Programmübersicht Seniorentreff Nordend

An jedem Werktag: - Frühstück ab 09:00 Uhr (bitte anmelden) *

- Mittagstisch von 12:00 – 13:00 Uhr (bitte anmelden) *

Montag 09:00 – 16:30	Ab 9:00 11:30 – 12:30 12:30 -- 13.30 13:30 – 14:30	Hilfe bei Smartphone u. Tablet **PC-Kurs 1** (nur nach Voranmeldung) * **PC-Kurs 2** (nur nach Voranmeldung)* **PC-Kurs 3 (nur nach Voranmeldung)***
Dienstag 09:00 – 14:00	Ab 9:00 10:30 – 11:30 12:00 – 13:00 13:00 – 14:00	Hilfe bei Smartphone u. Tablet **Seniorengerechte Gymnastik** Mittagstisch Singen für Jedermann ASB Seniorenclub (1x monatlich, dienstags)
Mittwoch 09:00 – 15:00	Ab 8:00 Ab 9:00 11:00 -- 12:30 13:00 -- 13:45	Fußpflege und Friseur (nur nach Voranmeldung) * Hilfe bei Smartphone u. Tablet **Projekt EVA Eigenständig-Vernetzt-Aktiv** Gehirnjogging
Donnerstag 09:00 – 14:30	Ab 9:00 10:15 – 11:00 11:15 – 12:00 Nachmittags	**Hilfe bei Smartphone u. Tablet** **Rückenfit und Balance** **Tanzgruppe** für Seniorinnen u .Senioren Spielenachmittag **Ausflüge * oder Vorträge** → Bekanntgabe im Schaukasten und im Internet
Freitag 09:00 – 16:00	10:30 – 11:30 14:00 – 16:00	**Englisch (nur nach Voranmeldung)*** **Sprechstunde** (Fachberatung Leben im Alter) 01.12./ 15.12.23 Der Seniorentreff ist vom 15.12.23 bis 12.01.24 Geschlossen

Änderungen vorbehalten
(Stand: 01.12..2023)
* kostenpflichtig

Nähere Informationen

… zu den einzelnen Angeboten finden Sie im Internet unter
https://www.asb-mittelhessen.de/unsere-leistungen/angebote-fuer-aeltere-menschen/seniorentreff-nordend/
oder
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