

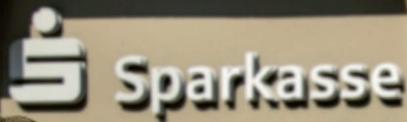
Veranstaltungen für Senior*innen in Speyer



Januar bis Juni

2022

Seniorenbüro der Stadt Speyer



Immobilien

Immobilienverkauf durch die Sparkassen-Finanzgruppe

Ihr 5 Sterne Makler



Kompetent. Nah. Fair.
Persönlich. Servicestark.

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Andrea Fischer, Telefon 06232 103-554

Sibel Caliskan-Metzler, Telefon 06232 103-411

Ramona Frei, Telefon 06232 103-238

immobilien@sparkasse-vorderpfalz.de



Sparkasse
Vorderpfalz

Vorwort

**Liebe Seniorinnen,
liebe Senioren,**

leider sind wir alle nach wie vor von der Corona-Pandemie betroffen. Für uns sind dies neue Erfahrungen und Herausforderungen.

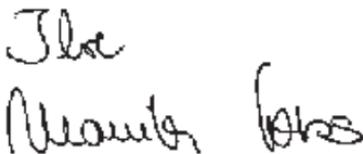
Allen, die im Einsatz sind, das Virus zu bekämpfen, danke ich ganz besonders.

Die Situation ist nicht einfach. Menschen sind an oder mit Corona-Virus gestorben, was ich außerordentlich bedauere.

Die Corona-Pandemie hat die existenzielle Grundlage vieler Menschen in Gefahr gebracht. Menschen, die in Kurzarbeit sind, ihre Arbeit ganz verloren haben oder Künstler*Innen aller Kunstgattungen, die in existenziellen Nöten sind. Aber auch viele Seniorinnen und Senioren leiden unter den Auswirkungen der Pandemie, weil ihnen die sozialen Kontakte fehlen. Deshalb bitte ich Sie, vorsichtig zu sein und die Hygieneregeln einzuhalten, damit wir Schritt für Schritt wieder zu einem „normalen“ Leben kommen können.

Es ist aber auch wichtig Pläne für die Zukunft zu machen. So freut es mich, dass einige Veranstaltungen für das erste Halbjahr 2022 in diesem Kalender angekündigt werden können. Die Umsetzung hängt natürlich von dem weiteren Verlauf der Pandemie ab. Sobald eine Teilnahme wieder möglich wird, geht dies nur unter Einhaltung der Hygienekonzepte.

Ich wünsche Ihnen alles Gute. Seien Sie bitte vorsichtig und bleiben Sie gesund!



Monika Kabs
Bürgermeisterin



Impressum:

Herausgeber: Seniorenbüro der Stadt Speyer
Maulbronnerhof 1A, 67346 Speyer
Tel. 06232 142661
Email: constanze.konder@stadt-speyer.de

Druck: Chroma Druck
Danzinger Platz 6
67059 Ludwigshafen

Titelbild: Constanze Konder

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	03
Regelmäßige Veranstaltungen	06
Monatsübersicht Veranstaltungen	10
Seniorenbüro Angebote	
• Akademie für Ältere	14
• Konzert am Nachmittag	16
• Kunst erleben	17
• Reisen und Ausflüge	18
• F@irNet (siehe Digitales)	18
Weitere Angebote	
• Digitalisierung unserer Gesellschaft	20
• Angebote im Mehrgenerationenhaus	23
• Gemeindeschwester plus	23
• Nachbarschaftshilfe	24
• Seniorenbeirat	24
• Nachbarschaftsverein der GBS	26
• Veranstaltungen Auferstehungskirche	28
• Veranstaltungen KDFB: Zweigverein Pax Christi Speyer	29
• Angebote für Menschen mit Demenz und Angehörige	30
• Angebote in der Quartiersmensa plus St. Hedwig	33
Broschüre Wohnen im Alter	33
Öffnungszeiten und Kontaktadressen der einzelnen Verbände	34

Regelmäßige Veranstaltungen

Aufgrund der Corona Pandemie können nach wie vor viele Veranstaltungen nicht wie geplant stattfinden. Die hier genannten können nur stattfinden, wenn die Corona Pandemie es zulässt.

Jeden Montag

09:30 – 11:00 Uhr
YOGA mit Frau Nitzsche
Im Deutschen Roten Kreuz
Karl-Leiling-Allee 5

9:30 – 11:00 Uhr
YOGA mit Angela Zieger-Schmidt
Auferstehungskirche
Am Renngraben 2g

18:00 – 19:00 Uhr
Meditation mit
Pfarrerin Daniela Körber
Auferstehungskirche
Am Renngraben 2g

Jeden 2. Montag

14:30 Uhr
Spielemittag mit
Irmgard Mayer
Haus Trinitatis
Johannesstr. 6

15:00 – 17:00
(Starttermin: April)
Taschengeldbörse West
Unterstützung rund um Haus
und Garten
Quartiersbüro
Kurt-Schumacher-Str. 16 a
Eingang: Berliner Platz
Tel.: 8604054 od. 0176/10076434

Regelmäßige Veranstaltungen

Jeden Mittwoch	10:00 – 12:00 Uhr Sprechzeiten „Neue Medien“ Terminvergabe: Tel.: 142911 oder Mail: p.fechterMGH@gewo-leben.de
Jeden 2. Mittwoch	15:00 – 16:30 Uhr Bibelnachmittag Gemeindehaus der Auferstehungs- kirche Theodor-Heuss-Str. 24
Jeden 3. Mittwoch	9:00 Uhr Frauenfrühstück mit Christel Hammer Im Georgenhaus Große Himmelsgasse 4
Jeden letzten Mittwoch	19:00 – 20:30 Uhr Anders von Gott reden – Gespräche zur Bibel mit Pfarrer Uwe Weinerth Auferstehungskirche Am Renngraben 2g 15:00 – 17:00 Uhr Nachmittage der Begegnung Jan/März/Mai/Juli: Georgenhaus Feb/April/Juni: Gedächtniskirche Große Himmelsgasse 4

Regelmäßige Veranstaltungen

Jeden Donnerstag	12:00 – 14:00 Uhr Mittagstreff Von Gästen selbstorganisiert Anmeldung erforderlich Tel: 06232/142911
	14:00 – 17:00 Uhr Offener Treff Offenes Angebot mit Kaffee und Kuchen Mehrgenerationenhaus Weißdornweg 3
	15:30 – 16:30 Uhr Seniorengerechte Gymnastik Mit Frau Kiefer-Heußmann Im Deutschen Roten Kreuz Karl-Leiling-Allee 5
	19:00 – 20:30 Uhr Zen-Meditation mit Dirk Hamm Auferstehungskirche Am Renngraben 2g

Jeden 1. Donnerstag	15:00 – 16:00 Uhr Sitztanz und Rückenschule Seniorenfitness im Sitzen zu musikalischen Rhythmen Mehrgenerationenhaus Weißdornweg 3
---------------------	---

Jeden 3. Donnerstag	15:00 – 16:00 Uhr Sitztanz und Rückenschule Seniorenfitness im Sitzen zu musikalischen Rhythmen Mehrgenerationenhaus Weißdornweg 3
---------------------	---

Jeden letzten Donnerstag	15:00 – 17:00 Uhr Treffen für Menschen nach Schlaganfall und Begleitung Auferstehungskirche Am Renngraben 2g
--------------------------	--

Regelmäßige Veranstaltungen

Jeden Freitag

8:45 – 9:45 Uhr
Fitness Gymnastik
Mit Frau Kiefer-Heußmann
Im Deutschen Roten Kreuz
Karl-Leiling-Allee 5

10:00 – 11:00 Uhr
Fitness Gymnastik
Mit Frau Kiefer-Heußmann
Im Deutschen Roten Kreuz
Karl-Leiling-Allee 5

14:00 – 17:00 Uhr
Offener Treff
Offenes Angebot mit Kaffee
und Kuchen
Mehrgenerationenhaus
Weißdornweg 3

Jeden 1. Freitag

10:00 Unr
Evangelischer Gottesdienst
im Haus Edelberg
Obere Langgasse 5a
– Kapelle –

Monatsübersicht Veranstaltungen“

Januar 2022

So. 01. 10.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Messfeier zum Jahresbeginn
Schützenstraße 18 c

Do. 06. 10.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Erscheinungen des Herrn
Heilige Drei Könige
Messfeier mit den Sternsängern
Schützenstraße 18 c

Mo. 10. 12.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Schlachtfest oder Schlachtplatte
Schützenstraße 18 c

Februar 2022

Mi. 02. 10.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Messfeier Mariä Lichtmess
Schützenstraße 18 c

Mi. 23. 14.33 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Bunter Faschingsnachmittag
Schützenstraße 18 c

Do. 24. 15.11 Uhr **Fasnachtfeier im Seniorenhaus Burgfeld**
AWO-Seniorenhaus Burgfeld
Burgstraße 34-36

März 2022

Mi. 02. 15.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Aschermittwoch
Messfeier mit Aschekreuz
Schützenstraße 18 c

Mi. 03. 15.30 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Bis 15.04 Kreuzwegandacht
Schützenstraße 18 c

Mo. 14. 15.00 Uhr **Alles was Freude macht**
Schlachtfest oder Schlachtplatte
Schützenstraße 18 c

April 2022

So. 10. 10.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Messfeier zu Palmsonntag
Schützenstraße 18 c

Mo. 11. 15.00 Uhr **Alles was Freude macht**
Im AWO-Seniorenhaus Burgfeld
Burgstraße 34–36

Mo. 11. 15.30 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Bußandacht
Schützenstraße 18 c

Do. 14. 16.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Gründonnerstag
Abendmahlgottesdienst
Schützenstraße 18 c

Fr. 15. 10.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Karfreitag
Kreuzwegandacht
Schützenstraße 18 c

Fr. 15. 10.00 Uhr **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Karfreitag
Evangelischer Gottesdienst
mit Abendmahl
Schützenstraße 18 c

April 2022

So. 17. 10.00 Uhr Caritas-Altenzentrum St. Martha
Hochfest der Auferstehung
unseres Herrn
Schützenstraße 18 c

Mo. 18. 10.00 Uhr Caritas-Altenzentrum St. Martha
Messfeier zu Ostermontag
Schützenstraße 18 c

Mi. 20. 15.00 Uhr Caritas-Altenzentrum St. Martha
Mundharmonikakonzert
Schützenstraße 18 c

Do. 21. 15.00 Uhr Nachbarschaftsverein
Frühlingsfeier
Sitzungsraum GBS
Burgstraße 40

Sa. 30. 15.30 Uhr Caritas-Altenzentrum St. Martha
Tanz in den Mai
Mit der Musikgruppe „die 49er“
Schützenstraße 18 c

Mai 2022

Jeden Mo. 15.30 Uhr im Monat Mai Caritas-Altenzentrum St. Martha
Maiandacht
Schützenstraße 18 c

Mo. 09. 15.00 Uhr Alles was Freude macht
Gemeinschaftsveranstaltung
AWO-Seniorenhaus Burgfeld
und Nachbarschaftsverein der GBS
Im AWO-Seniorenhaus Burgfeld
Burgstraße 34–36

So. 15. 10.00 Uhr Caritas-Altenzentrum St. Martha
Messfeier Christi Himmelfahrt
Schützenstraße 18 c

Do. 19. 15.00 Uhr Vortrag Herr JR Rolf S. Weis
Sitzungsraum GBS
Burgstraße 40

Juni 2022

- So. 05. 10.00 Uhr** **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Festgottesdienst zu Pfingsten
Schützenstraße 18 c
-
- Mo. 06. 10.00 Uhr** **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Messfeier zu Pfingsten
Schützenstraße 18 c
-
- So. 16. 10.00 Uhr** **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Messfeier zu Fronleichnam
Schützenstraße 18 c
-
- Mo. 20. 12.00 Uhr** **Caritas-Altenzentrum St. Marthas**
Spargelbuffet
Schützenstraße 18 c
-
- So. 26. Ab 11.00 Uhr** **Sommerfest**
Im AWO-Seniorenhaus
Burgstraße 34–36
-
- Mi. 29. 10.00 Uhr** **Caritas-Altenzentrum St. Martha**
Messfeier zu Fest Peter und Paul
Schützenstraße 18 c
-

Akademie für Ältere

Wegen der Corona-Pandemie können derzeit noch keine genauen Termine für nachfolgende Veranstaltungen des Seniorenbüros genannt werden.

Wenn die Angebote wieder stattfinden können informieren wir Sie über die Lokalpresse und im Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, Tel. 06232/142661

Männersport

Zu viel Ruhe tut nicht gut. Auch wenn die Knochen vielleicht schmerzen, muss das kein Hindernis sein, um sich zu bewegen. Es kommt nur darauf an, welche Übungen vermittelt werden. Das neue Angebot des Seniorenbüros, das nur für Männer vorgesehen ist, sieht folgende Inhalte vor:

- Stärkung und Verbesserung von Ausdauer, Kraft, und Beweglichkeit.
- Lösen der Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich
- Mobilisierung und Stabilisierung der Gelenke
- Sturzprävention durch Erhöhung der Beweglichkeit

Ansprechpartnerin: Hildegard Gollon

Amüsante Mathematik

Angst vor Mathematik? Können Sie vergessen. In diesem Kurs geht es um ein vergnügliches Spiel mit Maß und Zahl

Termin: montags von 10.00 bis 11.30 Uhr
14-tägig (außer in den Ferien)

Ansprechpartner: Wolfgang Ernst

Englische Konversation

Wer seine Englischkenntnisse in geselliger Runde auffrischen und englische Konversation trainieren möchte, ist herzlich eingeladen.

Termin: montags von 10.00 bis 11.00 Uhr
14-tägig

Ansprechpartner: Peter Kerstjens

Seniorenbüro Angebote

Französische Konversation

Wenden Sie ihre Sprachkenntnisse an. Auf Französisch wird über aktuelle Fragen geredet, alte Erinnerungen werden ausgetauscht und es wird Lektüre (keine Grammatik) behandelt.

Termin: montags von 10.00 bis 11.00 Uhr
14-tägig

Ansprechpartner: Gérard Ribeiro

Spanische Konversation

Es wird über ein jeweils aktuelles oder von Ihnen ausgewähltes Thema Spanisch gesprochen.

Termin: mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr
14-tägig

Ansprechpartnerin: Doris Andrés

Philosophischer Gesprächskreis

– berühmte Philosophen / große Denker –

Wir wollen versuchen uns einigen von Ihnen, ihren Lebenswelten und Denkweisen zu nähern.

Termin: mittwochs von 10.00 bis 11.30 Uhr
14-tägig

Ansprechpartner: Oskar Ulrich

Lesekreise zeitgenössischer Literatur

Der Lesekreis bietet interessierten Senioren die Möglichkeit, gemeinsam zu lesen, sich über gelesene Bücher und Stücke auszutauschen und darüber zu reden bzw. zu diskutieren.

Termin: jeden 2. und 4. Freitag
von 16.00 bis 17.30 Uhr
(außer in den Ferien)

Ansprechpartnerin: Irmgard Bonnet

Kunst erleben

Kunst soll jedem zugänglich sein. Nicht jeder hat jedoch in früheren Jahren den Zugang erhalten. Für neue Erfahrungen ist es nie zu spät.

In Speyer gibt es zahlreiche kleinere Ausstellungen, die sehenswert sind und Einblick in die Schaffenswelt lokaler Künstler geben oder spezielle Kunstprojekte von Schülern und Initiativen vorstellen. Wir wollen Ihnen auch dazu den Zugang eröffnen und Sie mit den Gedanken und den Hintergründen, die solche Ausstellungen und Projekte ausgelöst haben, vertraut machen.

Termine werden in der Presse und auf der Internetseite des Seniorenbüros bekannt gegeben, sowie über Plakate und Einladungen, welche Sie unter anderem bei der Touristinformation oder dem Bürgerbüro erhalten.

Nähere Informationen erhalten Sie auch im Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer.

Ansprechpartner: Karen Plewa (Seniorenbüro)

Seniorenbüro Angebote

Reisen und Ausflüge

Wegen der Corona-Pandemie fallen aktuell alle Reisen des Seniorenbüros aus.

Folgende Reisen sind davon betroffen:

Tagesfahrten „Reisen der kurzen Wege“:

Tagesfahrten für Senioren, mit Bewegungseinschränkungen

Tagesfahrten:

Bei den Tagesfahrten werden auch weitere Strecken zu Fuß zurückgelegt, es ist daher erforderlich, dass die Teilnehmer gut zu Fuß sind und festes Schuhwerk tragen.

Mit der Karte ab 60 die Umgebung erkunden

Organisation: Astrid Schall

Informationen: Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A
Tel. 06232/14-2661

Sobald Reisen wieder möglich sind, werden wir Sie über die Lokalpresse informieren.

F@irNet

siehe Digitalisierung

Glück für die Ohren

Hörsysteme
von Hören Leist

Hören Leist GmbH

Landauer Str. 1
67346 Speyer
Tel. 06232 / 74831

info@ hoeren-leist.de
www hoeren-leist.de

HÖREN
LEIST
SPEYER

Digitalisierung unserer Gesellschaft

Die Digitalisierung ist ein so genannter „Megatrend“, das bedeutet, dass jeder einzelne und alle gesellschaftlichen Bereiche, ob Politik, Wirtschaft, Gesundheitswesen, Kultur, Technik davon betroffen sind. Die Digitalisierung verändert grundlegend unsere Welt, ob wir es wollen oder nicht und das in sehr schneller Zeit. Aus diesem Grund sind Unterstützungsangebote in der praktischen Anwendung von neuer Technik, aber auch Informationen über die umfassenden Auswirkungen von Bedeutung. Eine grundsätzlich neue Haltung, eine Bewusstseinsänderung gegenüber der Digitalisierung unserer Gesellschaft ist notwendig. Die immer größer werdende Gruppe der Senioren, vor allem der Menschen in einem hohen Alter, darf nicht ausgeschlossen werden. Es gibt bereits Angebote, die hier genannt werden:

Internet-Treff F@irNet des Seniorenbüros, Ludwigstraße 15b

Computerclub

Computer-Stammtisch ist online

Seit vielen Jahren treffen sich Senioren immer donnerstags, von 10 Uhr bis 11.30 Uhr, beim Computer Stammtisch des Internet-Treffs F@irNet des Seniorenbüros, in der Ludwigstraße 15b. Sie tauschen sich aus und lösen gemeinsam Computerprobleme. Die Idee stammt von Herbert Gundel und Jürgen Rehm, beides Männer der ersten Stunde des Internet-Treffs, der seit 2000 besteht. In diesem Jahr also sein 20-jähriges Jubiläum feiern kann.

Sitzung im Netz

Seit März 2020 ist alles anders. Corona Virus hat auch hier die Welt verändert. Für die Gruppe kein Grund sich zurückzuziehen. Nun treffen sich die Senioren online und das weiterhin regelmäßig. Selbst aus dem Urlaub schalten sich die Teilnehmer dazu. Also etwas, was beider persönlichen Anwesenheit nicht geht. Entweder man ist da oder man ist in Urlaub. Die Sitzung im Netz erlaubt beides.

Soziale Kontakte sind wichtig

Die regelmäßige Teilnahme zeigt, dass es den Senioren nicht nur um die Lösung von Computerproblemen geht, sondern auch um soziale Kontakte. Gerade jetzt in der Corona-Pandemie zeigt es sich, wie wichtig diese sind. Sie helfen, dass man nicht alleine ist, Menschen hat, mit denen man in Kontakt sein kann.

Weitere Angebote

Sie sind Willkommen

Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich mit Ihrer E-Mail-Adresse telefonisch im Seniorenbüro, Tel.: 14-2661 und Sie werden eingeladen. Und Sie sind dabei!

Digitale Sprechstunde

Im Internet-Treff F@irNet des Seniorenbüros

Sobald die Corona-Pandemie es zulässt, werden Dirk Humborg und Gerard Ribeiro wieder jeden Dienstag, von 10 Uhr bis 12 Uhr eine digitale Sprechstunde anbieten.

Wenn sie Probleme mit Notebook, Tablet oder Smartphone haben, etwas nicht funktioniert, dann besteht das Angebot sie zu unterstützen.

Anmeldung

Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung im Seniorenbüro, Tel. 06232/142661 möglich. Hier werden Termine vergeben, damit gewährleistet ist, dass nicht zu viele Personen auf einmal im Internet-Treff sind.

Termine sind möglich von:

10 Uhr bis 10.50 Uhr

11 Uhr bis 11.50 Uhr

Da zwei Räume und zwei Tutoren im Einsatz sind, können also zu jedem Termin zwei Personen teilnehmen.

Hygieneregeln

Desinfektionsmittel für die Hände steht zur Verfügung.

Die Tutoren werden Ihre Kontaktdaten, anhand eines Kontaktbogens ermitteln. Diese werden vier Wochen im Seniorenbüro aufbewahrt. Dies ist wichtig, damit Kontakte nachverfolgt werden können. Danach werden die Bögen vernichtet. Diese werden nicht an Dritte weitergegeben.

Die Räume werden regelmäßig gelüftet.

Mundschutz getragen werden bis Sie am Platz sind, sobald Sie sich im Raum bewegen oder der Abstand nicht gehalten werden kann, weil etwas erklärt wird, müssen beide Tutor und die fragende Person einen Mundschutz tragen.

Digitalbotschafter

Sobald die Corona-Pandemie es wieder erlaubt, werden wir an jedem 1. und 3. Donnerstag im Monat mit 2 Personen in der Pfälzischen Landesbibliothek (Otto-Mayer-Str. 9 in Speyer) sein.

Wo und wann findet die Sprechstunde statt?

Wir bieten Beratung nur nach vorheriger Anmeldung an und halten die Corona Regeln ein. Interessenten können sich beim Seniorenbüro unter Telefonnummer 06232/14-2661 anmelden. Sie müssen ihren Namen und eine Telefonnummer hinterlassen. Die Adresse wird zum Zwecke der Nachverfolgung von den Digitalbotschaftern erfragt. Wir bieten pro Berater drei Einzeltermine, also in Summe 6 Beratungen pro Nachmittag an. Die Termine haben eine Dauer von 30 Minuten und starten jeweils um 15 Uhr, 15.30 und 16 Uhr. Teilnehmer können sich nach der Beratung für einen Folgetermin wieder beim Seniorenbüro anmelden.

Einhalten der Corona-Regeln

Die Landesbibliothek stellt Desinfektionsmittel zur Verfügung. Die Digital-botschafter sichern die Desinfektion vor und nach jedem Beratungstermin sicher. Es gilt Maskenpflicht bis zum Einnehmen des Sitzplatzes. Ebenso wird sichergestellt, dass regelmäßig (alle 30 Minuten) gelüftet wird. Wenn es die Temperatur erlaubt, kann dauerhaft gelüftet werden. Ebenso wird der Mindestabstand zum nächsten Beratungspaar eingehalten.

Digitaler Stammtisch

Der digitale Stammtisch wird an sechs Orten übertragen. Dazu zählt auch Speyer. 10.30 Uhr bis 12.30 Uhr. Es werden immer unterschiedliche Themen behandelt.

Eine Teilnahme ist möglich in der
Zeppelinerschule Speyer (Grundschule)
Neufferstraße 16
67346 Speyer

Weitere Angebote

Mehrgenerationenhaus in Speyer-Nord

Mediensprechzeit (individuelle Hilfestellung/Beratung am eigenen Smartphone, Laptop, PC, Smart-TV, etc.)

Termin: jeden Mittwoch von 14 – 16 Uhr

Ansprechpartner: Peter Fechter

Terminvergabe unter: Tel. 06232/14-2911
p.fechterMGH@gewo-leben.de

Im Mehrgenerationenhaus, Weißdornweg 3

Taschengeldbörse (Jugendliche helfen in Familien und Seniorenhaushalten für ein Taschengeld, auch zum Thema „Digitalisierung“ PC-, Laptop-, Smartphone-Nutzung)

Termin: jeden Dienstag von 15 – 17 Uhr

Ansprechpartnerin: Jana Schellroth

Terminvergabe unter: Tel. 06232/14-2911

Im Mehrgenerationenhaus, Weißdornweg 3

Gemeindeschwester plus in Speyer West

Seit dem 1.9.2020 ist Alexandra Mika als Gemeindeschwester plus in Speyer West tätig.

Gemeindeschwester plus ist ein Projekt vom Land Rheinland-Pfalz das 2015 gestartet wurde. Es ist ein präventives gesundheitsförderndes Beratungs- und Vernetzungsangebot.

Die Hauptaufgabe ist, Ansprechpartnerin zu sein für ältere Menschen über 80 Jahre, die noch im eigenen Haushalt leben und sich noch alleine versorgen.

Frau Mika macht, wenn es gewünscht wird, auch Hausbesuche. Im Gespräch erfasst sie die Bedürfnisse, berät über bestehende Angebote und je nach Situation vermittelt sie weiter an die Pflegestützpunkte.

Kontaktdaten

Alexandra Mika

Tel.: 06232/142673

E-Mail: Alexandra.Mika@Stadt-Speyer.de

Nachbarschaftshilfe

Die Nachbarschaftshilfe stellt ein unterstützendes Hilfsangebot für ältere, zum Teil pflegebedürftige Senior*innen und deren pflegende Angehörige dar.

Tätigkeitsbereiche in der Nachbarschaftshilfe können zum Beispiel sein:

- Besuchsdienste
- Begleitung bei Spaziergängen, Arztbesuchen, beim Einkaufen, bei Friedhofsbesuchen
- Hilfestellung bei schriftlichen Angelegenheiten
- Entlastung pflegender Angehöriger
- Hilfestellung im Alltag während des Besuchs (z. B. Post aus dem Briefkasten holen, Mülleimer rausstellen usw.)

Alle Nachbarschaftshelfer*innen erhalten eine Schulung und sind regelmäßig im Austausch.

Wenn sie die Nachbarschaftshilfe in Anspruch nehmen wollen oder sich als Nachbarschaftshelfer*in einbringen wollen, melden Sie sich gerne unter den nachfolgenden Kontaktdaten bei Christina Werling.

Weitere Informationen erhalten Sie bei

Christina Werling
Seniorenbüro
Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer
Tel. 06232/142665

Seniorenbeirat

Der Seniorenbeirat wurde durch einen Stadtratsbeschluss 1993 ins Leben gerufen und ist an die Amtszeit des Stadtrates gebunden. Der Seniorenbeirat ist ein politisches Gremium. Er ist eine Interessenvertretung der älteren Menschen in Speyer.

Aufgaben:

Der Seniorenbeirat möchte die älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger an Entscheidungen, die sie betreffen, beteiligen.

Er gibt Anregungen, Empfehlungen an die Oberbürgermeisterin und die Bürgermeisterin welche als Entscheidungshilfe im Stadtrat oder in den Ausschüssen dienen, zu deren Beratung die/der Vorsitzende des Seniorenbeirates oder ein anderes Mitglied eingeladen werden.

Weitere Angebote

Aufgabenbereiche z.B.:

- Mitwirkung bei der Lösung des öffentlichen Nahverkehrs, Verkehrsregelungen, Verkehrsberuhigungsmaßnahmen, Ausbau von Geh- und Radwegen u.a.
- Kontakte zu Heimen und sozialen Einrichtungen, sowie zu den älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern und kümmert sich um die sozialen Aufgaben der älteren Menschen
- Information und Beratung von alters- und behindertengerechten Wohnen, sowie betreutes und alternatives Wohnen
- Kultur, wie z.B. Ausstellungsbesuche, Konzertbesuche, Besuche von Vorträgen und Lesungen zugänglich machen. Rahmenbedingungen wie z.B. Barrierefreiheit überprüfen, ob eine Teilnahme auch Möglich ist

Sitzungstermine werden über die Lokalpresse veröffentlicht. Ihre Anliegen können Sie dem Vorstand und dem Seniorenbüro mitteilen. Wir kümmern uns dann:

Vorstand: Schultheis Ludwig
Tel. 06232/25899
familie.schultheis@icarus-net.de

Stellvertreter: Weinmann Karl-Heinz
Tel. 06232/24109
weinmann.karl-heinz@t-online.de

Stellvertreter: Hattab Daoud
Tel. 06232/3779
d.hattab@web.de

Seniorenbüro Speyer, Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer;
Tel. 06232/14-2661

Nachstehend folgende Termine für die Seniorenbeiratssitzung:

Termine: dienstags von 14:30 – 17:00 Uhr
01. Februar 2022
22. März 2022
10. Mai 2022
28. Juni 2022

Jeweils im Veranstaltungsraum des Seniorenbüros Speyer,
Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer

Nachbarschaftsverein der GBS

Telefonischer Besuchsdienst

Haben Sie Sehnsucht nach Kontakten?

Möchten Sie mal mit jemanden sprechen?

Sie wohnen allein und würden sich über „Besuch“ freuen?

Wir haben einen neuen Weg gefunden – unseren telefonischen Besuchsdienst.

Dabei können Sie nach Herzenslaune über alles plaudern und reden, was Sie erzählen möchten und Sie im Moment bewegt. Das hilft ein wenig gegen Einsamkeit und Langeweile. Im Austausch mit jüngeren Baugenossen können Sie Ihren Alltag teilen. Sie legen fest, wie oft Sie Kontakt wünschen. Je nach Wunsch rufen junge Leute Sie einmal bis mehrmals wöchentlich an.

Ablauf:

Nach vorheriger Vereinbarung und unter Einhaltung des Datenschutzgesetzes werden Sie angerufen. Dieses kostenfreie Angebot ist eine Kooperation zwischen dem „Verein ZWANZIG10 Jugendkultur & dem Nachbarschaftsverein der GBS“.

Infos und Anmeldung beim Nachbarschaftsverein

Tel. 06232/919726

Email: karin.hille-jacoby@pbs-nachbarschaftsverein.de

Internet: www.pbs-nachbarschaftsverein.de

Hinweis:

Wenn die Corona-Pandemie es wieder zulässt, finden folgende Veranstaltungen statt. Die Termine finden unter Vorbehalt statt.

Bitte beachten Sie die Ankündigungen in unseren Schaukästen und fragen Sie gerne beim Nachbarschaftsverein oder im AWO-Seniorenhaus nach. Telefon: 91 97 26 oder 81 04-0

Weitere Angebote

Offener Treff im Burgfeld

Termin: Donnerstag, 24.04.2022, 15 Uhr
Frühlingsfeier

Treffpunkt: Sitzungsraum GBS
Burgstraße 40

Termin: Donnerstag, 19.05.2022, 15 Uhr
Vortrag Herr JR Rolf S. Weis

Treffpunkt: Sitzungsraum GBS
Burgstraße 40

Alles was Freude macht

Gemeinschaftsveranstaltung AWO-Seniorenhaus Burgfeld und Nachbarschaftsvereins der GBS im AWO-Seniorenhaus Burgfeld, Burgstraße 34 – 36

Termin: Donnerstag, 24.02.2022, 15:11 Uhr
Fasnachtfeier

Treffpunkt: Seniorenhaus Burgfeld

Termin: Montag, 14.03.2022, 15 Uhr
Frühlingsfest – wir stimmen uns
auf den Frühling ein

Treffpunkt: Seniorenhaus Burgfeld

Termin: Montag, 11.04.2022, 15 Uhr

Treffpunkt: Seniorenhaus Burgfeld

Termin: Montag, 09.05.2022, 15 Uhr

Treffpunkt: Seniorenhaus Burgfeld

Termin: Sonntag, 26.06.2022, ab 11 Uhr
Sommerfest

Treffpunkt: Seniorenhaus Burgfeld

Weitere Angebote

Veranstaltungen für Senior*innen in Speyer in der Auferstehungskirchengemeinde

In der Auferstehungskirchengemeinde, Am Renngaben 2g,
67346 Speyer.

Ansprechpartner: Pfarrer Uwe Weinerth, Tel. 06232/629878

Offener Treff

Vorträge aktuellen Themen mit wechselnden Referenten:

Termine:	Mittwoch, 03. Januar 2022	15 – 17 Uhr
	Mittwoch, 02. Februar 2022	15 – 17 Uhr
	Mittwoch, 06. April 2022	15 – 17 Uhr
	Mittwoch, 04. Mai 2022	15 – 17 Uhr
	Mittwoch, 01. Juni 2022	15 – 17 Uhr

Impulse zur Fastenzeit

Termine:	Mittwoch, 30. März 2022	18 – 19 Uhr
	Mittwoch, 06. April 2022	18 – 19 Uhr
	Mittwoch, 13. April 2022	18 – 19 Uhr

Ökumenische Exerzitien im Alltag

Termine:	Mittwoch, 04. Mai 2022	18 – 19 Uhr
	Mittwoch, 11. Mai 2022	18 – 19 Uhr
	Mittwoch, 25. Mai 2022	18 – 19 Uhr

Weitere Angebote

Programmorschau der KDFB Zweigverein Pax Christi Speyer

Wegen möglicher Programmänderungen oder Absagen aufgrund der aktuellen Corona-Lage beachten Sie bitte die Ankündigungen im Newsletter der Pfarrei, in den Schaukästen und in der Presse.

Freitag, 04.03.2022

Weltgebetstag mit der
Auferstehungsgemeinde
„Ich kenne die Pläne, die ich für euch
habe“ (Jeremia 29)
Weltgebetstagsland: England, Wales
und Nordirland

April 2022

Mitgliederversammlung des
Zweigvereins Pax-Christi
Mit Feier des 110-jährigen Jubiläums
des Vorgängerzweigvereins St. Joseph
(Termin und Ort werden noch
bekanntgegeben)

Gedächtnistraining
mit Mechthild Böhmer
8 – 10 Vormittage
(Näheres dazu wird noch
bekanntgegeben)

Mai 2022

Mai-Spaziergang für Menschen mit
und ohne Behinderung
Im Rahmen der bistumsweiten Woche
der Inklusion vom 01.05. – 08.05.2022
Start und Abschluss am Haus der
Lebenshilfe, Else-Krieg-Straße, Speyer
(Termin und Uhrzeit werden noch
bekanntgegeben)

Freitag, 24.06.2022

19.00 Uhr
Filmabend „Speyerer Impressionen
aus den 50er Jahren“
Mit Karl Fücks
Friedrich-Spee-Haus

Weitere Angebote

Angebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Programm Kultur & Demenz erstes Halbjahr 2022

Abenteuer Kultur wagen

Kulturelle Teilhabe für Menschen mit Demenz

Das Netzwerk besteht seit 2016 und will Menschen mit Demenz kulturelle Teilhabe ermöglichen. Dabei geht es um eine besondere Art der Kulturvermittlung. Mit Menschen mit Demenz werden gemeinsam Kunstwerke entdeckt und die Erinnerungen wertgeschätzt.

Aufgrund der Corona Pandemie können aktuell keine Veranstaltungen mit persönlicher Anwesenheit durchgeführt werden. Aus diesem Grund werden Eva-Maria Urban, Maria Leitmeyer und Veronika Besau vierteljährlich Angebote schriftlich ausarbeiten. Diese stellen wir den stationären und ambulanten Pflegeeinrichtungen zur Verfügung, die sie in ihrer Arbeit einsetzen können. Wir stellen diese Unterlagen auch gerne pflegenden Angehörigen zur Verfügung. Sie können im Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A abgeholt werden.

**Nähere Informationen und Ansprechpartnerin:
Constanze Konder, Tel. 06232/142662.**

Café Malta und Café Malta Weißdornweg

Ansprechpartnerin: Frau Bianca Knerr-Müller,
Malteser Hilfsdienst, Tel. 06232/677820

Fit von Kopf bis Fuß

Ansprechpartnerin: Gerlinde Görgen, Tel.: 06232/980461

Nachtcafé

Ansprechpartnerin: Frau Bianca Knerr-Müller,
Malteser Hilfsdienst, Tel. 06232/677820

Café Zeitlos bei der Ökumenischen Sozialstation

Anmeldung erforderlich: 06232/6047-0

Weitere Angebote

Club Allerlei

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit demenziellen Erkrankungen in Zusammenarbeit mit der Alzheimergesellschaft Rheinland-Pfalz

Tagespflege beim Caritas-Altenzentrum St. Martha

Schützenstraße 18c in Speyer

Betreuung in einer Gruppe von zehn Tagesgästen. Eine Anmeldung ist erforderlich. Die Teilnahme ist kostenpflichtig.

Montag bis Freitag von 8.00 bis 16.30 Uhr, Tage nach Absprache
Ansprechpartnerin: Frau Ute Sauer, Tel. 06232/135-1800

Tagespflege Luna

Pflegeteam Handermann & Schäfer GmbH

Heinrich-Heine-Straße 8

Tel. 06232-2966732, luna.tagespflege@gmail.com

Weitere Angebote

Angebote im Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie – Offener Treff Weißdornweg

Digital- und Spieletreff	Dienstag 14.00 – 17.00 Uhr Offenes Angebot mit Kaffee und Kuchen
Laufreff	Dienstag 10.00 Uhr Gemeinsames Wandern rund um Speyer-Nord
Taschengeldbörse Nord	Dienstag 15.00 – 17.00 Uhr Unterstützung rund um Haus und Garten Mehrgenerationenhaus Weißdornweg 3, Tel. 142911
Taschengeldbörse West	14-tägig Montag 15.00 – 17.00 Uhr Starttermin: April Unterstützung rund um Haus und Garten Quatiersbüro Kurt-Schumacher-Str. 16 a, Tel. 8604054 oder 0176-10076434
Sprechzeit „Neue Medien“	Mittwoch 10.00 – 12.00 Uhr Terminvergabe: Tel. 142911 oder Mail: p.fechterMGH@gewo-leben.de
Mittagstreff	Donnerstag 12.00 – 14.00 Uhr Von Gästen selbstorganisierter Mittagstisch Anmeldung erforderlich: Tel. 142911

Weitere Angebote

Offener Treff

Donnerstag und Freitag
14.00 – 17.00 Uhr
Offenes Angebot mit Kaffee
und Kuchen

Sitzanz und Rückenschule

1./3. Donnerstag
15.00 – 16.00 Uhr
Seniorenfitness im Sitzen zu
musikalischen Rhythmen

Angebote in der Quartiersmensa plus St. Hedwig (Q+H)

Wenn die Corona-Pandemie es wieder zulässt finden folgende
Veranstaltungen statt:

Mittagstisch

Montag bis Freitag
12.00 – 14.00 Uhr
Anmeldung: Tel. 06232/2966732

Repair-Café

am 2. Samstag im Monat
14.00 – 16.30 Uhr
Reparatur von Gegenständen,
elektr. Kleingeräten und Fahrrädern
unter fachlicher Anleitung
Kontakt: Karl-Heinz Usinger-Frieß,
Tel. 06232/6847142
repaircafe-speyer@gmx.de

Broschüre Wohnen im Alter

Das Seniorenbüro hat in Zusammenarbeit mit den Pflegestützpunkten, dem Seniorenbeirat und der Landesberatungsstelle Barrierefrei Bauen + Wohnen die Broschüre Wohnen im Alter aktualisiert. Sie finden darin wichtige Adressen und Anregungen.

Diese Broschüre ist auch im Internet unter http://www.speyer.de/de/leben/senioren/Wohnen_im_Alter abrufbar. Ein Ausdruck ist im Seniorenbüro der Stadt Speyer kostenlos erhältlich.

Öffnungszeiten und Kontaktadressen

Verbände & Organisationen

Wenn die Corona-Pandemie es zulässt sind folgende Institutionen zu den angegebenen Zeiten wieder geöffnet:

Arbeiterwohlfahrt

Ruth und Klaus Bohn
Gutenbergstr. 11, Tel. 7 93 73
kl.bohn@web.de
awo-speyer@web.de

Caritasverband für die Diözese Speyer e.V.

Obere Langgasse 2, Tel. 20 90

Deutscher Alpenverein Sektion Speyer

– Seniorenbetreuung

Wolfgang Lang
Tel. 06 23 6 – 42 53 15
wolfgang.lang@gmx.de

Donaudeutsche Landsmannschaft

– Seniorenkreis

Paul Nägl
Friedrich-Ebert-Str. 106, Tel. 43 30 0

DRK-Kreisverband Speyer

Karl-Leiling-Allee 5, Tel. 60 02-0
info@drk-speyer.de

Hobbywerkstatt

Mönchsgasse 12
Montag bis Freitag von 8.00 – 11.00 Uhr
für alle freiwilligen Hobbywerker
Montag, Mittwoch, Freitag

Förderverein Salier-Stift e.V., Speyer

Rudolf Lang, Maximilianstr. 95

Frauengemeinschaft St. Konrad

Ursula Langbein
Holunderweg 12, Tel. 4 41 61
Emma Hüls
Lärchenweg 20, Tel. 3 46 94

Kath. Arbeitnehmer-Bewegung

Webergasse 11, Tel. 10 23 76
kab@bistum-speyer.de

Öffnungszeiten und Kontaktadressen

Kath. Frauenbund Zweigverein Pax Christi

Anna Altinger

Im Lammsbauch 13, Tel. 7 98 94

Kneipp Verein Speyer e.V.

Postfach 2196, 67331 Speyer

Geschäftsstelle: Mühlturnstr. 16, 67346 Speyer

Tel. 3 58 34, Fax 2 92 09 82

kneipp-verein-speyer@t-online.de

Öffnungszeiten: Donnerstag 11:00 – 13:00 Uhr

Telefonisch jederzeit über den Anrufbeantworter erreichbar

Es wird zurückgerufen

Kolpingfamilie

Harald Radschuk

Schützenstr. 18b

Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie

Offener Treff Weißdornweg

Jana Schellroth

Weißdornweg 3, Tel. 14-2911; 0176-10538742

j.schellrothMGH@gewo-leben.de

Nachbarschaftshilfe der GBS Sozialmanagment

Vorsitzender: Karl-Heinz Brech

Leiterin: Karin Hille-Jacoby

Conrad-Hist-Str. 1 a, Tel. 91 97 26

Internet: www.gbs-nachbarschaftsverein.de

E-Mail: karin.hille-jacoby@gbs-nachbarschaftsverein.de

Nachbarschaftshilfe des Seniorenbüros

Christina Werling

Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, Tel. 14 26 65

christina.werling@stadt-speyer.de

Naturfreunde

Charlotte Walther

Tel. 3 66 34

Netzwerk Demenz

Constanze Konder

Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, Tel. 14 26 62

constanze.konder@stadt-speyer.de

Öffnungszeiten und Kontaktadressen

Pfälzerwald Verein

Orstgruppe Speyer
1. Vorsitzender Ottfried Braun
Tel. 39 37

Quatiersbüro Speyer-Süd

Frau Kerstin Eisel
Windhorststr. 18, Tel. 14 29 20

Seniorenbeirat

Vorsitzender: Ludwig Schultheis
Stellvertreter: Karl-Heinz Weinmann
Stellvertreter: Daoud Hattab
Weitere Informationen erhalten Sie im Seniorenbüro,
Tel. 14 26 61

Seniorenbüro

Maulbronner Hof 1A, Tel. 14 26 61
Montag-Donnerstag 9:00 – 12:00 Uhr

Siedlergemeinschaft „Seniorentreff“

Franz Schuster
Ginsterweg 13

Siedlergemeinschaftshaus

Speyer-Nord, Eichenweg
Montag, Dienstag 14.00 bis 17.30 Uhr

Stadtteilbüro Speyer-West

Christa Berlinghoff
Kurt-Schumacher-Str. 16A, Tel. 14 29 06
christa.berlinghoff@stadtberatung.info

Verein der Freunde und Förderer des Seniorenbüros Speyer e.V.

Vorsitzender: Robert Förster
Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, Tel. 14 26 61
info@foerderverein-senioren-speyer.de

Volkshochschule Speyer

Bahnhofstraße 54, Villa Ecarius
Tel. 14 13 60
vhs@stadt-speyer.de

Öffnungszeiten und Kontaktadressen

Kirchen katholisch

Dompfarrei Pax Christi Edith-Stein-Platz 6–7
Zentrales Pfarrbüro Tel. 10 21 40, Fax. 10 21 44
pfarramt.speyer@bistum-speyer.de

Kirchen protestantisch

Auferstehungskirche Pfarrer Uwe Weinerth
Am Renngraben 2g, Tel. 62 98 78

Café Dreifaltigkeit Rel.-Päd. Christa Bauernfeind
Große Himmels-gasse 3 a, Tel. 7 99 32

Christuskirche Pfarrerin Heike Kronenberg
Am Anger 5, Tel. 64 06 16

Dreifaltigkeitskirche Pfarrerin Christine Gölzer
Holzmarkt 1, Tel. 62 99 58
christine.goelzer@evkirchepfalz.de
Frau Irmgard Meyer
Steinmetzergasse 20, Tel. 7 45 15
irmgardmeyer@t-online.de
Donnerstags-Club:
Rel.-Päd. Christa Bauernfeind

Gedächtniskirche Pfarrerin Constanze Lotz
Anne-Frank-Str. 16, Dudenhofen,
Tel. 6228599
Gemeindediakonin Anja Bein
Martin-Luther-King-Weg 1,
Tel. 2 68 92

Johanneskirche Pfarrer Udo Müller
Theodor-Heuss-Str. 24, Tel. 6 12 12
Pfarrerin Corinna Schauder
Karl-Zeiss-Straße 3, Tel. 6 12 14

Kontaktadressen Alten- und Pflegeheime

Alten- und Pflegeheim Am Adenauerpark

Bahnhofstr. 56 a, Tel. 720 02

AWO-Seniorenhaus Burgfeld

Burgfeldstr. 34-36, Tel. 81 04 14 65

Caritas-Altenzentrum St. Martha

Schützenstr. 18 c, Tel. 13 50

Haus Edelberg-Seniorenzentrum Speyer

Landauerstraße 53, Tel. 60 04 50

Haus am Germansberg

Hilgardstraße 26, Tel. 22 17 26

Salier-Stift

Obere Langgasse 5 a, Tel. 20 70

Seniorenstift Bürgerhospital

Mausbergweg 150, Tel. 64 81 31

Seniorenzentrum Storchentpark

Obere Langgasse 13, Tel. 81 61 70



Die Pflegestützpunkte sind wohnortnahe Beratungsstellen für kranke, behinderte und ältere Menschen und deren Angehörige.

Kontakt:

Pflegestützpunkt Paul-Egell-Straße 24, 67346 Speyer

Bettina Schimmele und Gabi Ewald, Tel. 06232/8541215

E-Mail: bettina.schimmele@pflugestuetzpunkte-rlp.de

gabi.ewald@pflugestuetzpunkte-rlp.de

Carmen Bouquet, Tel. 06232/6796705

E-Mail: carmen.bouquet@pflugestuetzpunkte-rlp.de

Pflegestützpunkt Bahnhofstraße 39, 67346 Speyer

Carmen Bouquet und Klaus Lorenz

Tel. 06232/8500177 und 06232/8500178

E-Mail: carmen.bouquet@pflugestuetzpunkte-rlp.de

klaus.lorenz@pflugestuetzpunkte-rlp.de

Gemeindeschwester Plus

Alexandra Mika, Tel.: 06232-142673

E-Mail: alexandra.mika@stadt-speyer.de

**Für Kunden da sein
heißt auch dort sein.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.



Wir begleiten Sie durch Ihr Leben – zum Beispiel, während Sie diesen Veranstaltungskalender durchblättern – und freuen uns, wenn wir Sie persönlich treffen: hier zu Hause in Ihrer Bank.



Hauptstelle Speyer

Bahnhofstr. 19

67346 Speyer

Telefon 06232 618-0

info@vvrbank-krp.de

www.vvrbank-krp.de



Vereinigte VR Bank
Kur- und Rheinpfalz eG



Seniorenbüro der Stadt Speyer
Maulbronner Hof 1a · Tel. 0 62 32 / 14 26 61