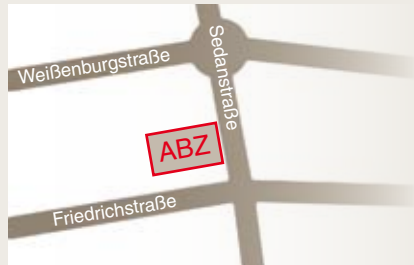




## Lageplan



Würzburg  
Zellerau

Ansprechpartnerin Andrea Steinruck  
Trägerverein ABZ Heiligkreuz  
Sedanstraße 7a  
97082 Würzburg  
Telefon 0931-40 60 90 0  
Telefax 0931-40 60 90 19  
e-Mail: [abz@caritas-wuerzburg.org](mailto:abz@caritas-wuerzburg.org)

## Unterstützen Sie das ABZ

Förderverein Altenbetreuungs-  
zentrum Heiligkreuz e.V.

Sparkasse Mainfranken Würzburg  
BLZ: 790 500 00  
KTO: 304 006



## Unsere Dienste im Überblick

|  |   |
|--|---|
| <b>Gemeindecaritas</b>                   | Tel.: 0931.7 96 13-14<br><a href="mailto:k.korbmann@caritas-wuerzburg.org">k.korbmann@caritas-wuerzburg.org</a>           |
| <b>Allgemeiner Sozialdienst</b>          | Tel.: 0931.3 86 58-450 oder -451<br><a href="mailto:asd@caritas-wuerzburg.org">asd@caritas-wuerzburg.org</a>              |
| <b>Sozialstationen</b><br>St. Franziskus | Tel.: 0931.24935<br><a href="mailto:ssst.st-franziskus@caritas-wuerzburg.org">sst.st-franziskus@caritas-wuerzburg.org</a> |
| St. Norbert                              | Tel.: 0931.4522865<br><a href="mailto:ssst.st-norbert@caritas-wuerzburg.org">sst.st-norbert@caritas-wuerzburg.org</a>     |
| St. Totnan                               | Tel.: 0931.60514<br><a href="mailto:ssst.st-totnan@caritas-wuerzburg.org">sst.st-totnan@caritas-wuerzburg.org</a>         |
| <b>Migrationsberatung</b>                | Tel.: 0931.7 96 13-22<br><a href="mailto:s.zgraja@caritas-wuerzburg.org">s.zgraja@caritas-wuerzburg.org</a>               |
| <b>Sozialpädagogische Familienhilfe</b>  | Tel.: 0931.3 86 58-452 oder -453<br><a href="mailto:spf@caritas-wuerzburg.org">spf@caritas-wuerzburg.org</a>              |
| <b>ABZ Heiligkreuz</b>                   | Tel.: 0931.40 60 90-0<br><a href="mailto:abz@caritas-wuerzburg.org">abz@caritas-wuerzburg.org</a>                         |
| <b>Senioren-Begegnungsstätte</b>         | Tel.: 09302.99205 oder 99206<br><a href="mailto:sbs@caritas-wuerzburg.org">sbs@caritas-wuerzburg.org</a>                  |
| <b>Kinder- und Jugendhort</b>            | Tel.: 09331.18 63<br><a href="mailto:hort@caritas-wuerzburg.org">hort@caritas-wuerzburg.org</a>                           |
| <b>Caritasladen</b>                      | Tel.: 0931.30 43 36 68<br><a href="mailto:info@caritas-wuerzburg.org">info@caritas-wuerzburg.org</a>                      |



Caritasverband für die Stadt  
und den Landkreis Würzburg e.V.

Randersackerer Straße 25  
97072 Würzburg

Tel.: 0931.7 96 13-0  
Fax: 0931.7 96 13-24

[info@caritas-wuerzburg.org](mailto:info@caritas-wuerzburg.org)

[www.caritas-wuerzburg.org](http://www.caritas-wuerzburg.org)



Trägerverein Altenbetreuungszentrum



## ABZ Heiligkreuz

- Soziales Zentrum
- Kommunikations- und Bildungszentrum
- für Senioren in der Zellerau

## Unser Ziel

- das ABZ bietet Hilfe aus einer Hand
- vielfältige Angebote und Dienste werden hier passgenau für Senioren koordiniert und vermittelt soziale Kontakte werden erhalten und gefördert
- körperliche und geistige Fähigkeiten und Fertigkeiten werden gepflegt und erweitert

## Unser Angebot

- großes Freizeit und Bildungsprogramm
- Beschwingt in den Tag - Wohlfühltag am Mittwoch
- Bewegungsangebote
- PC-Kurs
- Projekt ABZ Plus
- Ausbildung und Vermittlung von Alltagsbegleitern für die Betreuung von Demenzkranken und psychisch veränderten Menschen
- Sonnenstunden für Demenzkranke und psychisch veränderte Menschen zur Entlastung der Angehörigen
- Sozialberatung bei finanziellen, rechtlichen und persönlichen Fragen und Problemen
- Fußpflege
- Seniorenreisen: Halbtags-, Ganztags- und Mehrtagesfahrten
- Sonderveranstaltungen

**Fragen Sie uns! Wir informieren Sie gerne!**

## Unser Team



*Jutta Hackel, Christiane Weinkötz, Andrea Steinruck, Rosemarie Heimberger-Häberle*

## Unsere aktiven Gruppen

Hobbymaler  
Seniorenkreis  
Pfarrhelferstammtisch  
Egerländer G'moi  
Kinderchor  
Melodika-Gruppe  
Würzburger Tafel  
Kreuzbund  
Selbsthilfegruppen

## Unser Wochenprogramm

### Montag

- 10:00 Ganzheitliches Beckenbodentraining  
- jeden zweiten Montag im Monat -  
Unkostenbeitrag je 2,50 Euro
- 13:00 Nachbarschaftstreff
- 13:30 MS-Gymnastik
- 14:30 Gedächtnistraining  
- jeden ersten und dritten Montag im  
Monat - Unkostenbeitrag je 3 Euro

### Dienstag

- 9:30 Spiele mit der Wii-Konsole
- 12:30 Skat
- 14:00 Sitztanz
- 14:00 Nähkästchen jeden zweiten und  
vierten Dienstag im Monat

### Mittwoch

- 10:00 Beschwingt in den Tag - Frühstücks-  
und Mittagsbuffet umrahmen ein  
aktuelles Thema - Anmeldung bis  
Dienstag erforderlich -  
Unkostenbeitrag je 8 Euro
- 14:15 Seniorengymnastik
- 14:00 Sonnenstunden  
- jeden letzten Mittwoch im Monat

### Donnerstag

- 13:00 Schafkopf
- 14:00 Bastel- und Handarbeitskreis
- 16:00 Theatergruppe