

## Sozial- und Demenzberatung Vermittlung von Hilfen Nachbarschaftshilfe

Die Beratung kann telefonisch, bei Ihnen zuhause oder im Haus der Begegnung erfolgen und ist kostenfrei. Hierzu nehmen Sie bitte vorher telefonisch oder per E-Mail-Kontakt zu uns auf. Wir unterliegen der Schweigepflicht. Jeannine Viglione, Sozialpädagogin B.A. (FH);  
Tel. 99205      Email: [hdb@caritas-wuerzburg.org](mailto:hdb@caritas-wuerzburg.org)

## Begegnung, Bildung und Freizeit

### Spirituelle Angebote

#### Geistlicher Impuls mit anschl. Frühstück

Dienstag, 17.03.26 um 9:00Uhr  
Es begrüßt Sie Pfarrvikar Manuel Thomas  
! Wir bitten um verbindliche Anmeldung im HdB

### Café- und Spieltreff

Mittwochs, ab 14:00 Uhr  
Offene Spielegruppe

### Bewegung und Gesundheit

#### Wandertreff

TP am HdB um 13:00Uhr

Montag, 09.03. G. Rützel

Montag, 23.03. G. Rützel

Infos Tel. 0172/8648832

#### Beckenbodengymnastik

Dienstags, um 10:00Uhr

Kursleitung Anna Maria Höpfl

Infos unter Tel. 0160/97615547

#### Qi Gong

Dienstags, um 18:30Uhr

Kursleitung Beatrix Weinrich

Infos Tel. 0157/32345604

#### Aktivierung auf dem Stuhl

Mittwochs, um 10:00Uhr

Kursleitung Anna Maria Höpfl und Bernhard Roth

Infos unter Tel. 99205

#### Bogenschießen (EN-Halle)

Mittwoch, 11+25.03. um 13:00Uhr

Kursleitung Erich Schneider; Info Tel. 2741

#### Yin Yoga

Mittwochs, um 18:00-19:00Uhr

Donnerstags, um 10:30Uhr

Kursleitung Gaby Hickman

Infos unter Tel. 0171/6424591

#### Tanz mit den Händen - SuryaSouL

Donnerstags, um 10:00Uhr

Kursleitung & Infos Regina Scharff

Tel. 990464

#### Ganzkörper- und Faszientraining

Donnerstags, um 18:00Uhr und 19:05Uhr

Kursleitung Sabrina Schmidt

Info Tel. 0152/08756710

#### Meditation und Klang

Freitags, um 19:00-20:00Uhr

Kursleitung Anika Dillmann

Infos unter Tel. 0171/1918216

#### Klangreise zu dir selbst

Samstag, 21.März um 15:00Uhr

Infos und Anmeldung Anika Dillmann

Tel. 0171/1918216

### Bildung und Kompetenz

#### Gesundheits-Stammtisch

Donnerstag, 12.03. um 18:30Uhr

Dienstag, 24.03. um 18:30Uhr

Infos und Anmeldung bei Gaby Hickman

unter Tel. 0171/6424591

#### Bildervortrag „Toskana“

Regina Scharff zeigt einen Streifzug durch einen kleinen Teil der Toskana.

Urlaubseindrücke von Arezzo, Siena, San Gimignano, Pisa, Lucca und Florenz.

Freitag, 20.03. um 15:00Uhr

Keine Anmeldung notwendig...

### Kultur und Kreativität

#### Malgruppe Pinselstrich

Dienstag, 10.+24.03. ab 10:00Uhr

Interessierte können gerne schnuppern kommen...

#### Handarbeitstreff – Kreatives Miteinander

es wird gestrickt, gestickt, genäht und gelacht...

Freitag, 20.03. ab 10:00Uhr

Kursleitung Elisabeth Bäuml - Infos unter Tel. 1835

#### Stricken für Würzburger Bedürftige & Familienstützpunkt, KoKi

Mittwoch, 04.03. ab 14:00Uhr