

# SB MITTENDRIN

## Seniorenbüro Mitte



### Team Seniorenbüro Mitte

- Jonas Bickert
- Christine Drüke
- Monika Koch
- Sarah Kudella
- Manuela Wolny

### Sprechzeiten vor Ort:

Mo 9-12 Uhr | Di 13-16 Uhr | Do 9-12 Uhr

### Gruppenangebote

- Englisch mit / ohne Vorkenntnisse (Di/Mi)
  - Tanzprojekt (Di 16 Uhr)
  - AlltagsTrainingsProgramm (Mi 10 Uhr)
  - Gartengruppe (monatlich Do 10 Uhr)
  - Spielegruppe (Di 14.30 Uhr)
  - Singen kennt kein Alter (monatl. Mi 16 Uhr)
- Vorherige Anmeldung notwendig.

### Treffpunkte (Kaffee, Gespräche, Kino, Spiele...)

- Stadtteilcafé in Hofstede (1. Mi im Monat)
- Kaffeeklatsch Hordel (4. Di im Monat)
- Stadtteilcafé Riemke (3. Di im Monat)
- Stadtteilcafé Hamme (1. Do im Monat)
- Kaffeeplausch im Pauluscafé (alle 3 Monate)
- ZWAR-Gruppe, Bochum Mitte
- Freizeittreff 55+ (Mo, 2x pro Monat)

### Digitales gemeinsam erkunden

- Smartphonekurs (Android) für Einsteiger\*innen, freitags, 10.30-12 Uhr
- Digitaler Stammtisch (online), (1. Di im Monat, 17 Uhr)
- Regelmäßige Sprechstunde für Digitales in Bo-Hamme

### Stadtteilspaziergänge

- Hamme (Do 14 Uhr)
- Hofstede (Mo 11 Uhr)
- Ehrenfeld (Mi 11 Uhr)
- Hordel (Mo 11 Uhr)
- Riemke (Do 11 Uhr)
- Grumme (Di 14.30)
- Altenbochum (Di 15 Uhr)



Die genauen Treffpunkte erfahren Sie im SB.  
Eine Anmeldung ist vorab nicht notwendig.

### Plauderbank | Zeit für ein Gespräch

- Altenbochum, Freigriffendamm / Ecke Liebfrauenstr. (Fr 10.30-12 Uhr)
  - Grumme, Stadtpark Milchhäuschen/Minigolf (Mi 15-17 Uhr)
  - Hordel, Beamtenplatz (Di 15-16.30 Uhr)
  - Riemke, Riemke Markt (U-Bahn / Franziskuskirche) (Mi 10-11.30 Uhr)
  - Wiemelhausen (Kirchviertelplatz) (Fr 10-11.30 Uhr)
- Kommen Sie gerne vorbei!



**Haben Sie Interesse an Angeboten, eigene Ideen oder Fragen? Melden Sie sich gerne!**