



## Herzlich willkommen!

Auf den ersten Seiten sehen Sie eine kalendarische Übersicht der Angebote im Treff zur Kennedy Anlage und in dem Wohnprojekt „Wilna“! Im Anschluss werden die verschiedenen Angebote noch näher erläutert. Wenn es im Text vermerkt ist, müssen Sie sich bitte vorab anmelden. Ansonsten können Sie einfach vorbeischaun!

### Veranstaltungsorte:

#### **Treff zur Kennedy Anlage:**

Dr.-Walter-Langer-Str. 22

#### **Wilna:**

Pettenkofer Str. 4

### Kontaktdaten:

#### **Telefon:**

09561 – 70 53 80

#### **E-Mail:**

stadtteilprojekt.coburg@awo-omf.de

### Ansprechpartnerinnen:

Frieda Müller und Liane Blietzsch

### **NEU: Training auf der Vibrationsplatte – dem Vibro-Shaper in der Kennedy Anlage**

Ab Montag, 16.03. wöchentlich, ab 10 Uhr  
Bitte melden Sie sich für einen Termin an.



## Übersicht Veranstaltungen März 2026

### Montag, 02.03.2026

15.00 Uhr Buchclub - entfällt

### Mittwoch, 04.03.2026

10.30 Uhr	Eltern-Kind Gruppe	2,00 €	Kennedy Anlage
12.00 Uhr	Essen wie bei Mama – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	8,00 €	WILNA
13.00 Uhr	Offene Schafkopfrunde		Kennedy Anlage
17.00 Uhr	Treffen der Hausgemeinschaft		WILNA

### Donnerstag, 05.03.2026

13.30 Uhr	Offene Schachspielrunde		Kennedy Anlage
-----------	-------------------------	--	----------------

### Freitag, 06.03.2026

17.00 Uhr	Just for fun – Englisch Gesprächskreis	2,00 €	WILNA
-----------	--	--------	-------

### Dienstag, 10.03.2026

10.00 Uhr	Frühstücksbuffet – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	5,00 €	Kennedy Anlage
12.30 Uhr	Sprechtag für pflegende Angehörige – <b>BITTE ANMELDEN!</b>		Kennedy Anlage
14.30 Uhr	Gedächtnistraining Wilna	3,00 €	WILNA

### Mittwoch, 11.03.2025

10.30 Uhr	Eltern-Kind-Gruppe	2,00 €	Kennedy Anlage
13.00 Uhr	Offene Schafkopfrunde		Kennedy Anlage
17.00 Uhr	Brotzeit in der Kennedy Anlage – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	5,00 €	Kennedy Anlage

### Donnerstag, 12.03.2026

13.30 Uhr	Offene Schachspielrunde		Kennedy Anlage
15.00 Uhr	Kreative Auszeit	2,00 €	WILNA
16.00 Uhr	Lesung von Susanne Beck	3,00 €	Kennedy Anlage

### Freitag, 13.03.2025

17.00 Uhr	Stammtisch Nachbarschaftsnetz	2,00 €	WILNA
-----------	-------------------------------	--------	-------

### Montag, 16.03.2026

10.00 Uhr	Vibrationstraining – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	3,50 €	Kennedy Anlage
15.30 Uhr	Treffen der Gartengruppe		Kennedy Anlage

### Dienstag, 17.03.2026

15.00 Uhr	Das etwas andere Wirtshaussingen		Kennedy Anlage
-----------	----------------------------------	--	----------------

### Mittwoch, 18.03.2026

10.30 Uhr	Eltern-Kind-Gruppe	2,00 €	Kennedy Anlage
12.00 Uhr	Essen wie bei Mama – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	8,00 €	WILNA
13.00 Uhr	Offene Schafkopfrunde		Kennedy Anlage
17.00 Uhr	Treffen der Hausgemeinschaft		WILNA

### Donnerstag, 19.02.2026

13.30 Uhr	Offene Schachspielrunde		Kennedy Anlage
-----------	-------------------------	--	----------------



**Freitag, 20.03.2026**

16.00 Uhr	Lesung der Autorengruppe Schreibsand	3,00 €	Kennedy Anlage
17.00 Uhr	Just for fun – Englisch Gesprächskreis	2,00 €	WILNA

**Montag, 23.03.2026**

10.00 Uhr	Vibrationstraining – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	3,50 €	Kennedy Anlage
-----------	---	--------	----------------

**Dienstag, 24.03.2026**

14.30 Uhr	Gedächtnistraining WILNA	3,00 €	WILNA
-----------	--------------------------	--------	-------

**Mittwoch, 25.03.2026**

10.30 Uhr	Eltern-Kind-Gruppe	2,00 €	Kennedy Anlage
13.00 Uhr	Offene Schafkopfrunde		Kennedy Anlage
17.00 Uhr	Essen in der Kennedy Anlage – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	5,00 €	Kennedy Anlage

**Donnerstag, 26.03.2026**

13.30 Uhr	Offene Schachspielrunde		Kennedy Anlage
15.00 Uhr	Kreative Auszeit	2,00 €	WILNA

**Freitag, 27.03.2026**

09.30 Uhr	Sunny – Yoga – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	10,00 €	Kennedy Anlage
-----------	---------------------------------------	---------	----------------

**Montag, 30.03.2026**

10.00 Uhr	Vibrationstraining – <b>BITTE ANMELDEN!</b>	3,50 €	Kennedy Anlage
-----------	---	--------	----------------

**Dienstag, 31.03.2026**

15.00 Uhr	Vortrag Vorsorgevollmacht – <b>BITTE ANMELDEN!</b>		Kennedy Anlage
-----------	--	--	----------------

## Veranstaltungsbeschreibungen

**Essen wie bei Mama (Mittwoch, 04.03. und 18.03., 12.00 Uhr, Wilna)**

Im März findet in der Gemeinschaftswohnung in der Pettenkoflerstraße wieder Essen wie bei Mama statt. Am 04.03 kommt ein Salat, ein Kartoffel-Gemüse Gratin mit Hackfleischklößchen und als Nachtisch ein Brombeer-Tiramisu auf den Tisch. Am 18.03. gibt es einen Gemüsetopf mit Maultaschen und zum Nachtisch Eis mit heißen Himbeeren. **BITTE ANMELDEN!**

**Sprechtage für pflegende Angehörige in der Kennedy Anlage (Dienstag, 10.02., 12.30 bis 14.30 Uhr, Kennedy Anlage)**

Einmal im Monat bietet die Fachstelle für pflegende Angehörige im Treff zur Kennedy Anlage einen Sprechtag an. Hier können nach Voranmeldung pflegende Angehörige und/oder selber von Pflege betroffene Menschen ihre Fragen stellen und Informationen über bestimmte Sachverhalte erhalten. Bitte melden Sie sich vorher an. **BITTE ANMELDEN!**

**Brotzeit und gemeinsames Essen (Mittwoch, 11.03. und 25.03., 17.00 – 19.00 Uhr, Kennedy Anlage)**

Im März bieten wir wieder 14tägig ein Essensangebot abends in der Kennedy Anlage an. Am Mittwoch, 11.03. gibt es eine gemischte Brotzeitplatte mit hausgemachten Wurstsalat, Obazda und Ziebeleeskäs. Am Mittwoch, 25.03. gibt es Leberkäse mit Brötchen und süßem Senf. Bitte melden Sie sich an unter: 09561-705380, liane.blietzsch@awo-omf.de. Auch über spontane Gäste freuen wir uns – hier gilt das Motto: solange der Vorrat reicht. **BITTE ANMELDEN!**

**Lesung von Susanne Beck in der Kennedy Anlage (Donnerstag, 12.03., 16.00 Uhr, Kennedy Anlage)**

An diesem Donnerstag liest Susanne Beck aus ihrem neuen Krimi „Bocksbeutelverschörung“.



### **NEU: Training auf der Vibrationsplatte (ab Montag, 16.03. wöchentlich, ab 10.00 Uhr, Kennedy Anlage)**

In der Kennedy Anlage gibt es seit Neuestem eine **Vibrationsplatte** - den Vibro-Shaper - und ab Mitte März kann unter fachkundiger Anleitung der geschulten Trainerin Monika Ehrmann Montag vormittag auf dem Gerät trainiert werden. Eine Einheit dauert 20 Minuten und setzt sich aus drei Übungsfrequenzen zu je 3 Minuten zusammen. Je nach Halteposition und Fußstellung auf dem Gerät werden verschiedene Muskelgruppen und die Tiefenmuskulatur effektiv und mit geringem Zeitaufwand aktiviert. Leistung, Kraft, Dehnfähigkeit, Schnelligkeit und Balance werden in einem Schritt trainiert. Vor dem ersten Training bespricht die Trainerin in einem persönlichen Gespräch mit Ihnen die Wirkweise des Gerätes und informiert darüber, wann das Trainieren am Gerät nicht zu empfehlen ist. Entsprechende Formblätter liegen vor. Bitte melden Sie sich an. **BITTE ANMELDEN!**

### **Komm` mit uns durchs Gartenjahr! (Montag, 16.03., 15.30 Uhr, Kennedy Anlage)**

Du hast keinen Platz zum Gärtnern oder keine Ahnung, wie du anfangen sollst? Du magst es, in Gemeinschaft zu gärtnern und dein Wissen weiterzugeben? Dann bist du bei uns in beiden Fällen an der richtigen Adresse! Wir möchten den Garten des AWO Treffs zur Kennedy Anlage gemeinschaftlich bewirtschaften und Menschen, die in diesem Bereich noch wenig Erfahrungen haben, anleiten: Von der Beetplanung, über die Aussaat bis hin zur Ernte. Die Beetplanung findet am **16.03. um 15.30 Uhr** statt, man kann aber zu jedem Zeitpunkt des Gartenjahres durch eine kurze Voranmeldung hinzustoßen. Die Gruppe trifft sich in der Regel alle zwei Wochen am Montag nachmittag. Weitere Infos gibt gerne Frieda Müller: 09561-705380, [frieda-marie.mueller@awo-omf.de](mailto:frieda-marie.mueller@awo-omf.de). Wir freuen uns auf deinen Besuch!

### **Das etwas andere Wirtshaussingen (Dienstag, 18.03., 15.00 Uhr, Kennedy Anlage)**

Im März können sich wieder alle, die gerne in Gemeinschaft singen, auf das Wirtshaussingen freuen. Die Gruppe „Ohrenschmalz“ begleitet unter anderem mit Gitarre und Keyboard und hat wieder verschiedene Gassenhauer in deutscher Sprache im Repertoire dabei. Neben dem Singen können Sie sich auch gerne mit Kaffee, Kuchen und anderen Getränken stärken.

### **Lesung der Autorengruppe Schreibsand (Freitag, 20.03., 16.00 Uhr, Kennedy Anlage)**

Freuen Sie sich im März auf folgenden Hörgenuss: von Willemina Preiss gibt es Erklärungen zum Thema Haiku, Cornelia Rossberg liest „Bashos Frosch“ und am Schluss rezitieren beide noch Froschhaikus.

### **NEU: Sunny -Yoga in der Kennedy Anlage (ab Freitag, 27.03. wöchentlich, 09.30 Uhr, Kennedy Anlage)**

Claudia Eichhorn-Piekert lädt ab März Freitag Vormittag zum Yoga in die Kennedy Anlage ein. Sie ist Yogalehrerin (Hatha Yoga 500 Stunden) und bietet für alle Altersgruppen Yogastunden an: vom Kinder- bis zum Senioren yoga. Sunny Yoga bereitet Sie als Teilnehmer darauf vor, den Tag beschwingt und mit Leichtigkeit zu genießen. Die Besonderheit des Kurses liegt in der Kombination von Stärke, Flexibilität, Leichtigkeit und Entspannung. Im fließenden Yoga Flow werden der natürliche Atemrhythmus und Asanas (Körperübungen) auf harmonische Art und Weise miteinander verbunden. Der Kurs wird auf der Yogamatte stattfinden. Schön ist, wenn Sie eine Matte und eine Decke (für die Schlusssentspannung) zur Stunde mitbringen. Es können bis zu 8 Personen teilnehmen. Bitte melden Sie sich unter 09561-705380 an. Wir freuen uns auf Sie! **BITTE ANMELDEN!**

### **Vortrag zum Thema: Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung (Dienstag, 31.03., 15.00 Uhr, Kennedy Anlage)**

„Hat noch Zeit“, „Es wird sich schon jemand kümmern“ oder „Viel zu kompliziert“ – die Themen Vorsorgevollmacht und Co werden zum Teil sehr lange hinausgezögert. Lebenspartner\*innen und Angehörige merken oft erst im Ernstfall, dass sie keinerlei Befugnis haben, ärztlichen Behandlungen zu bestimmen und rechtliche Entscheidungen zu treffen. Am Dienstag, 31.03. findet ein kostenfreier Vortrag zu dem Thema Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung statt. Dass die Themen nicht nur für Personen in der zweiten Lebenshälfte wichtig sind, wird im Vortrag erläutert. Gerrit Lepper vom Sozialen Beratungszentrum der Stadt Coburg wird den Vortrag halten. Um Anmeldung unter 09561-705380 oder bei [frieda-marie.mueller@awo-omf.de](mailto:frieda-marie.mueller@awo-omf.de) wird gebeten. **BITTE ANMELDEN!**

