

## März 2024

# Agathe informiert über Kurse, Veranstaltungen, regelmäßige Treffen und Sprechtag im Bereich Sondershausen

### Info für Seniorinnen und Senioren

erstellt von Yvonne Koch (AGATHE-Beraterin)

\*Für alle Angaben gibt es keine Gewähr!

\*Informieren und melden Sie sich vor jeder Veranstaltung/Kurs/Beratung unter angegebenen Telefonnummern!









Fr. 01.03.2024	10:00- 11:00Uhr	Treffen der SHG "Angehörige psychisch Erkrankter" Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich! Kontakt:03632/757784	(jeden 1.Freitag)
Mo. 04.03.2024	10:00- 12:00Uhr	„Süsse Handarbeitsprojekte“ Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich! Kontakt:03632/757784	
Mo. 04.03.2024	10:00Uhr	TrauerCafe` Ambulanter Hospiz-und Palliativberatungsdienst SDH-SÖM-ART Novalis-Diakonie, Cruciskirche, SDH (Tel: 0170/3703506)	(jeden 1.Montag im Monat`  
Mo. 04.03.2024	13:00- 16:00Uhr	Seniorenberatung Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 
Mo. 04.03.2024	16:30- 17:30Uhr	Offener Bücherschrank Cruciskirche, Crucisstraße 8, SDH	Büchertausch (jeden Montag)
Die. 05.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Sprechtag für Hilfesuchende Blinden-und Sehbehindertenverband (BSVT), Carl-Corbach-Club Göldnerstraße 6, SDH (Kontakt: 03632/50365)	(jeden 1. Dienstag) 
Di. 05.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Schach für Jedermann Hasenholz-Östertal-Centrum Sondershausen (Anmeldung Tel: 03632/544892)	(jeden Dienstag)   
Di. 05.03.2024	16:15- 17:45Uhr	Internationaler Folkloretanz ab der Lebensmitte Fitnessraum, Güntherstraße 26, SDH (Anmeldung: 03632/741262)	 
Di. 05.03.2024	16:30- 18:00Uhr	Computerclub Smartphone und PC PC-Raum, Güntherstraße 26, SDH (Anmeldung: 03632/741262)	 
Mi. 06.03.2024	09:00Uhr	Seniorenwanderung „Märzbecherwanderung“ ca.12km Hainleite-Wanderklub e.V. Treffpunkt: ZOB Sondershausen (Auskunft und Anmeldung: 03632/57540)	 
Mi. 06.03.2024	09:30Uhr	Kurzstreckenwanderung „In die Märzenbecher“ ca.8km Hainleite-Wanderklub e.V. Treffpunkt: 9:30Uhr Hauptbahnhof Sondershausen (Auskunft und Anmeldung: 03632/601833)	 
Mi. 06.03.2024	10:00- 12:00Uhr	„Spielerunde“ Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich! Kontakt:03632/757784	
Mi. 06.03.2024	13:00- 14:00Uhr	Treffen der SHG „Bandscheibengeschädigte“ Physiotherapie Lorenz, An der Wipper 1-3 SDH Kontakt: 03632/8282635	(jeden Mittwoch)
Mi. 06.03.2024	17:00- 18:00Uhr	YOGA für mehr Flexibilität bis ins hohe Alter SEELEN-BALANCE SDH Lydia Behling A.-Puschkin-Promenade 24, SDH	(jeden Mittwoch) 

		(Anmeldung Tel: 015151540438)	
Do. 07.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Sprechtage für Hilfesuchende Verband der Behinderten des Kyffhäuserkreises (VdB) Carl-Corbach-Club, Göldnerstraße 6, SDH (Tel: 03632/6663580)	(jeden Donnerstag) 
Do. 07.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Sprechtage/Gruppentreffen KrebsSelbsthilfe & Gesundheitstraining//Essbare Stadt Carl-Corbach-Club, Göldnerstraße 6, SDH (Kontakt: 01627203533)	
Do. 07.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Sprechtage für Hilfesuchende Verband hörgeschädigter und tinnitusbetroffener Menschen Kyffhäuserkreis e.V., Carl-Corbach-Club, Göldnerstr.6, SDH (Kontakt: 03632/700678)	(jeden 1. Donnerstag) 
Do. 07.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Lust auf Kaffee? <span style="float: right;">1,50€ pro Person</span> Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich! Kontakt: 03632/757784	
Fr. 08.03.2024	09:00- 11:00Uhr	Frauentagsfrühstück <span style="float: right;">Spende wird erbeten!</span> Hasenholz-Östertal-Centrum, Östertal 1, SDH (Anmeldung Tel: 03632/741529)	 Freistaat Thüringen Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie
Fr. 08.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Frauentagsfrühstück <span style="float: right;">3,00€ pro Person</span> Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich! Kontakt: 03632/757784	
Fr. 08.03.2024	13:00- 14:00Uhr	PC & Handykurs Hasenholz-Östertal-Centrum, Östertal 1, SDH (Auskunft und Anmeldung Tel: 176/95272050)	(jeden Freitag) 
Sa. 09.03.2024	09:00Uhr	Wochenend-Wanderung "Wandern im Silkeröder Hügelland" Hainleite-Wanderklub e.V. Treffpunkt: 9:00Uhr Parkplatz Achteckhaus (12km) (Auskunft und Anmeldung: 03632/603170)	 
Sa. 09.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Keramikmalerei mit Sammie <span style="float: right;">Teilnahmegebühr 10,-€</span> Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 
Sa. 09.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Alpaka-Familien-Wanderung auf den Possen Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 
Sa. 09.03.2024	18:00Uhr	Liederabend mit Tenor Alec Otto und Pianist Ronald Uhlig Bürgersaal Cruciskirche, Crucisstraße 8, SDH Eintritt 18,-€/Vorverkauf 15,-€ im Studio Otto Tel: 015253101044	
Mo. 11.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Schnelle & einfache gesunde Gerichte Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich! Kontakt: 03632/757784	
Mo. 11.03.2024	13:00- 16:00Uhr	Seniorenberatung Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 
Mo. 11.03.2024	16:30- 17:30Uhr	Offener Bücherschrank <span style="float: right;">Büchertausch</span> Cruciskirche, Crucisstraße 8, SDH	(jeden Montag)
Di. 12.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Schach für Jedermann Hasenholz-Östertal-Centrum Sondershausen (Anmeldung Tel: 03632/544892)	(jeden Dienstag) 
Die. 12.03.2024	13:00- 14:00Uhr	Gesundheitskurs für Senioren mit Bea Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 

Di. 12.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Smartphonesprechstunde HOC, Östertal 1, SDH (Infos und Anmeldung Tel: 03632/741529)		 älter werden in der Gemeinschaft Freistaat Thüringen Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie
Di. 12.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Treffen der SHG "Osteoporose" Vereinsraum des Bergmannvereins, Am Petersenschacht, SDH Kontakt: 036334/591880		(jeden 2.Dienstag im Monat)
Di. 12.03.2024	14:30Uhr	Frauenkreis Trinitatis Pfarrhaus, Gottesacker 4, SDH		(jeden 2.Dienstag im Monat)
Di. 12.03.2024	16:15- 17:45Uhr	Internationaler Folkloretanz ab der Lebensmitte Fitnessraum, Güntherstraße 26, SDH (Anmeldung: 03632/741262)		
Di. 12.03.2024	16:30- 18:00Uhr	Computerclub Smartphone und PC PC-Raum, Güntherstraße 26, SDH (Anmeldung: 03632/741262)		
Mi. 13.03.2024	09:00Uhr	Seniorenwanderung „Otterstedter Flur“ 12km Hainleite-Wanderklub e.V. Treffpunkt: Parkplatz im Loh mit PKW (Auskunft und Anmeldung: 03632/57540)		
Mi. 13.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Kreative Osterbasteleien Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich!! Kontakt:03632/757784		
Mi. 13.03.2024	13:00- 14:00Uhr	Treffen der SHG „Bandscheibengeschädigte“ Physiotherapie Lorenz, An der Wipper 1-3 SDH Kontakt: 03632/8282635		(Jeden Mittwoch)
Mi. 13.03.2024	15:00- 17:00Uhr	Vortrag: „Patientenverfügung und vorsorgende Vollmachten“ Gaststätte „Zur grünen Linde“ (Anmeldung Tel: 036029-749580) Der Vortrag ist kostenfrei !		 älter werden in der Gemeinschaft Freistaat Thüringen Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie
Mi. 13.03.2024	17:00- 18:00Uhr	YOGA für mehr Flexibilität bis ins hohe Alter SEELEN-BALANCE SDH Lydia Behling A.-Puschkin-Promenade 24, SDH (Anmeldung Tel: 015151540438)		(jeden Mittwoch)
Mi. 13.03.2024	17:00- 19:00Uhr	Männerchor Berka-Jecha Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632/544892)		
Mi. 13.03.2024	18:00- 21:00Uhr	Schach SV Glückauf Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632/544892)		
Do. 14.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Sprechtage für Hilfesuchende Verband der Behinderten des Kyffhäuserkreises(VdB) Carl-Corbach-Club, Göldnerstraße 6, SDH (Tel: 03632/6663580)		(jeden Donnerstag) 
Do. 14.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Senioren-gymnastik Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632 544892)		
Do. 14.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Lust auf Kaffee? Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich! Kontakt:03632/757784		1,50€pro Person
Do. 14.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Handarbeitsgruppe Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (mit Anmeldung Tel: 03632/544892)		
Do. 14.03.2024	13:30- 15:30Uhr	Seniorencafe und Spiele Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)		

Fr. 15.03.2024	11:00- 12:00Uhr	Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich!! Kontakt:03632/757784	
Fr. 15.03.2024	13:00- 14:00Uhr	PC & Handykurs Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Auskunft und Anmeldung Tel: 176/95272050)	(jeden Freitag) 
Fr. 15.03.2024	19:00Uhr	DEFA-Filmabend „Solo Sanny“ Bürgersaal Cruciskirche, Crucisstraße 8, SDH (Auskunft über Förderverein Cruciskirche Tel:03632/8287767)	Eintritt frei
Sa. 16.03.2024	10:00Uhr	Knospenwanderung Natura 2000 Station Possen Treffpunkt: Parkplatz gegenüber Forstamt SDH, Possenallee Info über: 03632/6657778	
So. 17.03.2024		Ostermarkt mit verkaufsoffenen Sonntag Innenstadt + Marktplatz Sondershausen	
So. 17.03.2024	12:00Uhr	Suppensonntag Elisabethkirche, Richard-Wagner-Straße 1, SDH Anmeldung unter:03632/788001	
Mo. 18.03.2024	10:00- 12:00Uhr	„Mit Handarbeit in den Frühling“ Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich!! Kontakt:03632/757784	
Mo. 18.03.2024	16:30- 17:30Uhr	Offener Bücherschrank Cruciskirche, Crucisstraße 8, SDH	Büchertausch (jeden Montag)
Di. 19.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Schach für Jedermann Hasenholz-Östertal-Centrum Sondershausen (Anmeldung Tel: 03632/544892)	(jeden Dienstag) 
Di. 19.03.2024	13:00- 14:00Uhr	Gesundheitskurs für Senioren mit Bea Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	
Di. 19.03.2024	16:15- 17:45Uhr	Internationaler Folkloretanz ab der Lebensmitte Fitnessraum, Güntherstraße 26, SDH (Anmeldung: 03632/741262)	(wöchentlich) 
Di. 19.03.2024	16:30- 18:00Uhr	Computerclub Smartphone und PC Fitnessraum, Güntherstraße 26, SDH (Anmeldung: 03632/741262)	
Mi. 20.03.2024	09:00Uhr	Seniorenwanderung „Wir säubern Wanderwege“ ca.13km Hainleite-Wanderklub e.V. Treffpunkt: 09:00Uhr Ärztehaus Wippertor Sondershausen (Auskunft und Anmeldung: 03632/57540)	
Mi. 20.03.2024	09:00Uhr	Kurzstreckenwanderung „Kneiprundweg Bad Berka“ ca. 7km Hainleite-Wanderklub e.V. Treffpunkt: 09:00Uhr Parkplatz Kaufland mit PKW (Auskunft und Anmeldung:03632/601833)	
Mi. 20.03.2024	9:30- 12:30Uhr	Kräuterstammtisch/Spaziergang Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung Tel: 03632/544892)	
Mi. 20.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Osterbrunch Lebensbrücke e.V., Stiftstraße 1, 99706 Sondershausen Anmeldung erforderlich!! Kontakt:03632/757784	
Mi. 20.03.2024	13:00- 14:00Uhr	Treffen der SHG „Bandscheibengeschädigte“ Physiotherapie Lorenz, An der Wipper 1-3 SDH Kontakt: 03632/8282635	(Jeden Mittwoch)
Mi. 20.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Treffen der SHG „Rheumaerkrankte“ Rythmische Bewegung Haus der Vereine Jecha, M.-A.-Nexö-Str.61, SDH Anmeldung Tel: 03636/7921990	(1x monatlich)

Mi. 20.03.2024	17:00- 18:00Uhr	YOGA für mehr Flexibilität bis ins hohe Alter SEELEN-BALANCE SDH Lydia Behling A.-Puschkin-Promenade 24, SDH (Anmeldung Tel: 015151540438)		(jeden Mittwoch)
Mi. 20.03.2024	18:00- 21:00Uhr	Schach SV Glückauf Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632/544892)		
Mi. 20.03.2024	17:00- 19:00Uhr	Männerchor Berka-Jecha Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632/544892)		
Do. 21.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Sprechtage für Hilfesuchende Verband der Behinderten des Kyffhäuserkreises(VdB) Carl-Corbach-Club, Göldnerstraße 6, SDH (Tel: 03632/6663580)		(jeden Donnerstag)
Do. 21.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Senioren-gymnastik Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632 544892)		
Do. 21.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Seniorencafe und Spiele Kaffeegedeck: 4,-€ Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 	
Do. 21.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Handarbeitsgruppe Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Auskunft und Anmeldung 03632/544892)		
Fr. 22.03.2024	13:00- 14:00Uhr	PC & Handykurs Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Auskunft und Anmeldung Tel: 176/95272050)		(jeden Freitag)
Sa. 23.03.2024	09:00Uhr	Wochenend-Wanderung „Märzbecherwanderung“ (ca.18km) Hainleite-Wanderklub e.V. Treffpunkt: 8:00Uhr Busbahnhof SDH (Auskunft und Anmeldung: 03632/603170)	 	
So. 24.03.2024	11:00Uhr	3.Kammerkonzert Eintritt 17,-€ ermäßigt 12,-€ Bürgersaal Cruciskirche, Crucisstraße 8, SDH Karten Stadtinfo SDH Tel: 03632 622822	 THEATER NORDHAUSEN LOH-ORCHESTER SONDRERSHAUSEN	
Mo. 25.03.2024	09:30- 11:00Uhr	1.Hilfe-Kurs für Senioren Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 	
Mo. 25.03.2024	16:30- 17:30Uhr	Offener Bücherschrank Büchertausch Cruciskirche, Crucisstraße 8, SDH		(jeden Montag)
Die. 26.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Sprechtage für Hilfesuchende Verband der Behinderten des Kyffhäuserkreises(VdB) Carl-Corbach-Club, Göldnerstraße 6, SDH Tel: 03632/6663580		(jeden Dienstag)
Die. 26.03.2024	9:00- 12:00Uhr	Schach für Jedermann Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung Tel: 03632/544892)		(jeden Dienstag)
Die. 26.03.2024	13:00- 14:00Uhr	Gesundheitskurs für Senioren mit Bea Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 	
Die. 26.03.2024	14:00- 15:00Uhr	Bewegte Kaffeerunde der Seniorengymnastik Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 	
Di. 26.03.2024	14:00Uhr	Treffen der SHG „Polyneuropathie“ Haus der Vereine Jecha, M.-A.-Nexö-Str.61, SDH (Auskunft und Anmeldung Tel: 015233550340)		(jeden letzten Dienstag)

Mi. 27.03.2024	9:00Uhr	Seniorenwanderung „Bärlauchwanderung“ ca. 15km Hainleite-Wanderklub e.V. Treffpunkt: 9:00Uhr Parkplatz Sportplatz Sondershausen-Jecha (Auskunft und Anmeldung: 03632/57540)	 
Mi. 27.03.2024	9:30- 12:30Uhr	Kräuterstammtisch/Spaziergang Hasenholz-Östertal-Centrum, Östertal 1, SDH (Anmeldung Tel: 03632/544892)	
Mi. 27.03.2024	13:00- 14:00Uhr	Treffen der SHG „Bandscheibengeschädigte“ Physiotherapie Lorenz, An der Wipper 1-3 SDH Kontakt: 03632/8282635	(jeden Mittwoch)
Mi. 27.03.2024	17:00- 18:00Uhr	YOGA für mehr Flexibilität bis ins hohe Alter SEELEN-BALANCE SDH Lydia Behling A.-Puschkin-Promenade 24, SDH (Anmeldung Tel: 015151540438)	 (jeden Mittwoch)
Mi. 27.03.2024	17:00- 19:00Uhr	Männerchor Berka-Jecha Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632/544892)	
Mi. 27.03.2024	18:00- 21:00Uhr	Schach SV Glückauf Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632/544892)	
Do. 28.03.2024	09:00- 12:00Uhr	Sprechtage für Hilfesuchende Verband der Behinderten des Kyffhäuserkreises(VdB) Carl-Corbach-Club, Göldnerstraße 6 SDH (Tel: 03632/6663580)	(jeden Donnerstag) 
Do. 28.03.2024	10:00- 12:00Uhr	Senioren-gymnastik Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (Anmeldung unter 03632 544892)	
Do. 28.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Seniorencafe und Spiele Kaffeegedeck: 4,-€ Düne e.V. Familienzentrum Mehrgenerationenhaus Crucisstraße 8, SDH (Anmeldung Tel: 03632/700410)	 
Do. 28.03.2024	14:00- 16:00Uhr	Handarbeitsgruppe Hasenholz-Östertal-Centrum Östertal 1, SDH (mit Anmeldung Tel: 03632/544892)	
Do. 28.03.2024	17:00- 18:00Uhr	Leseportal Plaudern über Bücher + Autoren Cruciskirche, Crucisstraße 1, SDH	(alle 14 Tage)