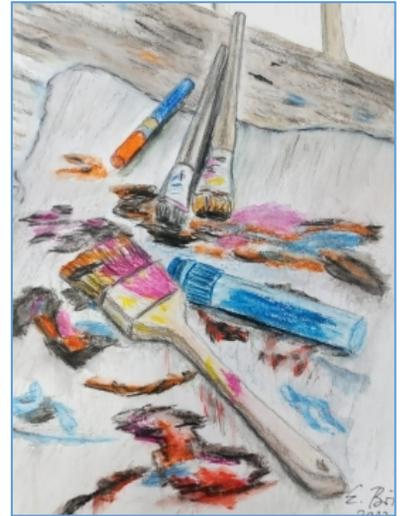
Malen, Zeichnen und kreatives Gestalten

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Jeden Dienstag und Donnerstag

**Zeit:** 09:30 – 12:30 Uhr

**Kostenbeitrag:** Kurs mit 8 Terminen 100,-- €



### Lebensfreude durch Gymnastik

Bewegung, Kräftigung, Atmung, Entspannung, kleine Spiele und vieles mehr.

**Wo:** Kulturcafé Windrose

**Wann:** Jeden Dienstag

**Zeit:** 11:15 – 12:15 Uhr

**Wo:** Ferdinand-Balzer-Haus

**Wann:** Jeden Mittwoch

**Zeit: Gruppe 1:** 9:30 – 10:30 Uhr

**Gruppe 2:** 10:45 – 11:45 Uhr

### Gymnastik im Stehen

**Wo:** Kulturcafé Windrose

**Wann:** Jeden Montag

**Zeit:** 13:45 – 14:45 Uhr

**Kostenbeitrag:** 8,00 € pro Monat

*Anmeldung ist erforderlich!*

# Monatsprogramm März 2025



# Monatsprogramm

## März 2025

**Sonntag – 02.03.2025**

### Sonntagscafé - Kreppelcafé

Heute findet in Oberursel der Fastnachtsumzug statt und auch bei uns gibt's Kreppel und Kaffee. Kommen Sie vorbei und genießen Sie dies fernab des Troubles. Selbstverständlich wie immer mit guter Stimmung, netten Gesprächen oder dem ein oder anderen Spiel.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Sonntag, 02.03.2025

**Zeit:** 14:30 – 17:00 Uhr

**Kostenbeitrag:** 6,00 € (inkl. Kreppel, Kaffee / Tee und Wasser)

*Anmeldung ist erforderlich!*

*Zahlung bei Anmeldung!*

**Dienstag – 04.03.2025**

### Backgammon

Kommen Sie vorbei und spielen oder lernen Sie eines der ältesten Brettspiele der Welt.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Dienstag, 04.03.2025

**Zeit:** 16:00 – 18:00 Uhr



# Monatsprogramm

## März 2025

### Mittwoch – 05.03.2025

#### Genussmomente – Heringssessen

Der Aschermittwoch ist gekommen und traditionell startet hier die Fastenzeit. Wir treffen uns zu Pellkartoffeln und Hering (oder vegetarisch Kräuterquark) und runden den Tag mit Kaffee, Nachtisch und netten Gesprächen ab.

**Wo:** Portstraße, Hohemarkstr. 18

**Wann:** Mittwoch, 05.03.2025

**Zeit:** Einlass: 11:00 Uhr

Essen: 12:00 – 14:00 Uhr

**Kostenbeitrag:** 14,00 €

*Anmeldung ist erforderlich!*

*Zahlung bei Anmeldung!*

***Für Teilnehmende aus Weißkirchen ist ein Fahrdienst eingerichtet.***

***Treffpunkt: 10:45 Uhr an der Bushaltestelle An der Bleiche***

*Anmeldung ist erforderlich!*

**Am 05.03.2025 sind beide Seniorentreffs geschlossen!**

# Monatsprogramm

## März 2025

**Montag – 10.03.2025**

**Strickwerkstatt – 2 Rechts – 2 Links**

Socken, Schals, Mützen.... Wir treffen uns zum Stricken.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Montag, 10.03.2025

**Zeit:** 14:30 – 17:00 Uhr

*Anmeldung ist erforderlich!*



**Mittwoch – 12.03.2025**

**Gymnastik – Fit und Beweglich bleiben**

Leichte Gymnastik unter Anleitung.

**Wo:** „Seniorentreff“ Weißkirchen, Urselbachstr. 59

**Wann:** Mittwoch, 12.03.2025

**Zeit:** 10:00 – 11:00 Uhr

# Monatsprogramm

## März 2025

**Mittwoch – 12.03.2025**

**Aha – Erlebnisse unterwegs**

**Ausflug nach Büdingen ins 50er-Jahre Museum**

Aufgrund der großen Nachfrage, wiederholen wir heute den Besuch ins 50er-Jahre Museum. Mit zwei städtischen Kleinbussen fahren wir nach Büdingen, wo wir zunächst im Gasthaus „Bleffe“ einkehren. Um 14:00 Uhr besuchen wir dann das Museum, wo wir auch eine kleine Führung erhalten.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Mittwoch, 12.03.2025

**Zeit:** Treffpunkt: 10:30 Uhr

Abfahrt: 10:45 Uhr

**Kostenbeitrag:** 9,50 € (Eintritt und Fahrt)

***Für Teilnehmende aus Weißkirchen ist ein Fahrdienst eingerichtet.***

***Treffpunkt: 10:30 Uhr an der Bushaltestelle An der Bleiche***

***Anmeldung ist erforderlich!***

**Geeignet für Teilnehmende mit guter Mobilität.**

***Zahlung bei Anmeldung!***

# Monatsprogramm

## März 2025

**Freitag – 14.03.2025**

### **Schach – Das Spiel der Könige**

Kommen Sie vorbei und spielen Sie eine Runde Schach, das Spiel der Könige. Dieses Angebot richtet sich sowohl an Fortgeschrittene als auch Neulinge, denn Sie haben auch die Möglichkeit, hier Schach zu lernen.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Freitag, 14.03.2025

**Zeit:** 14:30 – 16:30 Uhr

*Anmeldung ist erforderlich!*



# Monatsprogramm

## März 2025

**Montag – 17.03.2025**

**Vortrag „Vorsorgemöglichkeiten“**

Referent Lucas Hosbach,

Vorsorgeberater und gesetzlicher Betreuer beim  
VBV – Verein zur Betreuung Volljähriger e.V.

Im Vortrag werden Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und  
Betreuungsverfügung allgemein erläutert.

Leider beschäftigen sich viele erst mit dem Thema Vorsorge,  
wenn schon Erkrankungen und Einschränkungen vorhanden sind.

Besser ist, schon frühzeitig an später zu denken.

Das Thema Vorsorge ist wichtig, um nach den eigenen

Vorstellungen leben zu können, wenn man nicht mehr in der Lage  
ist, sich um die eigenen Angelegenheiten zu kümmern.

Im Anschluss an den Vortrag beantwortet der Referent Fragen.

Veranstaltende sind Katrin Fink, Beauftragte für ältere Menschen  
und Menschen mit Behinderung, in Kooperation mit VBV–Verein  
zur Betreuung Volljähriger e.V.

**Anmeldung bei Katrin Fink unter**

**katrin.fink@oberursel.de oder 06171 502289**

**Wo:** Rathaus, Rathausplatz1, großer Sitzungssaal

**Wann:** Montag, 17.03.2025

**Zeit:** 14:30 – ca. 15:30 Uhr

# Monatsprogramm

## März 2025

**Dienstag – 18.03.2025**

### Backgammon

Kommen Sie vorbei und spielen oder lernen Sie eines der ältesten Brettspiele der Welt.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Dienstag, 18.03.2025

**Zeit:** 16:00 – 18:00 Uhr



**Mittwoch – 19.03.2025**

### Lebensfreude durch Singen – Liedervormittag

Gemeinsames Singen alter und neuer Lieder in gemütlicher Runde, mit Gitarrenbegleitung.

**Wo:** „Seniorentreff“ Weißkirchen, Urselbachstr. 59

**Wann:** Mittwoch, 19.03.2025

**Zeit:** Ankommen: 9:30 Uhr

Singen ab: 10:00 Uhr

# Monatsprogramm März 2025



**Mittwoch – 19.03.2025**

## **Lebensfreude durch Singen - Liedernachmittag**

Gemeinsames Singen alter und neuer Lieder in gemütlicher Runde.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Mittwoch, 19.03.2025

**Zeit:** Ankommen: 14:30 Uhr

Singen ab: 15:00 Uhr

***Anmeldung ist erforderlich!***

# Monatsprogramm

## März 2025

**Sonntag – 23.03.2025**

### **Sonntagscafé**

Bei Kaffee und Kuchen kommen wir gemütlich zusammen, reden oder spielen ein paar Runden Karten und lassen gemeinsam die Woche ausklingen.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Sonntag, 23.03.2025

**Zeit:** 14:30 – 17:00 Uhr

**Kostenbeitrag:** 6,00 € (inkl. Kuchen, Kaffee / Tee und Wasser)

*Anmeldung ist erforderlich!*

**Sie backen gerne!? Dann spenden Sie dem Sonntagscafé doch gerne mal einen leckeren selbstgebackenen Kuchen.**

**Im Rahmen der Planung bitten wir darum, die Kuchen-spende anzumelden.**

**Bei Bedarf erstatten wir Ihnen die Materialkosten, kommen Sie hierfür auf uns zu.**

# Monatsprogramm

## März 2025

**Montag – 24.03.2025**

### **Erzählcafé**

„Frühling lässt sein blaues Band wieder flattern durch die Lüfte“

Auch wir wollen über den Frühling sprechen.

Was verbinden Sie mit dieser Jahreszeit?

Haben Sie bestimmte Traditionen?

Was macht es mit Ihnen, wenn die Vögel wieder fröhlich zwitschern und es überall zu grünen und treiben beginnt?

Kommen Sie vorbei und lassen Sie uns gemeinsam in Erinnerungen schwelgen.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Montag, 24.03.2025

**Zeit:** 14:30 – 16:30 Uhr

***Anmeldung ist erforderlich!***



# Monatsprogramm

## März 2025

### Dienstag – 25.03.2025

#### Bastelnachmittag

Wir wollen uns zum gemeinsamen Basteln treffen. Dieses mal mit bunten Frühlingsbasteleien und österlichen Bastelideen.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Dienstag, 25.03.2025

**Zeit:** 14:30 – 16:30 Uhr

**Kostenbeitrag:** 5,00€

*Anmeldung ist erforderlich!*

### Mittwoch – 26.03.2025

#### „Frühlingserwachen“

Diesen Vormittag wollen wir ganz dem Frühling widmen, der nun wieder Einzug gehalten hat. Wir lesen Frühlingsgedichte und Texte, lassen das ein oder andere Lied erklingen und auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. So dass wir uns mit allen Sinnen dieser schönen Jahreszeit hingeben und sie begrüßen können.

**Wo:** „Seniorentreff“ Weißkirchen, Urselbachstr. 59

**Wann:** Mittwoch, 26.03.2025

**Zeit:** Ankommen: ab 9:30 Uhr

Veranstaltung: 10:00 – 12:00 Uhr

*Anmeldung ist erforderlich!*

# Monatsprogramm März 2025



**Freitag – 28.03.2025**

## **Schach – Das Spiel der Könige**

Kommen Sie vorbei und spielen Sie eine Runde Schach, das Spiel der Könige. Dieses Angebot richtet sich sowohl an Fortgeschrittene als auch Neulinge, denn Sie haben auch die Möglichkeit, hier Schach zu lernen.

**Wo:** „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

**Wann:** Freitag, 28.03.2025

**Zeit:** 14:30 – 16:30 Uhr

***Anmeldung ist erforderlich!***



# Monatsprogramm März 2025

## **Samstagskino – 29.03.2025**

Genießen Sie einen unterhaltsamen Film bei Kaffee und Kuchen.

**Wo:** Portstraße, Hohemarkstr. 18

**Wann:** Samstag, 29.03.2025

**Einlass:** 14:30 Uhr

**Filmstart:** 15:00 Uhr

**Kostenbeitrag:** 9,00 € (inkl. Kaffee und Kuchen)

*Anmeldung ist erforderlich!*

**Der Filmtitel kann im Seniorentreff erfragt werden.**

***Für Teilnehmende aus Weißkirchen ist ein Fahrdienst eingerichtet.***

***Treffpunkt: 14.00 Uhr an der Bushaltestelle An der Bleiche***

*Anmeldung ist erforderlich!*

# Monatsprogramm

## März 2025

**Mittwoch – 09.04.2025**

**Aha – Erlebnisse unterwegs**

**Ausflug nach Mainz zur Besichtigung der Chagall-Fenster**

**!Anmeldung möglich vom 03. bis 31. März 2025!**

Heute geht's mit dem Bus nach Mainz in die Pfarrei St. Stephan. Dort wollen wir die Chagall-Fenster bewundern. Anschließend fahren wir weiter in den Rheingau und besuchen das Kloster St. Hildegard bei Rüdesheim. Dort gehen wir Essen und können noch einen kleinen Spaziergang machen.

**Wo:** Bahnhof Oberursel (Ärztehaus)

**Wann:** Mittwoch, 09.04.2025

**Zeit:** Treffpunkt: 09:30 Uhr

Abfahrt: 09:40 Uhr

*Die Buskosten  
werden von der  
Stadt Oberursel  
übernommen!*

**Kostenbeitrag:** 17,50 €

*Zahlung bei Anmeldung!*

*Teilnehmende aus Weißkirchen können um 09:50 Uhr an der Bushaltestelle An der Bleiche*

**Geeignet für Teilnehmende mit guter Mobilität.**

## **Anschrift**

Hospitalstraße 9  
61440 Oberursel

Tel: 06171 – 502192

E-Mail: [seniorentreff@oberursel.de](mailto:seniorentreff@oberursel.de)

## **Kontaktpersonen**

Savas Köktas  
Monika Aniol-Kowalska  
Christine Eberts

- ! Änderungen am Programm vorbehalten.
- ! Die Teilnahme an den Veranstaltungen erfolgt auf eigene Verantwortung

Mit freundlicher Unterstützung

**Freunde und Förderer des Seniorentreffs "Altes Hospital" e.V.**

*Bankverbindung:*

*Frankfurter Volksbank / IBAN: DE89 5019 0000 6000 8644 37*