

Oktober

01.10.2026

Klimaspaziergang in Lobeda-Ost

Wann: 10:00 Uhr

Wo: DRK Begegnungszentrum Lobeda-Ost
Ernst-Schneller-Str. 10

Klimaspaziergang mit Daniel Knopf – Klimaanpassungskordinator der Stadt Jena. Keine Anmeldung erforderlich.

01.10.2026

Auftakt Inforeihe „Ruhestand im Blick - gut vorbereitet und selbstbestimmt älter werden

Wann: 16:30 - 18:00 Uhr

Wo: SBW Lebenshilfe, Erlenhöfe 4, Jena-Ost

Was bedeutet Älterwerden? Was erwartet mich in der nachberuflichen Lebensphase? Welche Beratungs- und Hilfsangebote gibt es in Jena?

Weitere Termine:

08.10.2026 - Vorsorge und Betreuung. Wo Beratung und Unterstützung zu finden sind.

22.10.2026 - Wohnen im Alter. Welche Wohnformen gibt es und welcher Wohntyp bin ich?

29.10.2026 - Was, wenn die Rente nicht reicht?

12.11.2026 - Pflegeberatung und Angebote des Pflegestützpunktes Jena.

19.11.2026 - Sinnfindung im (Un)Ruhestand. Welches Engagement wäre etwas für mich?

Kostenfrei, Barrierefrei. Snacks und Getränke. Anmeldung: Herr Walther, Tel. 03641-3100092

01.10.2026

Sportfest Ü60

Wann: 17:00 Uhr

Wo: Sporthallenkomplex Lobeda-West

Ob aktiv oder einfach neugierig – kommen Sie vorbei und machen Sie mit!

Kontakt: Stadtsportbund Jena, Tel. 03641-394612

06.10.2026

Tanztee

Wann: 14:00 - 16:30 Uhr

Wo: Hotel Schwarzer Bär, Lutherplatz 2

Tanz-Treff für Alleinstehende, Paare und Gruppen. Eintritt 15 € inkl. Kaffee und Kuchen.

Ticketvorverkauf im Hotel: Tel. 03641-4060

21.10.2026

Tanz und Fitness für Senioren

Wann: 14:00 - 15:30 Uhr

Wo: Tanzschule führbar,
Am alten Güterbahnhof 1

Eintritt frei. Anmeldung: Tel. 03641-4799960,
E-Mail: info@tanzen-jena.de

November

05.11.2026

Friedhofskultur - Führung auf dem Nordfriedhof

Wann: 15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Eingang Nordfriedhof (Blumenladen)

Führung über den Nordfriedhof zu Friedhofskultur und Wandel der Bestattungsformen. Kostenfrei.

Information: Herr Walther, Tel. 03641-3100092

10.11.2026

Tag der offenen Tür im Pflegestützpunkt

Wann: 14:00 - 18:00 Uhr

Wo: Pflegestützpunkt, Goethe Galerie,
Büroaufgang B, 2. OG

Pflegestützpunkt, Wohnberatung, Seniorenbüro stellen Beratungsangebote vor. Themenvorträge:

16:00 Uhr: Beratungsstelle Blickpunkt Auge Rat und Hilfe bei Sehverlust (u.a. Einstellungen am Smartphone)

16:30 Uhr: „Digitaler Nachlass“ Was passiert mit meinen Daten im Internet nach meinem Tod? Mit Experte Guido Steinke (Verbraucherinitiative).

Kostenfrei, barrierefrei. Anmeldung: Herr Walther, Tel. 03641-3100092

11.11. und 12.11.2026

KUNSTNAH(T) – Kreatives aus eigener Hand

Wann: 10:00 - 17:00 Uhr

Wo: DRK Begegnungszentrum Jena-Ost,
Schulstraße 11

Originelles aus Stoffen, Papier, Keramik und vieles mehr. Kaffee und Kuchen. Barrierefrei.

Informationen: Fr. Hering, Tel. 03641-400184

13.11.2026

„Auf ein Buch und ein Gespräch“

Wann: 16:00 - 17:30 Uhr

Wo: Ernst-Abbe-Bücherei, Engelplatz 2

Lassen Sie sich bei einer Buchvorstellung überraschen und kommen Sie darüber ins Gespräch. Der Nachmittag bietet Raum sich zu vernetzen und Mitlesende für eigene Lesekreise zu finden.

Kostenfrei, barrierefrei. Kontakt: Frau Osse, Tel. 03641-806883

Kontakt

Kommunaler Seniorenbeirat Jena
Vorsitzende: Elisabeth Wackernagel
Lutherplatz 3, 07743 Jena
Telefon: 0173-3839023
E-Mail: wacki155@gmail.com
<https://senioren.jena.de/de/kommunaler-seniorenbeirat>



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



Titelbild: KI generiert. Satz, Layout: Seniorenbüro der Stadt Jena



■ JENA LICHTSTADT.



**GEMEINSAM
FIT & AKTIV
BLEIBEN**

**Veranstaltungen
2. Halbjahr 2026**

Feste Termine

Smartphone-Hilfe, Smartphone-Cafés, Repariercafé in Jena

Informationen & Vermittlung im Seniorenbüro,
Herr Walther, Tel. 03641-3100092

Seniorenfrühstück

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

Kosten werden durch Teilnehmer geteilt. Barrierefrei.
Anmeldung: Tel. 03641-820990

Senienschwimmtage im Ostbad

Wann: 15.07. und 19.08., 09:00 - 13:00 Uhr,
09.09., 10:00 - 13:00 Uhr

Alle Senioren sind zum kostenfreien Schwimmen bei
Vorlage des Rentenausweises eingeladen. Es gibt
kleine wechselnde Angebote wie z.B. Wassergym-
nastik.

Keine Anmeldung erforderlich. Informationen: Stadt-
sportbund Jena, Tel. 03641-394612

Trauercafé

Wann: jeden ersten Montag im Monat, ab 16:30 Uhr,
Wo: Paul-Schneider-Str. 5, ambulanter Bereich.

Keine Anmeldung erforderlich.

Singen im Treff am Fichteplatz

Wann: 07.08., 02.10., 04.12., jeweils 10 Uhr
Wo: Fichteplatz 9

Für alle Ü50, die gern singen. Süßes und Getränke
gibt es im Café Kniestchen. Wir singen jahreszeit-
liche Lieder und Evergreens. Texte sind vorhanden.

Kontakt: Herr Schmelz, E-Mail: kontakt@taf-jena.de

August

13.08.2026

Fahrt mit der Fahrradrikscha

Wann: 14:00 - 17:30 Uhr
Wo: Holzmarkt, vor Blume 2000

Besuch der Stadtfarm (am Erbkönig) per Fahrradriks-
scha. Das Angebot ist begrenzt.

Anmeldung erforderlich: Tel. 03641-6343730, E-Mail:
termine@rosa-jena.de

20.08.2026

Tag der Begegnung

Wann: 10:00 - 15:00 Uhr
Wo: Closwitzer Str. 2

30 Jahre Begegnungszentrum Jena e.V.,
Informationen: Tel. 03641 449207

September

01.09.2026

Sicherheitstag - informiert und geschützt

Wann: 14:00 -18:00 Uhr
Wo: Freiwillige Feuerwehr Zwätzen,
Am Egelsee 9

Info und Beratung zu Sicherheit im Alltag, Vorsorge,
digitale Hilfen, Gesundheit und Wohnen.

Keine Anmeldung erforderlich.

07.09.2026

Lesecafé

Wann: 10:00 - 12:00 Uhr
Wo: DRK Begegnungszentrum Lobeda-Ost
Ernst-Schneller-Str. 10

Der DRK-Literaturkreis wird 25 Jahre und präsentiert
eine literarische Stunde. Gedichte, Kurzgeschichten
und Bücherempfehlungen. Kostenfrei, barrierefrei.

Anmeldung: Frau Wichler, Tel. 03641-334614

08.09.2026

Infektionsprävention - gut vorbereitet in die kalte Jahreszeit

Wann: 14:00 - 16:00 Uhr
Wo: Begegnungszentrum, Closwitzer Str. 2
Referentin: Sabine Dietsch, Gesundheitsamt Jena.
Kostenfrei.

Anmeldung: Frau Eisenhauer, Tel. 03641-449207

10.09.2026

Sternwanderung zur Papiermühle

Alle Wandergruppen starten individuell. Ab 12:30
Uhr warten Stärkungen für das leibliche Wohl in der
Papiermühle. Wanderer ohne Gruppe können sich
ebenso anmelden. Veranstaltungsende ist 14:30 Uhr.

Anmeldung erforderlich: Stadtsportbund Jena, Tel.
03641-394612, E-Mail: info@ssb-jena.de.

12.09.2026

stabil mobil - Erfahrungs-/Testevent für Fahrrad- modelle in allen Lebenslagen

Wann: 11:00 - 16:00 Uhr
Wo: Johannistor / Am Pulverturm

Unter fachkundiger Anleitung verschiedene Spezial-
dreiräder kostenfrei testen (z.B. speziell für SeniorIn-
nen und Menschen mit Mobilitätseinschränkungen).
Intensive Begleitung, um den Teilnehmenden ein si-
cheres und selbstbewusstes Fahrgefühl zu ermög-
lichen. Mit Partnern aus Jena und der Region.

Keine Anmeldung erforderlich. Informationen: Frau
Zimmermann, Tel. 03641-495328.

17.09.2026

Gemeinsam sicher unterwegs - auch mit Rollator, Stock & Co - Zwei Veranstaltungen im Betriebs- hof Burgau

Treffpunkte: Am Holzmarkt: 9.30 Uhr oder 13.00 Uhr;
Haltestelle Burgaupark: 9.50 Uhr oder 13.20 Uhr
Erkennungszeichen: inge & agathe Signalwesten!

Gruppenausflug zum JNV-Mobilitätstraining. Für alle,
die sich mehr Sicherheit beim Ein- und Aussteigen
in Bus und Bahn wünschen. Gemeinsam üben, ge-
meinsam sicherer werden – mit Unterstützung vor
Ort. Kostenfrei, barrierefrei.

Anmeldung: Heidrun Osse, Tel. 03641-806883

24.09.2026

Lesung „Lückenleben“ zur Woche der Demenz

Wann: 17:00 Uhr
Wo: Ernst-Abbe-Bücherei, Engelplatz 2

Im Rahmen der Woche der Demenz stellt Autorin
Katrin Seyfert ihr Buch „Lückenleben“ vor. Vor der
Lesung sind auch Einzelgespräche mit der Autorin
(v.a. für pflegende Angehörige) möglich. Kostenfrei,
barrierefrei.

Anmeldung (nur für Einzelgespräche notwendig!):
eab@jena.de

28.09.2026

5 Jahre agathe

Wann: 14:30 - 17:00 Uhr
Wo: Hölleinplatz vor Kik, Jena-Nord

Plauderbank in Aktion erleben, Wissenswertes aus 5
Jahren von agathe in Jena. Ein Tag in Gemeinschaft
und mit Bewirtung. Kostenfrei, barrierefrei.

Kontakt: Team-agathe, Tel. 03641-806857

29.09.2026

Medientag im Schillerhof

Wann: 14:00 - 18:00 Uhr
Wo: Schillerhof Jena, Helmboldstraße 1

Smartphones, Streaming Dienste, Social Media und
K.I. - wer ist nicht ein wenig überfordert von all den
Angeboten und Neuerungen im Internet? Deshalb
gibt es einen Informations- und Mitmachtag für alle.
Kostenfrei, barrierefrei.

Anmeldung: Julia Bierau, Tel. 03641-522215, E-Mail:
rabatz@radio-okj.de