



# Pluspunkt Erbenheim

Halbjahresprogramm  
2-2025

**Pluspunkt Erbenheim**  
Lilienthalstraße 15  
65205 Wiesbaden-Erbenheim

[info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)  
[www.pluspunkt-erbenheim.de](http://www.pluspunkt-erbenheim.de)

Träger: Evangelische Paulusgemeinde Erbenheim

**GEMEINSAM  
STARK**

# Inhaltsverzeichnis

	Begrüßung	S. 3
	Hilfen	S. 4
	Kreatives	S. 8
	Bewegung	S. 11
	Natur	S. 15
	Geselligkeit	S. 17
	Workshops	S. 20
	Bühne	S. 22
	Vorträge	S. 26
	Ausflüge	S. 27
	Werbepartner	S. 29
	Impressum	S. 31
	Kontakt	S. 32



**Pluspunkt  
Erbenheim**

Liebe Leserin, lieber Leser,

als neuer Leiter des Pluspunktes freue ich mich, Ihnen das Halbjahresprogramm für Juli bis Dezember 2025 präsentieren zu können. Seit 1986 ist der Pluspunkt mit seinem offenen Angebot für Menschen in der zweiten Lebenshälfte eine innovative Bildungs- und Begegnungsstätte der Evangelischen Paulusgemeinde Erbenheim im Raum Wiesbaden und Umgebung. Die Basis hierfür bildet das große Engagement der vielen ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen und Kursleiter/innen. Ob Sie nun ein Angebot des Pluspunktes für sich selbst wahrnehmen wollen oder sich mit anderen engagieren möchten, Sie können gerne Ihre eigenen Ideen und Wünsche mit einbringen.

Die Programm-Palette des Pluspunktes ist breit gefächert und spiegelt sich in den regelmäßig stattfindenden Hilfs- und Gruppenangeboten, den Workshops zum Ausprobieren, den vielfältigen Kulturangeboten und den verschiedenen Tagesausflügen wieder.

Auf den Homepages

[www.pluspunkt-erbenheim.de](http://www.pluspunkt-erbenheim.de) sowie [www.kabarett-wiesbaden.de](http://www.kabarett-wiesbaden.de) können Sie sich über aktuelle Programmangebote informieren.

Viel Freude beim Durchblättern der neuen Pluspunkt-Broschüre und beim Ströbern auf den beiden Websites wünscht Ihnen

*Jürgen Baltes*



Foto: Martin Biehl



## Reparaturdienst

Mo. + Mi. 10:00 - 12:00 Uhr

Ob ein Stuhlbein wackelt, die Lampe flackert oder das Bügeleisen streikt: Diese Dinge gleich zu entsorgen, muss nicht sein. Denn unser Werkstatt-Team führt **Reparaturen an Haushaltsgeräten und Kleinmöbeln** durch und bietet obendrein **Schusterarbeiten** an. Unter dem Motto „Rentner helfen Rentnern“ wird in der Pluspunkt-Werkstatt gearbeitet und getüftelt. So können einige liebgezwonnene Schätze wieder instandgesetzt werden und zurück zu ihren Eigentümern wandern. Für die Reparaturen werden nur die anfallenden Materialkosten berechnet. Wir freuen uns jedoch, wenn Sie uns für die Handwerksleistungen eine Spende geben.

**Öffnungszeiten: Mo. + Mi. 10:00 Uhr - 12:00 Uhr**

**Ort: Werkstatt im Gemeindehaus  
der Evang. Paulusgemeinde  
Lilienthalstr. 15, 65205 Erbenheim**

**Kontakt: Tel. 0611 / 7 24 25 12  
Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)**



Foto: Ingrid Jäkel



## Pluspunkt-Boutique

Second Hand: Erste Wahl!

Einmal monatlich, donnerstags und freitags, verwandeln Edith Flick, Christa Hübner, Renate Hoffmann, Regina Marschler, Anneli Friederichs und Hilu Lamken (v.l.n.r.) den Gemeindesaal der Evangelischen Paulusgemeinde in eine Boutique. Fein sortiert und mit Liebe fürs Detail präsentieren sie sehr gut erhaltene Second-Hand-Mode, die Sie zu günstigen Preisen erwerben können. Natürlich beraten die Damen Sie gerne fachkundig. Entdecken Sie tolle modische Einzelstücke, erfahren Sie gute Beratung und genießen Sie nette Gespräche. Second-Hand: Erste Wahl! Günstig, nachhaltig, sozial – denn der Erlös der Boutique kommt zu 100% der Pluspunkt-Arbeit zugute!

**Wir nehmen gerne Kleiderspenden an!**

**Terminvereinbarung: Tel. 0611 / 7 24 25 20**

**Termine:** Do. 10.07.2025 + Fr. 11.07.2025  
 Do. 14.08.2025 + Fr. 15.08.2025  
 Do. 11.09.2025 + Fr. 12.09.2025  
 Do. 09.10.2025 + Fr. 10.10.2025  
 Do. 13.11.2025 + Fr. 14.11.2025  
 Do. 11.12.2025 + Fr. 12.12.2025

**Zeiten:** donnerstags 9:00 Uhr - 14:00 Uhr  
 freitags 9:00 Uhr - 13:00 Uhr

**Ort:** Pluspunkt Erbenheim, Lilienthalstr. 15



Foto: Sergej Nives - stock.adobe.com



## Büchertausch

täglich rund um die Uhr geöffnet

Wir schaffen Raum für Bücher!  
Etwas versteckt – rechts neben dem Eingang zum Evangelischen Gemeindehaus – haben wir einen Bücherschrank aufgebaut. Dort können Sie Ihre „ausgelesenen“ Bücher hineinstellen und sich im Gegenzug aus dem Sortiment bedienen. Natürlich dürfen Sie aber auch nur Bücher abgeben oder einfach so ein Buch nehmen, ohne zu tauschen. Wir möchten Ihnen die Möglichkeit geben, Literatur zu erleben und wiederzubeleben. Kommen Sie und stöbern Sie im bunten Büchersortiment.

**Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
Lilienthalstr. 15, Erbenheim  
(Rechts neben dem Eingang)

**Infos:** Pluspunkt-Büro, Jürgen Baltes  
Tel. 0611 / 7 24 25 20  
Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)

Foto: Fotolia.com



## Demenz-Beratung im Pluspunkt durch die Fachberatung Demenz

Vergesslichkeit im Alltag, Wortfindungsstörungen oder Schwierigkeiten bei der Orientierung können ein Hinweis auf eine beginnende Demenz sein. Wenn Sie darüber sprechen wollen, sind wir für Sie da. Auch Angehörige, Freunde oder Nachbarn, die Rat im Umgang mit Menschen mit Gedächtnisproblemen oder einer Demenz brauchen, laden wir zum Gespräch ein. Die Fachberatungsstelle der Diakonie Wiesbaden bietet daher monatlich im Pluspunkt Erbenheim kostenlos individuelle, vertrauliche Beratungsgespräche an. In der Fachberatung werden Ratsuchende über das vielfältige Angebot an Unterstützungs- und Entlastungsangeboten für Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenz in Wiesbaden informiert.

**Dienstag, 26.08.2025**  
**Dienstag, 09.09.2025**  
**Dienstag, 28.10.2025**  
**Dienstag, 25.11.2025**

**Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr**  
**Ort: Pluspunkt Erbenheim**  
**Lilienthalstraße 15, 65205 Wiesbaden**

**Diakonie**   
 Diakonisches Werk  
 Wiesbaden

 Pluspunkt  
 Erbenheim

**Terminvereinbarung:**  
**Tel. 0611 / 7242520, Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)**

Im Dezember findet keine Demenz-Beratung im Pluspunkt statt. Individuelle Termine sind über die Fachberatungsstelle Demenz der Diakonie Tel. 0611-17453601 zu vereinbaren.



Foto: Stephanie Ott



## Improvisationstheater mit der Theatergruppe IMPROFIL

Das Improfil-Ensemble liebt es, spontan in verschiedene Rollen zu schlüpfen und damit lustige Szenen aus dem Nichts zu kreieren. Seit Jahren unterstützt die Improvisationstheatergruppe Improfil immer wieder durch gagenfreie Auftritte unsere Pluspunkt-Bühne. Seit 2023 ist Improfil sogar ganz zum Pluspunkt gekommen, sodass wir ein neues Angebot für Interessierte haben: Jeden 1. Montag im Monat findet im Pluspunkt eine Improvisationstheater-Schnupperstunde statt. Sie können dann gemeinsam mit Ihren Mitspielenden spontan Szenen entwickeln. Nicht ein Theatertext entscheidet, was passiert, sondern Ihr spontaner Einfallsreichtum. In den Proben werden Übungen gemacht, die spontanes Theater trainieren, Spaß machen und fit halten.

**Proben:** montags  
**Zeit:** 19:00 Uhr - 21:00 Uhr  
**Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
 Lilienthalstr. 15, Erbenheim  
**Leitung:** Alexander Schruppf  
**Infos:** Tel. 0611 / 7 24 25 20  
[info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)



Foto: hanahal - stock.adobe.com



## Maltreff - Aquarellmalerei

wöchentlich im Pluspunkt Erbenheim

Gemeinsam malen, eigene Ideen auf die Leinwand bringen und der Phantasie farbigen Ausdruck verleihen. Das alles ist im Maltreff des Pluspunkt Erbenheim möglich. Unter der Leitung der Künstlerin Gisela Sievers-Dörner können Teilnehmerinnen und Teilnehmer lehrreiche, individuelle Tipps erhalten, um an den eigenen Ausdrucksmöglichkeiten zu feilen. Denn die individuellen Malstile zu verfeinern und nicht nach „Schema F“ zu malen, ist das Grundanliegen dieses Kurses: Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer wird individuell gefördert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Eine wechselnde Dauerausstellung mit Arbeiten des Maltreffs ist im großen Saal des evangelischen Gemeindehauses zu sehen.

<b>Termine:</b>	<b>dienstags</b>
<b>Zeit:</b>	<b>10:00 Uhr - 12:00 Uhr</b>
<b>Ort:</b>	<b>Pluspunkt Erbenheim Lilienthalstr. 15, Erbenheim</b>
<b>Kosten:</b>	<b>8,50€ pro Termin</b> (wird vor Ort gezahlt)
<b>Leitung:</b>	<b>Gisela Sievers-Dörner</b>



Foto: Edith Richter



## Die Lachfalten

Theatergruppe des Pluspunkt Erbenheim

DIE LACHFALTEN ist die Pluspunkt-Theatergruppe. Nach zwei Produktionen mit der Theaterpädagogik des Staatstheaters Wiesbaden hat das Ensemble ihr Stück „Vorsicht, Falle!“ zum Thema Trickbetrug entwickelt und damit bereits 14 erfolgreiche Aufführungen an unterschiedlichen Orten gespielt. DIE LACHFALTEN zeigen in ihrem Stück, mit welchen Tricks Betrüger ahnungslose Bürgerinnen und Bürger um ihr Ersparnes bringen wollen. Mal komödiantisch, mal spannend, mal dramatisch, mal rührend reihen sich verschiedene Szenen zum Thema „Trickbetrug“ aneinander. Freuen Sie sich auf informative Theateraufführungen mit den Lachfalten.

**Wenn Sie auch gerne Theater spielen oder uns „Backstage“ unterstützen möchten, melden Sie sich einfach. Wir freuen uns auf Sie!**

**Proben:** donnerstags, 11:00 Uhr - 13:00 Uhr  
**Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
 Lilienthalstr. 15, Erbenheim  
**Infos:** Tel. 0611 / 7 24 25 20  
 Die-Lachfalten@t-online.de



Foto: deagreez - stock.adobe.com



## DenkFit

Montags von 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr

Für alle, die fit im Kopf bleiben wollen oder ihre grauen Zellen wieder in Schwung bringen möchten gibt es ein tolles Angebot im Pluspunkt: Bei DenkFit können Sie in geselliger Runde Ihre Merkfähigkeit und Ihr Erinnerungsvermögen auf ganz abwechslungsreiche Weise trainieren. Bei den unterschiedlichen Übungen und Spielen kommt der Spaß in der Gruppe natürlich auch nicht zu kurz. Schlüssel suchen oder Termine vergessen war einmal: Mit DenkFit bleibt Ihr Kopf in Topform.

**Termine:** Jeden Montag

**Zeit:** 10:30 Uhr - 12:00 Uhr

**Ort:** Pluspunkt Erbenheim,  
Lilienthalstr. 15, 65205 Erbenheim

**Leitung:** Tanja Schader (Gedächtnistrainerin)

**Kosten:** 5,-€ (wird vor Ort gezahlt)

**Infos:** Tanja Schader, Tel. 0172 / 6311951

Mail: [info@denkfitter.com](mailto:info@denkfitter.com)



Foto: sabine hürdler - stock.adobe.com



## RückenFit

mittwochs von 10:15 bis 11:15 Uhr

Eine Bewegungsstunde für alle, die ihre Fitness steigern möchten und sich gerne nach Musik bewegen. Mit schwingvollen Bewegungen lockern wir die Muskulatur und stimmen uns auf die Stunde ein. Es folgen Mobilisierungs- und Kräftigungsübungen im Stand und im Sitzen. Alle Bewegungen werden fließend durchgeführt. Mit Spaß an kleinen tänzerischen Schrittfolgen wird die Stunde beendet.

Gerne können Sie am RückenFit teilnehmen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

- Termine:** 20.08.2025, 27.08.2025  
03.09.2025, 10.09.2025, 17.09.2025  
22.10.2025, 29.10.2025  
05. 11.2025, 12.11.2025, 26.11.2025  
03.12.2025, 10.12.2025
- Zeit:** 10:15 Uhr - 11:15 Uhr
- Ort:** Pluspunkt Erbenheim,  
Lilienthalstr. 15, 65205 Erbenheim
- Leitung:** Brigitte Kellerhaus
- Kosten:** 3,-€ (wird vor Ort gezahlt)



Foto: sabine hürdler - stock.adobe.com



## ErlebnisTanz im Sitzen

mittwochs von 15:00 bis 15:50 Uhr

Tanzen im Sitzen bereitet Freude, fördert auf vielfältige Art die Beweglichkeit des ganzen Körpers und trainiert Konzentration, Koordination, Reaktion und Gedächtnis.  
Komm und mach mit!

**Zeit:** mittwochs, 15:00 Uhr – 15:50 Uhr

**Termine:** 10.09.2025, 24.09.2025  
08.10.2025  
05.11.2025, 19.11.2025  
03.12.2025, 17.12.2025

**Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
Lilienthalstraße 15, Erbenheim

**Leitung:** Margot Roth

**Kosten:** 3,-€ / Termin (Wird vor Ort gezahlt)

**Infos:** Tel. 0611 / 7 24 25 20

[info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)



Foto: Martin Biehl



## Tanz-Treff

Internationale Kreis- und Blocktänze

Alle zwei Wochen trifft sich der Tanz-Treff des Pluspunkt Erbenheim, um unter der Leitung von Margot Roth internationale Kreis- und Blocktänze zu tanzen.

Wenn Sie Lust auf tolle internationale Musik verspüren, etwas Taktgefühl besitzen und Freude am gemeinsamen Tanzen haben, sind Sie bei dieser Gruppe genau richtig.

Bei unseren Kreis- und Blocktänzen ist kein Tanzpartner nötig, wir tanzen in der Gruppe.

**Zeit:** mittwochs, 16:00 Uhr - 17:30 Uhr

**Termine:** 02.07.2025, 06.08.2025,  
10.09.2025, 24.09.2025,  
08.10.2025, 05.11.2025,  
19.11.2025, 03.12.2025,  
17.12.2025

**Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
Lilienthalstr. 15, 65205 Wiesbaden

**Leitung:** Margot Roth

**Kosten:** 4,-€ / Termin (wird vor Ort gezahlt)

**Infos:** [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)



Foto: luckybusiness - stock.adobe.com



## Wander-Treff

Jeden 2. Donnerstag im Monat

Auf ganz unterschiedlichen, abwechslungsreichen Strecken können Sie die frische Luft genießen und mit netten Leuten ins Gespräch kommen.

Am Ende jeder Wanderung findet eine Einkehr als geselliger Abschluss statt. Die Hin- und Rückfahrt wird mit dem ÖPNV durchgeführt.

Die Routen und Zeiten können Sie circa eine Woche vor dem Termin unter [www.pluspunkt-erbenheim.de](http://www.pluspunkt-erbenheim.de) einsehen und per Telefon oder E-Mail erfragen. Ob Sie an einer Wanderung teilnehmen möchten, können Sie ganz spontan entscheiden, denn eine Anmeldung zum Wander-Treff ist nicht erforderlich.

**Termine:** Do. 10.07.2025, Do. 14.08.2025  
Do. 11.09.2025, Do. 09.10.2025  
Do. 13.11.2025, Do. 11.12.2025

**Leitung:** Monika Burk

**Infos:** [www.pluspunkt-erbenheim.de](http://www.pluspunkt-erbenheim.de)  
Tel. 0611 / 7242520  
Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)



Bild: stock.adobe.com/stockmotion - KI-generiert



## Wildkräuter-Wanderung

Kostbare Schätze aus der Natur

Im Herbst ist der Tisch in der Natur reichlich gedeckt mit Wildkräutern und Wildfrüchten. Bei dieser Kräuterwanderung erfahren Sie, welche kostbaren Schätze man im September sammeln kann, z.B. Superfood mit Vitamin-C-Bombe, pflanzliche Waschmittel oder koffeinfreier Kaffeeersatz.

Sie lernen die entsprechenden Pflanzen kennen, erfahren, was und wie man erntet, wie man sie zubereitet und welche Heilwirkungen sie haben.

Am Ende der Wanderung gibt es eine kleine kulinarische Kostprobe.

**Termin:** Freitag, 12. September 2025  
**Zeit:** 15:00 - ca. 17:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Parkplatz am Bahnhof  
Auringen-Medenbach  
**Leitung:** Margot Roth  
**Kosten:** 20,-€ pro Person  
**Anmeld.:** Pluspunkt-Büro, Jürgen Baltes  
[info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)  
Tel. 0611 / 7 24 25 20



Foto: Martin Biehl



## Frühstücks-Treff

Jeden ersten Montag im Monat

Die Tische sind eingedeckt, frische Brötchen stehen bereit und Kaffeeduft weht durch das Evangelische Gemeindehaus.

Eine Auswahl an Honig, Marmelade, Wurst und Käse bilden ein leckeres Ensemble – alles steht bereit für den monatlichen Frühstückstreff. Erleben Sie ein geselliges Beisammensein, kommen Sie mit netten Leuten ins Gespräch und lassen Sie sich das Frühstück schmecken.

**Datum:** Montag, 04.08.2025  
 Montag, 01.09.2025  
 Montag, 06.10.2025  
 Montag, 03.11.2025  
 Montag, 01.12.2025

**Zeit:** 10:00 Uhr - 12:00 Uhr

**Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
 Lilienthalstr. 15, Erbenheim

**Kosten:** Spende erbeten

**Leitung:** Bernd Zapf, Jürgen Schöber

**Infos:** Tel. 0611 / 7 24 25 20

Foto: Pixabay.de



## Kniffel im Pluspunkt

Jeden Montag gesellige Würfelerunden

Jeden Montag gibt es im Pluspunkt die Möglichkeit, miteinander Kniffel zu spielen. In geselliger Runde können Sie das beliebte Würfelspiel gemeinsam spielen, Gemeinschaft erleben und beim Spielen auch gemeinsam Kaffee trinken.

Wer die Regeln dieses Würfelspiels noch nicht kennt, lernt sie schnell. Denn das beliebte Kniffel (auch Yatzee oder Knobeln) genannt, ist gar nicht so schwierig.

- Datum:** jeden Montag  
**Zeit:** 14:00 Uhr - 16:00 Uhr  
**Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
Lilienthalstr. 15, 65205 Wiesbaden  
**Kosten:** Die Teilnahme ist kostenlos
- Infos:** Pluspunkt-Büro, Jürgen Baltes  
Tel. 0611 / 7 24 25 20  
Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)



## Kochen mit Bernd

Gemeinsam kochen – gemeinsam essen

Foto: Martin Biehl

Wer mit Bernd kocht, wird am Ende nicht nur in geselliger Runde ehrliche Hausmannskost genießen dürfen, sondern auch jede Menge Kniffe und Tricks für das perfekte Menü erhalten. Denn der ehemalige Koch und Gastronom, Bernd Zapf, teilt seine Küchentipps gerne mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Ob Sie Kochanfänger sind oder Kochen lieben: Bei Bernd werden Sie sicher spannende Koch-Sessions erleben und nette Menschen kennen lernen.

- Termine:** dienstags  
 26.08.2025, 09.09.2025, 23.09.2025  
 07.10.2025, 21.10.2025, 04.11.2025,  
 18.11.2025, 02.12.2025, 16.12.2025
- Zeit:** 10:30 Uhr - ca. 13:30 Uhr
- Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
 Lilienthalstr. 15, 65205 Wiesbaden
- Leitung:** Bernd Zapf
- Kosten:** Je Termin 10,-€ für Speisen und Getränke
- Anmeldung:** Tel. 0611 / 7 24 25 20  
 Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)



Bild: stock.adobe.com/miss irine - KI-generiert



## Bewegungswerkstatt

Wahrnehmen, Spüren, Ausprobieren

Wahrnehmen, Spüren, Ausprobieren – das ist die Bewegungswerkstatt. Wir beginnen die Stunde mit einem wohltuenden und stärkenden Mobilisationsprogramm. Im freien Tanz erforschen wir das eigene Körpererleben – begleitet von der Musik und angeregt durch unterschiedliche Bewegungsimpulse.

Was tut uns gut? Welche Bewegungen sind uns fremd? Was verändert sich, wenn wir Raum, Tempo und Rhythmus für uns nutzen? Und wie fühlt es sich an, allein und zugleich miteinander zu tanzen?

Die Bewegungswerkstatt soll vor allem eins: Spaß machen. Schenken Sie sich Zeit, ihrem Körper Gutes zu tun und Ihre eigene Bewegungssprache spielerisch & kreativ kennen zu lernen.

Keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich!

**Termine:** **Donnerstag 18.09.2025**  
**Donnerstag, 25.09.2025**  
**Donnerstag, 02.10.2025**

**Zeit:** **18:00 Uhr - ca. 19:15 Uhr**

**Ort:** **Pluspunkt Erbenheim**  
**Lilienthalstr. 15, 65205 Wiesbaden**

**Leitung:** **Anja Wrulich** (Tanz- & Bewegungspädagogin)

**Kosten:** **25,- € für den Kurs** (Wird vor Ort gezahlt)

**Anmeldung:** **Tel. 0611 / 7 24 25 20**

**Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)**



Bild: stock.adobe.com/Tremens Productions - KI-generiert



## Modern Line-Dance

Spüre die Freude am Tanzen

Modern Line Dance ist ein Tanz, bei dem in Reihen einheitliche Schrittfolgen nach modernen Rhythmen getanzt werden. Modern Line Dance hält fit und ist an keine Altersbegrenzung gebunden.

Einzige Voraussetzung ist der Spaß, sich nach Musik zu bewegen!

Der 4-wöchige Kurs bietet eine gute Möglichkeit, diesen Tanz auszuprobieren.

**Zeit:** donnerstags 18.30 Uhr – 19.30 Uhr

**Termine:** 21.08.2025, 28.08.2025  
04.09.2025, 11.09.2025

**Ort:** Pluspunkt Erbenheim  
Lilienthalstraße 15, Erbenheim

**Leitung:** Brigitte Kellerhaus

**Kosten:** 25,- € für den Kurs  
(wird vor Ort gezahlt)

**Anmeld.:** Pluspunkt-Büro, Jürgen Baltes  
Tel. 0611 / 7242520  
info@pluspunkt-erbenheim.de



Fotos: Edith Richter



## DIE LACHFALTEN

„Vorsicht Falle!“ - Theater über Trickbetrug

Das selbstgeschriebene Theaterstück „Vorsicht Falle“ unserer Theatergruppe DIE LACHFALTEN ist ein echtes Erfolgsstück. Das dargestellte Thema „Trickbetrug“ leider ein Dauerbrenner. Umso wichtiger ist es, dass „Die Lachfalten“ ihr stets aktuelles Stück in Wiesbaden und der Region immer wieder auf die Bühne bringen. Die Shows sind stets gut gefüllt und das Publikum ist begeistert von den spannenden Betrugsmaschen, die das Ensemble auf unterhaltsame Art aufdeckt. Mal komödiantisch, mal spannend, mal dramatisch, mal rührend reihen sich verschiedene Szenen zum Thema „Trickbetrug“ aneinander und zeigen so die Bandbreite der Tricks, mit denen Betrüger ahnungslose Menschen um ihr Erspartes bringen wollen.

### DIE LACHFALTEN „Vorsicht Falle!“

**Mo. 26. Juni 2025 - 16:00 Uhr** (Einlass 15.30 Uhr)

**Pluspunkt Erbenheim**

**Lilienthalstr. 15, 65205 Wiesbaden**

*Eintritt frei - Spende erbeten*



Fotos: Stephanie Ott



## Impro-Theater mit IMPROFIL

„Alles kann passieren...“

5 – 4 – 3 – 2 – 1: Bühne frei!

Erleben Sie Theaterabende der besonderen Art! Bei Improfil wird jede Szene improvisiert, es gibt keinen Text – alles ist möglich. Doch die Akteure agieren nicht nur spontan untereinander auf der Bühne, sondern nehmen Anregungen des Publikums auf und arbeiten diese in Blitzeseile in die Spielszenen ein. Hier ist Spaß garantiert!

**In Impro-Games müssen sich die Spielenden an abstruse Regeln halten. Absurd, witzig, einzigartig. Erleben Sie die Game-Show, in der alles passieren kann!**

**Samstag, 20. Sept. 2025: Game Show**  
**Beginn: 19.00 Uhr (Einlass ab 18:30 Uhr)**

**Pluspunkt-Bühne**  
**Lilienthalstraße 15, Erbenheim**

**Eintritt: 10,-€**

**Ticket-Bestellung: Tel. 0611 / 7 24 25 20**

**Mail: [kontakt@improfil-theater.de](mailto:kontakt@improfil-theater.de)**



Foto: Gramenz/Kühn



## Die Brüder Löwenherz

### Ein interaktives Live-Hörspiel

Das Buch „Die Brüder Löwenherz“ von Astrid Lindgren erzählt eine fesselnde Geschichte über Liebe und Tod, über Angst und Mut, die Menschen jeden Alters bewegt. Mit dem etwa 2-stündigen interaktiven Live-Hörspiel tauchen die Zuhörenden ganz in die Welt von „Brüder Löwenherz“ ein, lauschen der spannenden Geschichte und den kreativen Geräuschen oder schwelgen in ihren Hörspiel-Erinnerungen aus der Kindheit. Mit ihren vielseitigen Stimmen erwecken die drei Schauspielerinnen Claudia Behr, Carolin Dörmbach, Melanie Wierum die Figuren einer Geschichte zum Leben.

**Samstag, 25. Okt. 2025 - 19:30 Uhr**  
**(Einlass: ab 18.30 Uhr)**

**Pluspunkt-Bühne**  
**Lilienthalstraße 15, Erbenheim**

**Eintritt: 15,-€**

**Ticket-Bestellung: Tel. 0611 / 7 24 25 20**  
**info@pluspunkt-erbenheim.de**  
**www.kabarett-wiesbaden.de**



# Dates Deluxe



## Impro-Theater mit IMPROFIL

„Alles kann passieren...“

5 – 4 – 3 – 2 – 1: Bühne frei!

Erleben Sie Theaterabende der besonderen Art! Bei Improfil wird jede Szene improvisiert, es gibt keinen Text – alles ist möglich. Doch die Akteure agieren nicht nur spontan untereinander auf der Bühne, sondern nehmen Anregungen des Publikums auf und arbeiten diese in Blitzeseile in die Spielszenen ein. Hier ist Spaß garantiert!

**In der Impro-Theater-Datingshow „Dates Deluxe“ werden aus sechs wild zusammengestellten Charakteren drei skurrile Paarungen ins Rennen geschickt. Es wird spannend, denn alles kann passieren...**

**Samstag, 29. Nov. 2025: Dates Deluxe**  
Beginn: 19.00 Uhr (Einlass ab 18:30 Uhr)

**Pluspunkt-Bühne**  
Lilienthalstraße 15, Erbenheim

**Eintritt: 10,-€**

**Ticket-Bestellung: Tel. 0611 / 7 24 25 20**

**Mail: kontakt@improfil-theater.de**

# KAMBODSCHA

## IM LAND DER KHMER

FOTOGRAFIEEN UND GESCHICHTEN AUS EINEM FERNEEN LAND  
VON WERNER HELBIG



Foto: Werner Helbig



## Kambodscha Fotografien von Werner Helbig

Werner Helbig ist seit 2016 jährlich 5-6 Wochen in Kambodscha unterwegs. Von Phnom Penh und Siem Reap aus nimmt er die Zuschauer mit in die nähere und weitere Umgebung der beiden Städte. Angkor war im 13. Jahrhundert mit einer Million Einwohnern eine der größten Städte der Welt. Mit ihren unzähligen Tempeln, allen voran Angkor Wat, ist sie Kambodschas größter Touristenmagnet. Werner Helbig besuchte Menschen am Tonle Sap, dem größten Süßwassersee Südostasiens, in den Dörfern auf dem Land und war im Norden des Landes, wo bis 1998 zwischen den Roten Khmer und den vietnamesischen Invasionstruppen Krieg herrschte.

**Freitag, 31.10.2025 - 19:00 Uhr**

**Einlass: ab 18.00 Uhr**

**Pluspunkt Erbenheim, Lilienthalstraße 15**

**Anmeldung:**

**Pluspunkt-Büro**

**Tel. 0611 / 7 24 25 20**

**Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)**



Foto: Pluspunkt Erbenheim



## Ökumenischer Ausflug nach Marburg

„Wo Martin Luther und Sankt Elisabeth sich küssen“ – Auf den Spuren eines evangelischen Reformators und einer katholischen Heiligen mit Pfarrer Holger Fritz & Gemeindereferent Johannes Mockenhaupt. Mit einem geistlichen Impuls um 8.30 Uhr in der Kapelle von Maria Aufnahme in Erbenheim (Sigismundstraße 5) beginnt die Ökumenische Tagestour nach Marburg. Nach einer Führung durch die hochgotische Elisabethkirche mit Besichtigung des goldenen Elisabethschreines am Vormittag, wandelt die Reisegruppe nachmittags durch die Marburger Altstadt mit Alter Uni, Marienkirche und Landgräfllichem Schloss als Ort des Marburger Religionsgesprächs auf Martin Luthers Spuren.

**Termin:** Donnerstag, 11.09.2025  
**Zeit:** 8:30 Uhr - 19:00 Uhr  
**Anmeld.:** Pluspunkt-Büro: 0611 / 7 24 25 20  
 info@pluspunkt-erbenheim.de  
**Kosten:** 35,-€ (Mindest-Teilnehmerzahl: 16)

**ACHTUNG!** Wer mitfährt,  
sollte gut zu Fuß sein.



Foto: Pluspunkt Erbenheim



## Ökumenischer Ausflug nach Metz

„Theo, wir fahr'n nach Metz!“

„Theo, wir fahr'n nach Metz!“

– Auf den Spuren Marc Chagalls und zu einem nordfranzösischen Weihnachtsmarkt mit Pfarrer Holger Fritz & Gemeindereferent Johannes Mockenhaupt.

Mit einem geistlichen Impuls um 8:30 Uhr in der Pauluskirche Erbenheim (Ringstraße 9) auf die Ökumenische Tagestour eingestimmt, besichtigt die Reisegruppe vormittags zuerst die Kathedrale und die Chagall-Fenster in Metz, bevor nachmittags ein Besuch des dortigen Weihnachtsmarkts die Tagestour abrundet.

**Termin:** Donnerstag, 04.12.2025  
**Zeit:** 8:30 Uhr - 20:00 Uhr  
**Anmeld.:** Pluspunkt-Büro: 0611 / 7 24 25 20  
 info@pluspunkt-erbenheim.de  
**Kosten:** 35,-€ (Mindest-Teilnehmerzahl: 16)

**ACHTUNG!** Wer mitfährt,  
sollte gut zu Fuß sein.



# küchenstyleVogt

Lilienthalstr.4

65205 Wiesbaden

Tel: 0611-17250568

[www.kuechenstylevogt.de](http://www.kuechenstylevogt.de)

**Öffnungszeiten:**

**Mi. -Fr. 10.00 – 18.00 Uhr**

- Ausstellungsküchen im Studio
- Professionelle Beratung
- Individuelle Planungen

**Wir freuen uns auf Sie!**

**Sa. 10.00 – 16.00 Uhr**

- Freundliches Ambiente
- Stressfreies exaktes Aufmaß
- Lieferung + Montageservice

**Ihre Familie Vogt + Team**

[www.kuechenstylevogt.de](http://www.kuechenstylevogt.de)

# Wiesbadener Erbenheimer Anzeiger

Erbenheimer Zeitung seit 1908 · Wochenzeitung für Wiesbadener Vororte und das Ländchen

## Deine Zeitung für Deinen Ort

18 Ortschaften im Ländchen



Hier abonnieren und regional nichts mehr verpassen  
[www.erbenheimer-anzeiger.de](http://www.erbenheimer-anzeiger.de)

**JETZT MIT  
VERANSTALTUNGS-  
KALENDER**



## IHRE IMMOBILIENPROFIS VOR ORT!

- Professionelle Wertermittlung
- Beratung und Verkaufsvorbereitung
- Effiziente Vermarktung
- Rund-um-sorglos-Paket
- Nachbetreuung

Kontaktieren Sie uns für eine  
unverbindliche Beratung!

0611/58077090  
[petrich-realestate.de](http://petrich-realestate.de)



# HIER

**könnte Ihre Werbung stehen.**

Sie wollen Ihre Werbeanzeige  
in der Pluspunkt-Broschüre sehen?  
Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)

Foto: [Stock.adobe.com/deagreez](https://www.stock.adobe.com/deagreez)

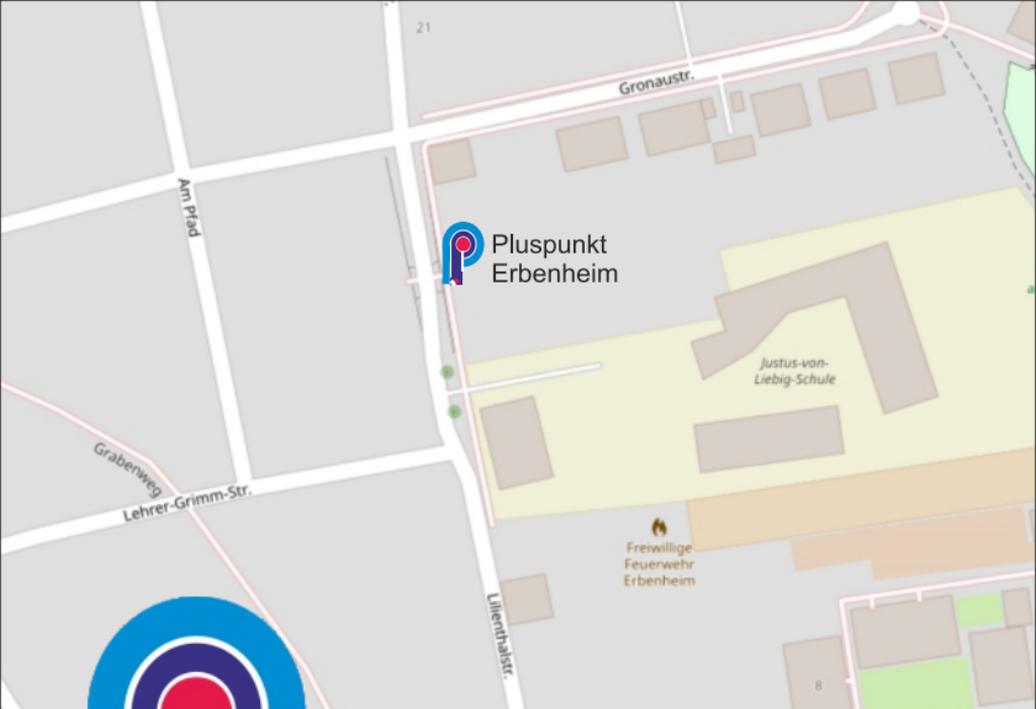
### Impressum

Das **Halbjahresprogramm** erscheint **zweimal pro Jahr** (für das 1. Halbjahr im Januar, für das 2. Halbjahr im Juli) in einer **Auflage** von **1.500 Exemplaren**.

**Herausgeber:** V.i.S.d.P. Jürgen Baltés, Pluspunkt Erbenheim, Lilienthalstraße 15, 65205 Wiesbaden

**Titelbild:** deagreez - stock.adobe.com, **Layout:** Martin Biehl

**Druck:** WIRmachenDRUCK, Mühlbachstr. 7, 71522 Backnang



# Pluspunkt Erbenheim



Leitung:  
**Jürgen Baltès**

Geragoge M.A.  
Dipl.-Diak.wiss.  
Dipl.-Rel.päd.

**Pluspunkt-Büro**  
**Lilienthalstraße 15**  
**65205 Wiesbaden-Erbenheim**

Tel: 06 11 / 7 24 25 20

Mail: [info@pluspunkt-erbenheim.de](mailto:info@pluspunkt-erbenheim.de)

[www.pluspunkt-erbenheim.de](http://www.pluspunkt-erbenheim.de)

Sprechzeiten:

Mo + Mi 11:00 Uhr - 13:00 Uhr  
sowie nach Vereinbarung

Der Pluspunkt Erbenheim ist mit dem ÖPNV erreichbar:  
Buslinien 5 und 15, Haltestelle Wandersmannstraße

**Unterstützen  
Sie unsere  
Angebote!  
Vielen Dank!**

Spendenkonto:  
Pluspunkt Erbenheim  
IBAN: DE12 5109 0000 0044 0798 01  
Wiesbadener Volksbank