

**23.10.2025**

### Tanztee

Zeit: 14:00 - 16:30 Uhr

Ort: Hotel Schwarzer Bär, Lutherplatz 2

Eintritt 15 € inkl. Kaffee und Kuchen. Ticketvorverkauf im Hotel: Tel.: 03641-4060

**24.10.2025**

### Bürgerdialog 55+ „Zukunftswerkstatt Wohnen“

Zeit: 15:30 bis 18:30 Uhr

Ort: Stadtlab am Markt 1

Ohne Anmeldung. Kostenfrei. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Kontakt: Frau Wächter, Tel. 03641-494643

## NOVEMBER

**12.11.2025**

### Tanzworkshop

Zeit: 14:00 - 16:00 Uhr

Ort: Tanzschule führbar, Am alten Güterbhf. 1

Eintritt frei. Anmeldung: Tel.: 03641-4799960, E-Mail: [info@tanzen-jena.de](mailto:info@tanzen-jena.de)

**12.11. und 13.11.2025**

### KUNSTNAH(T) - Kreatives aus eigener Hand

Zeit: 10:00 - 17:00 Uhr

Ort: DRK Begegnungszentrum Jena-Ost, Schulstr. 11

Originelles aus Stoffen, Papier, Keramik und vieles mehr. Kontakt: Frau Hering, Tel. 03641-400184

**21.11.2025**

### Frauensporttag

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr

Ort: Sporthallenkomplex Lobeda-West, Karl-Marx-Allee 7

Sportarten kennenlernen. Aktivitäten für jedes Alter. Kostenfrei. Anmeldung: Stadtsportbund Jena, Tel.: 03641-394612, E-Mail: [info@ssb-jena.de](mailto:info@ssb-jena.de)

**24.11.2025**

### Öffentliche Seniorenbearatungssitzung

Zeit: 14:30 - 16:30 Uhr

Ort: Lutherplatz 3, Beratungsraum EG

Kennenlernen der Arbeit des Seniorenbearates und Austausch mit Kathleen Lützkendorf, Dezernentin für Soziales, Gesundheit, Zuwanderung und Klima. Kontakt: Frau Wächter, Tel.: 03641-494643

## DEZEMBER

**02.12.2025**

### Adventssingen und besinnliches Beisammensein

Zeit: 14:00 Uhr

Ort: Begegnungszentrum, Closewitzer Str. 2

Kostenfrei. Anmeldung: Frau Eisenhauer, Tel.: 03641-443662

## KONTAKT

Kommunaler Seniorenbearat Jena  
Vorsitzende: Elisabeth Wackernagel  
Lutherplatz 3, 07743 Jena  
Telefon: 0173-3839023  
E-Mail: [wacki155@gmail.com](mailto:wacki155@gmail.com)  
<http://senioren.jena.de/de/seniorenbearat>



Seniorenbüro der Stadt Jena  
Goethe Galerie, Büroaufgang B, 2. OG  
Goethestraße 3b, 07743 Jena  
Telefon: 03641-3100092  
E-Mail: [kontakt@seniorenbuero-jena.de](mailto:kontakt@seniorenbuero-jena.de)  
<http://www.seniorenbuero-jena.de>



**GEMEINSAM**

**ETWAS**

**ERLEBEN**

**Jena für Senioren**

Veranstaltungen  
2. Halbjahr 2025

■ JENA LICHTSTADT.

## Feste Termine

### Smartphone-Hilfe und Smartphone-Cafés in Jena

Informationen & Vermittlung im Seniorenbüro,  
Tel.: 03641-3100092

### Seniorenfrühstück

Wann: letzter Montag im Monat, 09:30 - 11:30 Uhr  
Wo: Begegnungsstätte Jahresringe e.V.,  
Leipziger Str. 61

Anmeldung: Frau Töteberg, Tel.: 03641-820990.  
Kosten werden durch Teilnehmer geteilt.

### Sport im Park

Zeit: 16.07. Fit durch Bewegung - AHORA  
23.07. Fit durch Bewegung - AHORA  
06.08. Yoga - Franca Rudolph  
10.09. Solotanz für alle - TC Kristall

Ort: Hanfrieds Feld - Lobeda-West, Saaleaue  
Immer 17:00 - 18:00 Uhr. Kostenfrei. Einfach vorbeikommen und mitmachen.

## Juli

**03.07.2025**

### Fachvortrag „Gesunde Ernährung im Alter“

Zeit: 16:30 Uhr  
Ort: Rotkreuzzentrum Jena-Ost, Dammstr. 32  
Wie trägt ausgewogene Ernährung im Alter zur Stärkung der Gesundheit bei? Kostenfrei, barrierefrei.  
Anmeldung: Frau Hering, Tel.: 03641-400184

## August

**07.08.2025**

### Klimaspaziergang in Jena-Ost

Zeit: 10:00 Uhr  
Ort: DRK Begegnungszentrum Jena-Ost,  
Schulstr. 11

Stadtklima erleben und verstehen - ein Spaziergang in Jena-Ost mit Daniel Knopf, Klimaanpassungskordinator der Stadt Jena. Kostenfrei, barrierefrei.  
Anmeldung: Frau Hering, Tel.: 03641-400184

**12.08.2025**

### Workshop „Gesund und finanziell abgesichert in die Rente“

Zeit: 17:00 - 19:00 Uhr  
Ort: ÜAG gGmbH, Keßlerstr. 27, R 0.23, Burgau  
Kostenfreie Veranstaltung des Projektes „Inge - individuell gestalten in Jena“. Anmeldung: Frau Sollmann,  
Tel.: 03641-806883

**19.08.2025**

### Bewegungspfad ausprobieren

Zeit: 14:00 Uhr (ca. 2h inkl. Kaffee und Kuchen)  
Start & Ende: Kaufland Parkplatz, Jena-Nord  
Schöne Natur, entspannte Atmosphäre, verschiedene Stationen. Bequeme Kleidung und festes Schuhwerk erforderlich. Kostenfrei. Anmeldung:  
Frau Eisenhauer, Tel.: 03641-443662

**20.08.2025**

### Bürgerdialog 65+ „Zukunftswerkstatt Pflege, Demenz, Wohnen“

Zeit: 15:00 Uhr - 18:00 Uhr  
Ort: DRK Begegnungszentrum, Lobeda-Ost,  
Ernst-Schneller-Str. 10

Keine Anmeldung erforderlich. Kostenfrei. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Kontakt: Frau Wächter,  
Tel.: 03641-494643

## September

**18.09.2025**

### Senioren-Sternwanderung - 30-jähriges Jubiläum

Zeit: Startzeit individuell  
Ziel: F-Haus, Johannisplatz 14

Alle Wandergruppen starten individuell. Ab 12:00 Uhr warten Stärkungen für das leibliche Wohl im F-Haus. Dort findet die Festveranstaltung zum 30-jährigen Jubiläum statt – mit Musik, Begegnungen und einem bunten Programm für alle Wanderfreunde. Anmeldung: Stadtsportbund Jena, Tel.: 03641-394612, E-Mail: info@ssb-jena.de

## Fachvortrag Sturzprophylaxe

Stürze im Alltag wirksam vermeiden. Theoretische und praktische Sportübungen. Kostenfrei.

**29.09.2025:** 10:00 Uhr, Begegnungszentrum  
Closewitzer Str. 2

Anmeldung: Frau Eisenhauer, Tel.:  
03641-443662

**30.09.2025:** 14:00 Uhr, Begegnungsstätte  
Jahresringe, Leipziger Str. 61  
Anmeldung: Frau Töteberg, Tel.:  
03641-820990

**29.09.2025**

### Erkenne deine Stadt - Historischer Ortsrundgang Jena-Burgau

Zeit: 14:00 - 15:30 Uhr  
Treffpunkt: Burgauer Kirche, Geraer Straße 71  
Kostenfreie Führung mit Renate Mäder und Dr. W. Westhus (Ortsverein Burgau e.V.). Anmeldung: Frau Wackernagel, Tel.: 0173-3839023

## Oktober

**01.10.2025**

### Welttag der Senioren - Sportfest Ü60

Zeit: 17:00 - 20:00 Uhr  
Ort: Sporthallenkomplex Lobeda-West,  
Karl-Marx-Allee 7

Ob aktiv oder einfach neugierig - kommen Sie vorbei und machen Sie mit! Kostenfrei. Kontakt: Stadtsportbund Jena, Tel.: 03641-394612, E-Mail: info@ssb-jena.de

**03.10.2025**

### Partnerschaftstag der Städte Jena und Erlangen

Zeit: 07:30 Uhr  
Ort: Busbahnhof Jena

Fahrt nach Erlangen. Tickets in der Tourist-Information ab Mitte September. Informationen: Tel.: 03641-488050