

Veranstaltungen

Nordic Walking

Montag, 2. November 2026 | 10:00 – 11:00

Lass uns die Natur erkunden! 'Bewegung im Freien' bietet dir die Gelegenheit, die Schönheit der Umgebung zu genießen. Auf geht's!

Seelen-Klang

Montag, 2. November 2026 | 10:00 – 11:00

Klangschalen- und Meditationseinheit für tiefe Entspannung, Loslassen von Stress & Blockaden, etc. Jede*r ist willkommen!

Nordic Walking

Montag, 2. November 2026 | 11:00 – 12:00

Lass uns die Natur erkunden! 'Bewegung im Freien' bietet dir die Gelegenheit, die Schönheit der Umgebung zu genießen. Auf geht's!

Gesellschaftsspiele

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel und Spass

Lima

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 13:00

Gedächtnis und Bewegungstraining miteinander kombiniert

Deutsches Sprachcafe

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 13:30

Deutsch üben in gemütlicher Atmosphäre - für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Tischtennis

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 17:00

Tischtennis bietet Bewegung, Spaß und Geselligkeit. Ganz gleich ob Anfänger oder geübter Spieler – alle können mitmachen. Die lockeren Runden fördern die Fitness, halten den Kopf wach und machen in netter Gesellschaft besonders viel Freude. Jede*r ist willkommen.

Spielenachmittag

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Gedächtnistraining

Montag, 2. November 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis.

Regenbogentreff: Plauderstammtisch und Besuch vom IKF

Montag, 2. November 2026 | 13:00 – 15:00

Bei Kaffee und Mehlspeisen wollen wir entspannt miteinander plaudern, lachen und neue Kontakte knüpfen. Komm vorbei, macht es euch gemütlich und verbringt eine bunte Zeit mit uns. Außerdem besucht uns Brigitte vom IKF (Institut für Konfliktforschung) und stellt uns das Projekt „Gemeinsam altern unter dem Regenbogen“ vor. ALLE Lebens- und Lebensweisen sind willkommen!
