

Veranstaltungen im September 2025 - Quartierstreff 46

Montag



Radtouren mit Peter und Max (Treffpunkt im Innenhof Qu46)

Start um 09:30 h (Sommerzeit) [Termine s. Tourenkalender](#)



15:30 Uhr – 17 Uhr – 8., 15. und 22.9.2025

Singtreff „Singen nach Herzenslust“

Frau Dröge singt mit Ihnen unter Klavierbegleitung – jeder Mitsänger ist herzlich willkommen.



17:30 Uhr - letzter Montag im Monat

Kochtreff „Kochlöffel“ – gemeinsames Kochen

Infos unter: rkopfmann@aol.com oder Tel. 0761.70 13 42 bei Frau Büttner

PC-Hilfe und Handy-Hilfe:

Monika Rotzinger
Tel. 0761-507401

Rentenberatung:

Kuno Zeller
Tel: 0160-97940789

Dienstag



09:00 – 10:00 Uhr

Yoga für Senioren mit Antonie Benz (Initiiert von der Sozialstation 3sam)



[Nachmittagscafé](#)

9.9.2025, 14.30 Uhr – 17 Uhr

(Kuchenangebot siehe Flyer)



2. und 16.9., 18 – 20 Uhr

Spieleabend mit Heidi, Renate und Max, 18-20 Uhr: Rommé, Skat, Brettspiele
mit Renate und Max – neue Mitspieler sind herzlich willkommen!



jeden Dienstag von 15 – bis 18 Uhr

Wochenmarkt im Innenhof Qu46

Veranstaltungen im September 2025 - Quartierstreff 46

Mittwoch



9:00 – 11:00 Uhr – wöchentlich

Gymnastik für aktive Senioren mit Ursula Hummel

Gruppe 1: 9:00-10:00 Uhr / **Gruppe 2:** 10:00 – 11:00 Uhr

Donnerstag



Stricken und Plauschen mit Christa Michelizza

14:30 – 16:30 Uhr – Informationen über qu46@quartierstreff.de



Halbtagswanderung mit Sonja Schönherr

s. Wanderkalender 2. Halbjahr 2025

25.09.2025 Sauserbummel am Kaiserstuhl

Infos und Anmeldung bei Sonja Schönherr: 0761-4517587 oder schoenherrsonja@gmail.com



Ganztageswanderungen mit Klaus und Max

4. und 18.9.2025 ([s. Wanderkalender 3. Quartal 2025](#))

Anmeldung erforderlich: Max Schönherr Tel.: 0761/4517587,
e-mail: maxschoenherr@web.de)



Sportliche Wanderungen mit Nicole Pupke

([s. auch Wanderplan 3. Quartal](#)): **25.09.2025**

Anmeldung erforderlich bei Nicole Pupke, Tel. 0151 20569890 oder nicole.pupke@gmx.de



1. und 3. Donnerstag im Monat ab 15.00h

Boule im Innenhof des Qu 46 mit Maria Thomaschewski und Dieter Ernst

Freitag



Nähtreff mit Frau Schlag

12. und 26.9.2025, 15:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung unter qu46@quartierstreff.de oder telefonisch 0761-51044186

Sonstige Termine im September

- **Offene Runde:** 1.9.2025 ab 18 Uhr
 - **Vortrag: Pflegebedürftig, was nun?**
17.09.2025, 18 Uhr
 - **Kürbisse häkeln mit Frau Michelizza:**
10.09.2025 ab 15 Uhr
- **Zwiebelkuchenfest:** 23.09.2025 ab 16 Uhr
- **Büro nicht besetzt:** vom 18.9 bis 2.10. wird keine Sprechstunde angeboten

Vorschau auf Oktober:

- **Filmvortrag der Wandergruppe:**
28.10.2025 ab 18 Uhr
 - **Sonntagsfrühstück:**
5. Oktober 2025 ab 09:30 Uhr