

Essen in Gemeinschaft: Senior*innenfreundliche soziale Essensangebote / Mittagstische

Nachbarschaftliche Gemeinschaften und soziale Netze sind ein wichtiger Baustein für ein „gutes Leben“ im Alter. Gemeinschaftliche Essensangebote können dazu beitragen, das Miteinander zu stärken, Kontakte zu knüpfen und die Lebensqualität zu verbessern. Im Folgenden werden offene nichtkommerzielle Essensangebote im Karlsruher Stadtgebiet aufgeführt, die eine soziale und gemeinschaftsfördernde Ausrichtung haben und für die Teilnahme von Senior*innen besonders geeignet sind. Es handelt sich um Angebote mit vollwertigen Mahlzeiten (keine reinen „Kaffee- und Kuchen-Angebote“).

Stadtteil	Initiative / Träger / Ort	Angebot / Zeit	Beschreibung	Kosten	Ggf. Zielgruppe	Kontakt / Sonstiges
Beiert-heim	"Bündnis Gut leben und älter werden in Beiertheim und Bulach" ehrenamtliche Mittagstisch-Gruppe Ort: ev. Kirche/Gemeindezentrum; Paul Gerhard / Stephanienbad, Breite Str. 49A 76135 Karlsruhe im EG	Offener Mittagstisch zweiwöchentlich dienstags in den ungeraden Wochen, 12 bis 14 Uhr überwiegend aus Bio- und Fairtrade-Produkten; immer auch eine vegetarische Variante	gesundes und preisgünstiges Essensangebot, ein offener Ort der Begegnung, des Gesprächs und des Austausches; zwischen Alt und Jung und zwischen den unterschiedlichsten Bewohnern Beiertheims und Bulachs.	über freiwillige Spende ("Gestehungskosten von ca. 5 bis 6 € pro Essen")	stadtteilorientiert; für alle, Begegnung und Austausch steht im Vordergrund	https://www.gutleben-beibu.de/begegnung-und-mittagstisch/projektbeschreibung/ i.d.R. 40 bis 50 Personen info@gutleben-beibu.de

Stadtteil	Initiative / Träger / Ort	Angebot / Zeit	Beschreibung	Kosten	Ggf. Zielgruppe	Kontakt / Sonstiges
Daxlanden	Quartiersprojekt, Caritasverband Karlsruhe e.V. Bürgerzentrum Daxlanden-Stadtteilhaus, Waidweg 1b, 76189 Karlsruhe	Kennenlernetreff mit Kaffee/Kuchen und Abendessen einmal im Monat , meist freitags ab 15 Uhr	offenes Begegnungsangebot, an dem Menschen aus dem Betreuten Wohnen und aus dem Stadtteil teilnehmen; Abendessen ist nicht verpflichtend, es kann auch nur die Kaffeezeit in Anspruch genommen werden Anmeldung beim Quartiersmanagement unter 0721 824 87-150	Kaffee und Kuchen: 5 bis 6 €, mit Abendessen ca. 15 €	Menschen aus dem Betreuten Wohnen und aus dem Stadtteil (überwiegend ältere Generation)	Quartiersmanagerin Frau Hauser Tel. 0721 824 87-150
Innenstadt-Ost	Kulturküche, Lobin Karlsruhe e.V. Kulturküche Karlsruhe Kaiserstr. 47 76131 Karlsruhe	Offener Mittagstisch Dienstag bis Freitag 12 bis 14 Uhr	„Lasst euch verwöhnen und genießt unsere vegetarischen & veganen, regionalen & saisonalen Leckereien!“ Täglich drei verschiedene Essen. Immer vegetarisch/vegan, vorwiegend Bio-Produkte. Tee, Wasser und Brot sind kostenfrei	ca. 8 bis 9 €, ein Essen immer ca. 5 €	offen für alle	Tel. 0721 96311487 Info@kulturkueche-ka.de Generell besteht in der Kulturküche kein Konsumzwang.

Stadtteil	Initiative / Träger / Ort	Angebot / Zeit	Beschreibung	Kosten	Ggf. Zielgruppe	Kontakt / Sonstiges
Innenstadt-Ost	QUINO - AWO Quartierscafé Innenstadt-Ost Adlerstr. 33, 76133 Karlsruhe	Quartiersmahlzeit/ Mittagstisch freitags 12:30 Uhr – Anmeldung nötig! –	„Unsere Quartiersmahlzeit im QUINO ist ein wöchentliches Highlight, das Gemeinschaft und Genuss vereint. Wir laden Sie ein, bei leckerem Essen und in gemütlicher Atmosphäre neue Leute kennenzulernen und bestehende Kontakte zu vertiefen. Die abwechslungsreichen Gerichte werden jede Woche frisch und mit viel Liebe gekocht. Anschließend können Sie bei uns auch noch einen Kaffee und ein Stück Kuchen genießen.“ (Kaffee und Kuchen nicht im Preis inbegriffen).	5,50 € (Kaffee und Kuchen nicht inbegriffen)		Speisekarte und Preise online abrufbar quino-karlsruhe.de/quartiersmahlzeit/speisekarte Anmeldung bis Donnerstag 15 Uhr unter: quino@awo-karlsruhe.de ; Tel. 0721 389583
Knielingen	Bürgerverein Knielingen e.V. Bürger- und Gemeindezentrum Knielingen (BGZ), Struvestraße 45, 76187 Karlsruhe	Mittagstisch i.d.R. am 3. oder 4. Donnerstag im Monat, 12 Uhr	Bürgerinnen und Bürger aus Knielingen treffen sich zum gemeinsamen Mittagessen im Bürgerzentrum	5 bis 8 € in die Spendenbox	ausschließlich für Bürgerinnen und Bürger aus Knielingen	Bürgerverein Knielingen e.V. Struvestraße 45 info@knielingen.de Tel. 0721 5316094 www.knielingen.de i.d.R. ca. 60 bis 80 Personen

Stadtteil	Initiative / Träger / Ort	Angebot / Zeit	Beschreibung	Kosten	Ggf. Zielgruppe	Kontakt / Sonstiges
Knielingen	Bürgerverein Knielingen e.V. Bürger- und Gemeindezentrum Knielingen (BGZ), Struvestraße 45, 76187 Karlsruhe	Ideen Frühstück immer am 1. Donnerstag im Monat, 10 Uhr	„Wir treffen uns am 1. Donnerstag des Monats und bieten für 5 € ein leckeres Frühstück. Haben Zeit für nette Gespräche, wir verabreden uns für Ausflüge, Spaziergänge, Boule oder Radtouren. Wer möchte bringt sein Strickzeug mit oder verabredet sich für Gesellschaftsspiele. Kommen Sie dazu, wir freuen uns auf Sie und Ihre Ideen.“	5 €		Bürgerverein Knielingen e.V. Struvestraße 45 info@knielingen.de Tel. 0721 5316094 www.knielingen.de
Mühlburg	Caritasverband Karlsruhe e.V. Herz-Jesu-Stift, Gellerstraße 41	Offener Mittagstisch und Lebensmittelausgabe Montag bis Freitag 10 bis 12:30 Uhr	Mittagstisch um 12 Uhr warmes Mittagessen Raum für Kontakte und Begegnung untereinander, Lese- und Spiele-Ecke, Aktuelle Tageszeitung zum Lesen, Duschmöglichkeit, Erstgespräch und Hilfestellung bei Problemlagen, Lebensmittelausgabe	Mittagessen 1 €	Wohnsitzlose und Menschen in schwierigen Lebenslagen	Petra Frank Tel. 0721 5312420 herz-jesu-stift@caritas-karlsruhe.de
Neureut	Mehrgenerationenhaus Brunhilde-Baur-Haus (Hardtstiftung) Mehrgenerationencafé im EG Linkenheimer Landstraße 133 a, 76149 Karlsruhe	Genießerfrühstück für Seniorinnen und Senioren jeden letzten Mittwoch im Monat 9 bis 11 Uhr mit Anmeldung	Einladung zum gemütlichen Beisammensein, gemeinsamen Frühstück, zum Plauschen und Austausch von Neuigkeiten oder einfach so zur Unterhaltung.	Kostenbeitrag 5 €	Seniorinnen und Senioren	zurzeit ist die Anzahl der Plätze begrenzt. Anmeldung bis zum Freitag der Vorwoche erforderlich: bei Frau Colditz Tel. 0721 626904-10 (8 bis 14 Uhr), E-Mail: colditz@hardtstiftung.de oder info@mgh-ka.de

Stadtteil	Initiative / Träger / Ort	Angebot / Zeit	Beschreibung	Kosten	Ggf. Zielgruppe	Kontakt / Sonstiges
Neureut	Mehrgenerationenhaus Brunhilde-Baur-Haus (Hardtstiftung) Mehrgenerationencafé im EG Linkenheimer Landstraße 133 a, 76149 Karlsruhe	Offener Mittagstisch Montag bis Freitag 11:45 bis 13 Uhr	Mittagstisch für alle Generationen. Täglich wechselnder Mittagstisch. Große und kleine Gäste von außerhalb sind herzlich eingeladen	ca. 7 bis 9 € Kinderpreis: 2,50 € mit Karlsruher Pass: 4,70 €		Speiseplan und Preisliste online verfügbar: www.hardtstiftung.org/Produkte/mittagstisch-im-bbh.php Tel. 0721 626904-14 info@mgh-ka.de
Neureut Kirchfeld	Seniorenzentrum Kirchfeld Hermann-Höpker-Aschoff-Str. 2 76149 Karlsruhe	Offener Mittagstisch täglich von 12 bis 13 Uhr	hochwertiges und gesundes Essen, die abwechslungsreichen Menüs werden ausschließlich aus frischen Zutaten von ausgewählten Händlern zubereitet.	Mo bis Sa 8 € So 11€ An Feiertagen 13 € Suppe 2,50 € Dessert 2,50 €	Seniorinnen und Senioren	Anmeldung ab 3 Personen ist erwünscht. Homepage ist nicht aktuell! Mi, Fr und So ist das Café von 12 bis 16:30 Uhr geöffnet. Tel.: 0721 480991-500

Stadtteil	Initiative / Träger / Ort	Angebot / Zeit	Beschreibung	Kosten	Ggf. Zielgruppe	Kontakt / Sonstiges
Nord-weststadt	Evangelisches Diakonissenhaus Bethlehem	Offener Mittagstisch	Cafeteria im Evangelischen Diakonissenhaus Bethlehem	8 €		Speiseplan und Termine online verfügbar: www.diakonissenhaus-bethlehem.de/diakonissen/index.php?rubric=cafeteria Die Anmeldung ist für eine ganze Woche im Voraus möglich, aber auch am Vortag bis 10 Uhr, für montags ist der Anmeldeschluss bereits am Mittwoch der Vorwoche. Natürlich haben wir in Ausnahmefällen immer auch spontan ein Tellergericht für Sie. Anmeldung: 0721 7500 915 (auch Anrufbeantworter)
	Cafeteria im Mutterhaus Friedrich-Naumann-Straße 33, 76187 Karlsruhe Eingang Süd	Montag bis Freitag 11:45 bis 13:30 Uhr – Bitte rechtzeitig an- oder abmelden –	„Sie bekommen ein Tellergericht mit Suppe und Nachspeise an den Tisch serviert.“			
Oberreut	Sozial-kulturelles Zentrum / Stadtteilhaus im Ökumenischen Gemeindezentrum (ÖGZ)	Offener Mittagstisch	offener Mittagstisch.	auf Spendenbasis	Seniorinnen und Senioren aber auch Familien; generell Menschen aus Oberreut	ÖGZ – Ökumenisches Gemeindezentrum Pfarrerinnen Fr. Dr. Lichtner irenalichtner@versoehnungsgemeinde-karlsruhe.de Tel. Pfarramt Ev. Versöhnungsgemeinde: 0721 868083
	Bernhard-Lichtenberg-Straße 46, 76189 Karlsruhe, Saal unten	jeden Freitag von 12 bis 14 Uhr außer im August und Weihnachtsferien	Ein Kooperationsprojekt der ev. Versöhnungsgemeinde, der kath. Pfarrgemeinde St. Thomas Morus, des Quartiersprojektes des Diakonischen Werkes Karlsruhe und des Jugend- und Gemeinschaftszentrum „Weiße Rose“			

Stadtteil	Initiative / Träger / Ort	Angebot / Zeit	Beschreibung	Kosten	Ggf. Zielgruppe	Kontakt / Sonstiges
Rintheim	AWO, Quartiersprojekt / Gut versorgt daheim Heilbronner Straße 22 76131 Karlsruhe Wohn-Café im EG	Offener Mittagstisch Montag bis Freitag ab 12 Uhr	„Nachbarn kochen für Nachbarn“ barrierefreier Zugang	5,10 € mit Karlsruher Pass 2 €	quartiersbezogen	Quartiersmanager Herr Stufht Tel. 0721 62739590 gut-versorgt-daheim@awo-karlsruhe.de
Rintheim	AWO, Evangelische Gemeinde Rintheim „Zum Guten Hirten“ und Bürgerverein Rintheim Ev. Gemeindehaus, Rintheimer Hauptstraße 79a, 76131 Karlsruhe	Offener Mittagstisch: Eintopfessen immer am ersten Dienstag im Monat 12 bis 14 Uhr	Eintopfessen mit buntem Rahmenprogramm „Wir freuen uns auf viele Menschen, die gemeinsam mit uns am großen Tisch sitzen.“ Eine Kooperation zwischen AWO, Evangelischer Gemeinde Rintheim und dem Bürgerverein Rintheim.	nach dem Solidaritätsprinzip: Spende nach eigenem Ermessen		Ev. Pfarrer Eberhard Weber: Tel. 0721 611717
Waldstadt	Quartiersprojekt Waldstadt (Badi-scher Landesverein für Innere Mission) Mittmach-Laden Waldstadt, Königsberger Str. 37., 76139 Karlsruhe	Gemeinsames Kochen und Mittagstisch freitags, 12 Uhr mit Anmeldung	Gemeinsames Kochen und Essen von Gerichten aus verschiedenen Kulturen. Kommen Sie doch gerne zum Mitkochen und (Aus)probieren vorbei.			Anmeldung bis spätestens dienstags, 17 Uhr beim Quartiersprojekt Tel. 0721 40242125 quartiersprojekt-waldstadt@badi-scher-landesverein.de