



Städtische Seniorenarbeit

Monatsprogramm
November 2025

Monatsprogramm November 2025

Öffnungszeiten

Montag **Wechselnde Angebote siehe Programm**

Dienstag **Orscheler Spaziergang** 14:00 Uhr

Kleiner Spaziergang 14:15 Uhr
(Treffpunkt ist vorm Seniorentreff)



Mittwoch **Wechselnde Angebote siehe Programm**

Seniorentreff Weißkirchen:

Kaffee-Treff 09:30 – 13:00 Uhr

Ein gemütlicher Kaffee am Morgen in geselliger
Runde

Donnerstag **Spielenachmittag** 14:30 – 17:00 Uhr

Freitag **Wechselnde Angebote siehe Programm**

Die abgebildeten Werke sind im Kurs „Glücksmomente durch Kunst“
entstanden. Fotografien stammen von der Seite www.unsplash.com

Monatsprogramm

November 2025

Unser festes Wochenangebot

Jede Woche im Jahr

Glücksmomente durch Kunst

Malen, Zeichnen und kreatives Gestalten

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Jeden Dienstag und Donnerstag

Zeit: 09:30 – 12:30 Uhr

Kostenbeitrag: Kurs mit 8 Terminen 100,-- €



Lebensfreude durch Gymnastik

Bewegung, Kräftigung, Atmung, Entspannung, kleine Spiele und vieles mehr.

Wo: Kulturcafé Windrose

Wann: Jeden Dienstag

Zeit: 11:15 – 12:15 Uhr

Wo: Ferdinand-Balzer-Haus

Wann: Jeden Mittwoch

Zeit: Gruppe 1: 9:30 – 10:30 Uhr

Gruppe 2: 10:45 – 11:45 Uhr

Gymnastik im Stehen

Wo: Kulturcafé Windrose

Wann: Jeden Montag

Zeit: 13:45 – 14:45 Uhr

Kostenbeitrag: 8,00 € pro Monat

Anmeldung ist erforderlich im Seniorentreff!

Monatsprogramm

November 2025

Unser festes Wochenangebot

Jede Woche im Jahr

Tanzen macht Freude

Tanz ist nicht nur Bewegung, sondern fördert zugleich auch Koordination, Gedächtnis und Konzentration und ganz nebenbei können Sie auch neue Kontakte knüpfen.

Wo: Burgwiesenhalle, Im Himmrich 9

(Bus 42; Haltestelle: Bommersheim Kalbacher Straße)

Wann: jeden Dienstag

Zeit: 13:00 – 14:30 Uhr

Kostenbeitrag: 14,00 € pro Monat



Anmeldung ist erforderlich im Seniorentreff!

Gedächtnistraining

In lockerer Runde halten wir unseren Geist beweglich und fit.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Gruppe 1: immer am **1. und 3. Montag** im Monat

Gruppe 2: immer am **2. und 4. Montag** im Monat

Zeit: 10:30 – 11:30 Uhr **Am 3.11. findet kein Gedächtnistraining statt!**

Anmeldung ist erforderlich im Seniorentreff!

Monatsprogramm

November 2025

Grußwort

Herbst

Schon ins Land der Pyramiden
Flohn die Störche übers Meer;
Schwalbenflug ist längst geschieden,
Auch die Lerche singt nicht mehr.

Seufzend in geheimer Klage
Streift der Wind das letzte Grün;
Und die süßen Sommertage,
Ach, sie sind dahin, dahin!

Nebel hat den Wald verschlungen,
Der dein stillstes Glück gesehn;
Ganz in Duft und Dämmerungen
Will die schöne Welt vergehn.

Nur noch einmal bricht die Sonne
Unaufhaltsam durch den Duft,
Und ein Strahl der alten Wonne
Rieselt über Tal und Kluft.

Und es leuchten Wald und Heide,
Daß man sicher glauben mag,
Hinter allem Winterleide
Liegt ein ferner Frühlingstag.

(Theodor Storm 1817-1888)

Monatsprogramm

November 2025

Freuen Sie sich schon jetzt auf unser **Weihnachtszimmer** (siehe Seite 21) am 29. & 30.11. jeweils von 14 – 18 Uhr



Als besonderes Highlight haben wir in diesem Jahr die Künstlerin **Zeliha ALAV** zu Gast.

Sie ist vom **türkischen Ministerium für Kultur und Tourismus** und Expertin für **Miniatur- und Ebru-Kunst (traditionelle türkische Papiermalerei)**. Zeliha ALAV ist Absolventin der Fakultät für Bildende Künste der Süleyman-Demirel-Universität in Isparta, arbeitet als Volkskulturforscherin und Dozentin am Provinzialamt für Kultur und Tourismus in Isparta.

In ihrer künstlerischen Arbeit verbindet Zeliha ALAV traditionelle Techniken der türkischen Miniatur- und Ebru-Kunst mit modernen Ausdrucksformen. Durch Workshops und Ausstellungen auf nationaler und internationaler Ebene trägt sie dazu bei das kulturelle Erbe der Türkei einem breiten Publikum näherzubringen.

Im Rahmen des **Weihnachtszimmers** haben Sie die Möglichkeit, diese faszinierenden Kunstformen kennenzulernen und Einblicke in die Verbindung von Tradition und Moderne zu erhalten.

Monatsprogramm

November 2025

Hier ein kleiner Vorgeschmack der Werke von Zeliha ALAV, die Sie beim Weihnachtszimmer bewundern können



EBRU KUNST



EBRU KUNST



MINIATUR KUNST



MINIATUR KUNST

Monatsprogramm November 2025



**Backe, backe Kuchen, der Seniorentreff hat gerufen.
Wer will guten Kuchen backen, der braucht Sie als
Kuchenbäckerinnen und Kuchenbäcker!**

Das Jahr neigt sich langsam schon wieder dem Ende zu und der erste Advent naht. Wie immer am ersten Adventswochenende findet in Oberursel der Weihnachtsmarkt statt und auch wir sind wieder mit dem Weihnachtszimmer dabei. Auch in diesem Jahr rufen wir alle Kuchenbäckerinnen und Kuchenbäcker auf, uns beim Weihnachtszimmer (29.11. und 30.11.) zu unterstützen und uns einen Kuchen zu backen. Wenn Sie Zeit und Lust haben, melden Sie sich gerne bei uns! Sie können den Kuchen Spenden oder erhalten einen Pauschalbetrag von 10,00 € (Rührkuchen, Käsekuchen) bzw. 15,00 € (Obstkuchen, Torte). Wir würden uns sehr freuen, mit Ihrer Unterstützung ein großes Kuchenbuffet mit selbstgebackenem Kuchen anbieten zu können!

**Zwecks Planung bitten wir um frühzeitige Mitteilung,
ob Sie einen Kuchen backen möchten und, wenn möglich,
welchen Kuchen Sie backen.**



Monatsprogramm

November 2025

Mittwoch – 05.11.2025

Genussmomente – Ajvar - Hackfleischsuppe

Herbst ist Suppen-Zeit und auch bei uns wird eine leckere und deftige Hackfleischsuppe mit Baguette serviert; die vegetarische Variante wird eine Lauchsuppe sein. Und um das ganze süß abzurunden gibt's als Nachtisch Schokopudding mit Vanillesoße.

Wo: „Seniorentreff“ Weißkirchen, Urselbachstr. 59

Wann: Mittwoch, 05.11.2025

Zeit: Ankommen ab 9:30 Uhr

Essen: 11:00 – 12:30 Uhr

Kostenbeitrag: 8,00 € (inkl. Essen, Wasser, Kaffee / Tee)

Anmeldung ist erforderlich!

Mittwoch – 05.11.2025

Bingo

Bei uns zieht zwar nicht die Lotto-Fee die Kugeln, aber auch unsere Bingo-Fee bringt Spaß und Freude.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Mittwoch, 05.11.2025

Zeit: 14:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung ist erforderlich!



Monatsprogramm

November 2025

Freitag – 07.11.2025

Genussmomente – Ajvar - Hackfleischsuppe

Herbst ist Suppen-Zeit und auch bei uns wird eine leckere und deftige Hackfleischsuppe mit Baguette serviert; die vegetarische Variante wird eine Lauchsuppe sein. Und um das ganze süß abzurunden gibt's als Nachtisch Schokopudding mit Vanillesoße.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Freitag, 07.11.2025

Zeit: Ankommen: 11:00 Uhr

Essen: 11:00 bis 12:30 Uhr

Kostenbeitrag: 8,00 € (inkl. Essen, Wasser, Kaffee / Tee)

Anmeldung ist erforderlich!

Freitag – 07.11.2025

Schach – Das Spiel der Könige

Kommen Sie vorbei und spielen Sie eine Runde Schach, das Spiel der Könige. Dieses Angebot richtet sich sowohl an Fortgeschrittene als auch Neulinge, denn Sie haben auch die Möglichkeit, hier Schach zu lernen.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Freitag, 07.11.2025

Zeit: 14:30 – 16:30 Uhr

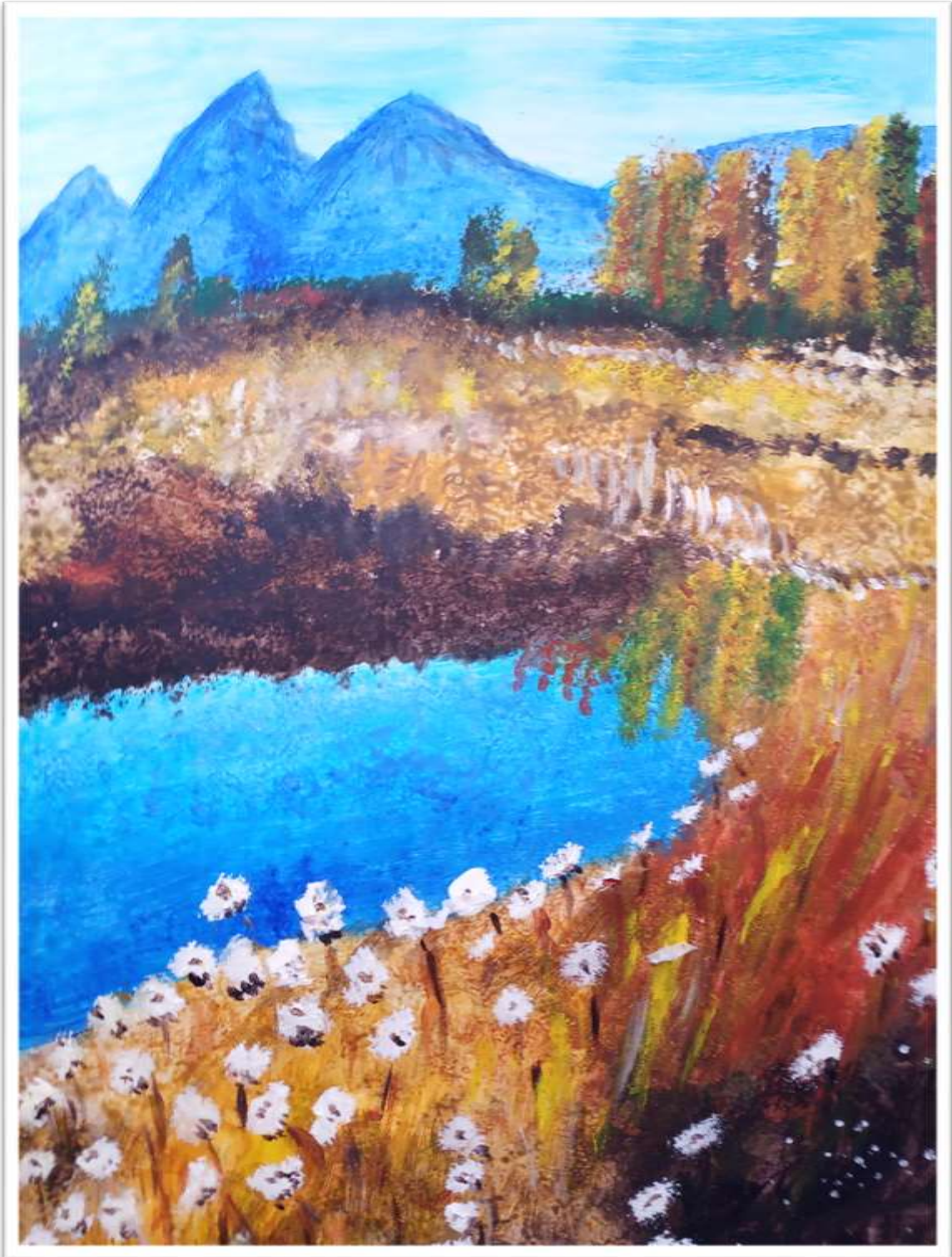
Kostenbeitrag: 5,00 € (Monatsbeitrag)

Anmeldung ist erforderlich!



Monatsprogramm

November 2025



Monatsprogramm

November 2025

Montag – 10.11.2025

gefördert von:



Vortrag „Digital und sicher. Der Mobilruf vom Roten Kreuz – jetzt mit Vitalwertmessung“

mit Julian Wehe, Fachberater Mobilruf DRK Hochtaunus

Sicherheit am Handgelenk – mit dem Deutschen Roten Kreuz.

- Hilfe auf Knopfdruck – überall in Deutschland.
- Blutdruck, Schritte, Temperatur & Sauerstoff im Blick.
- 24/7 direkte Verbindung zur DRK-Notrufzentrale.
- Freiheit. Vertrauen. Sicherheit.

Die Notrufuhren des Deutschen Roten Kreuzes kombinieren Sicherheit mit modernem Gesundheitsmonitoring. Mit einem einzigen Knopfdruck ist rund um die Uhr und deutschlandweit Hilfe erreichbar, sowohl in der eigenen Wohnung als auch unterwegs. Integrierte Vitalfunktionen wie Blutdruckmessung, Schrittzähler, Körpertemperatur- und Blutsauerstoffkontrolle unterstützen ein kontinuierliches Gesundheitsmanagement. Die intelligente Sturzerkennung löst im Ernstfall automatisch einen Alarm aus und stellt den direkten Kontakt zur DRK-Notrufzentrale her. So bieten die Notrufuhren ein Höchstmaß an Schutz, Selbstständigkeit und Vertrauen - Für ein aktives Leben mit der Sicherheit, jederzeit bestens versorgt zu sein.

Die Teilnahme sowie Kaffee und Wasser sind kostenfrei.

Anmeldung bei Katrin Fink, 06171 502289 oder katrin.fink@oberursel.de.

Wo: Rathaus, Rathausplatz 1, E10

Wann: Montag, 10.11.2025

Zeit: 14 – 15 Uhr

Monatsprogramm

November 2025

Montag – 10.11.2025

Strickwerkstatt – 2 Rechts – 2 Links

Socken, Schals, Mützen.... In gemütlicher Runde treffen wir uns zum Stricken und ganz nebenbei wird gequatscht und viel gelacht.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Montag, 10.11.2025

Zeit: 14:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung ist erforderlich!



Dienstag – 11.11.2025

Backgammon

Kommen Sie vorbei und spielen oder lernen Sie eines der ältesten Brettspiele der Welt.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Dienstag, 11.11.2025

Zeit: 16:00 – 18:00 Uhr



Monatsprogramm

November 2025

Mittwoch – 12.11.2025

Kaffeetreff

Ein gemütlicher Kaffee am Morgen in geselliger Runde.

Wo: „Seniorentreff“ Weißkirchen, Urselbachstr. 59

Wann: Mittwoch, 12.11.2025

Zeit: 9:30 – 13:00 Uhr



Monatsprogramm

November 2025

Mittwoch – 12.11.2025

Aha-Erlebnisse unterwegs

Ausflug ins Filmmuseum nach Frankfurt

Mit der U-Bahn fahren wir nach Frankfurt. Dort gehen wir auf der Schweizerstraße zunächst in einem Apfelweinlokal, dem gemalten Haus, essen und im Anschluss besuchen wir das Filmmuseum. Im Filmmuseum schauen wir uns die Dauerausstellung an. Auf zwei Etagen gibt's viel zu entdecken zum Thema Film, wie z. B. Exponate aus Filmen oder historische Apparaturen.

Wo: Bahnhof Oberursel U-Bahn Richtung Frankfurt

Wann: Mittwoch, 12.11.2025

Zeit: Treffpunkt: 11:15 Uhr

Abfahrt: 11:32 Uhr

Kostenbeitrag: 10,00 € (Eintritt) plus bei Bedarf Fahrtkosten

Teilnehmende aus Weißkirchen können um 11:37 Uhr an der U-Bahnhaltestelle Weißkirchen zusteigen.

Anmeldung ist erforderlich!

**Am Mittwoch, 12.11.2025, bleibt das Büro des
Seniorentreffs in Oberursel aufgrund des Ausfluges
geschlossen!**

Monatsprogramm

November 2025

Samstagskino – 15.11.2025

Genießen Sie einen unterhaltsamen Film bei Kaffee und Kuchen.

Wo: Portstraße, Hohemarkstr. 18

Wann: Samstag, 15.11.2025

Einlass: 14:30 Uhr

Filmstart: 15:00 Uhr

Kostenbeitrag: 9,00 € (inkl. Kaffee und Kuchen)

Anmeldung ist erforderlich!

Der Filmtitel kann im Seniorentreff erfragt werden.

Für Teilnehmende aus Weißkirchen ist ein Fahrdienst eingerichtet.

Treffpunkt: 14.00 Uhr an der Bushaltestelle An der Bleiche

Anmeldung ist erforderlich!

Monatsprogramm

November 2025

Montag – 17.11.2025

Bingo

Bei uns zieht zwar nicht die Lotto-Fee die Kugeln, aber auch unsere Bingo-Fee bringt Spaß und Freude.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Montag, 17.11.2025

Zeit: 14:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung ist erforderlich!



Mittwoch – 19.11.2025

Lebensfreude durch Singen – Liedervormittag

Gemeinsames Singen alter und neuer Lieder in gemütlicher Runde, mit Gitarrenbegleitung.

Wo: „Seniorentreff“ Weißkirchen, Urselbachstr. 59

Wann: Mittwoch, 19.11.2025

Zeit: Ankommen: 9:30 Uhr

Singen ab: 10:00 Uhr

Monatsprogramm

November 2025

Mittwoch – 19.11.2025

Lebensfreude durch Singen - Liedernachmittag

Gemeinsames Singen alter und neuer Lieder in gemütlicher Runde.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Mittwoch, 19.11.2025

Zeit: Ankommen: 14:30 Uhr

Singen ab: 15:00 Uhr

Anmeldung ist erforderlich!

Freitag – 21.11.2025

Schach – Das Spiel der Könige

Kommen Sie vorbei und spielen Sie eine Runde Schach, das Spiel der Könige. Dieses Angebot richtet sich sowohl an Fortgeschrittene als auch Neulinge, denn Sie haben auch die Möglichkeit, hier Schach zu lernen.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Freitag, 21.11.2025

Zeit: 14:30 – 16:30 Uhr

Kostenbeitrag: 5,00 € (Monatsbeitrag)

Anmeldung ist erforderlich!



Monatsprogramm

November 2025

Montag – 24.11.2025

Erzählcafé – Vorweihnachtliches Erzählcafé

Der erste Advent steht vor der Tür und wir wollen über die Weihnachtszeit und Weihnachten sprechen.

Wie haben Sie früher, die dunklen Tage, so ganz ohne Fernseher, verbracht? Wie verbringen Sie diese besonderen Tage heute, ganz in Ruhe oder sind Sie eher gestresst, weil so vieles zu erledigen ist? Welche Veränderungen konnten Sie im Laufe Ihres Lebens wahrnehmen?

Haben Sie bestimmte Weihnachts-Bräuche?

Kommen Sie vorbei und lassen Sie uns gemeinsam in Erinnerungen schwelgen.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Montag, 24.11.2025

Zeit: 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung ist erforderlich!

Dienstag – 25.11.2025

Backgammon

Kommen Sie vorbei und spielen oder lernen Sie eines der ältesten Brettspiele der Welt.

Wo: „Seniorentreff“, Hospitalstraße 9

Wann: Dienstag, 25.11.2025

Zeit: 16:00 – 18:00 Uhr



Monatsprogramm

November 2025

Mittwoch – 26.11.2025

Gymnastik – Fit und Beweglich bleiben

Leichte Gymnastik unter Anleitung.

Wo: „Seniorentreff“ Weißkirchen, Urselbachstr. 59

Wann: Mittwoch, 26.11.2025

Zeit: 10:00 – 11:00 Uhr





Monatsprogramm

November 2025

Vorankündigung für Dezember

Montag – 01.12.2025

Workshop mit der Künstlerin Zeliha ALAV

Heute haben Sie die Möglichkeit in die Techniken der MINIATUR- und EBRU-Kunst hineinzuschnuppern, denn wir haben die Künstlerin Zeliha ALAV aus der Türkei zu Gast (siehe Seite 6 /7). Bereits beim Weihnachtszimmer konnten Sie Ihre Kunst bewundern und heute können Sie sich selbst damit vertraut machen.

Der Workshop wird Nachmittags im Seniorentreff stattfinden. Nähere Informationen werden Sie im Dezemberprogramm erhalten.



Monatsprogramm November 2025



**Das Team der städtischen Seniorenarbeit
wünscht Ihnen eine schöne Adventszeit!**

Anschrift

Hospitalstraße 9
61440 Oberursel

Tel: 06171 – 502192

E-Mail: seniorentreff@oberursel.de

Kontaktpersonen

Savas Köktas
Monika Aniol-Kowalska
Christine Eberts

- ! Änderungen am Programm vorbehalten.
- ! Die Teilnahme an den Veranstaltungen erfolgt auf eigene Verantwortung

Mit freundlicher Unterstützung

Freunde und Förderer des Seniorentreffs “Altes Hospital” e.V.

Bankverbindung:

Frankfurter Volksbank / IBAN: DE89 5019 0000 6000 8644 37