

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		August		
Smartphone-Hilfe, Smartphone-Cafés, Reparaturcafé in Jena Informationen & Vermittlung im Seniorenbüro, Herr Walther, Tel. 03641-3100092		13.08.2026 Fahrt mit der Fahrradrickscha Wann: 14:00 - 17:30 Uhr Wo: Holzmarkt, vor Blume 2000 Besuch der Stadtfarm (am Erbkönig) per Fahrradrickscha. Das Angebot ist begrenzt. Anmeldung erforderlich: Tel. 03641-6343730, E-Mail: termine@rosa-jena.de	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	Gruppenausflug zum JNV-Mobilitätstraining. Für alle, die sich mehr Sicherheit beim Ein- und Aussteigen in Bus und Bahn wünschen. Gemeinsam üben, gemeinsam sicherer werden – mit Unterstützung vor Ort. Kostenfrei, barrierefrei. Anmeldung: Heidrun Osse, Tel. 03641-806883
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		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	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.	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
Seniorenschwimmtage 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. Wassergymnastik. Keine Anmeldung erforderlich. Informationen: Stadtsportbund Jena, Tel. 03641-394612		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.	12.09.2026 stabil mobil - Erfahrungs-/Testevent für Fahrradmodelle in allen Lebenslagen Wann: 11:00 - 16:00 Uhr Wo: Johannistor / Am Pulverturm Unter fachkundiger Anleitung verschiedene Spezialdreiräder kostenfrei testen (z.B. speziell für SeniorInnen und Menschen mit Mobilitätseinschränkungen). Intensive Begleitung, um den Teilnehmenden ein sicheres und selbstbewusstes Fahrgefühl zu ermöglichen. Mit Partnern aus Jena und der Region. Keine Anmeldung erforderlich. Informationen: Frau Zimmermann, Tel. 03641-495328.	29.09.2026 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
Trauercafé Wann: jeden ersten Montag im Monat, ab 16:30 Uhr, Wo: Paul-Schneider-Str. 5, ambulanter Bereich. 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	17.09.2026 Gemeinsam sicher unterwegs - auch mit Rollator, Stock & Co - Zwei Veranstaltungen im Betriebshof Burgau Treffpunkte: Am Holzmarkt: 9.30 Uhr oder 13.00 Uhr; Haltestelle Burgaupark: 9.50 Uhr oder 13.20 Uhr Erkennungszeichen: inge & agathe Signalwesten!	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
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 jahreszeitliche Lieder und Evergreens. Texte sind vorhanden. Kontakt: Herr Schmelz, E-Mail: kontakt@taf-jena.de				