

Schwabacher Seniorentermine – August/September 2018

Der Seniorenrat der Stadt Schwabach lädt ein:

Mo. 27.08. „4. Sommer an der Schwabach“, 14:00 - 16:00 Uhr

Der Seniorenrat der Stadt Schwabach lädt zusammen mit dem Kneipp-Verein und dem Deutschen Evangelischen Frauenbund ein zu einem gemeinsamen Nachmittag auf dem Kneipp-Gelände (Am Neuen Bau 1). Apotheker Rupert Mayer spricht zum Thema „Guter Schlaf – gesunder Schlaf“ und beantwortet Fragen. Gäste sind gerne willkommen. Infos bei der Geschäftsstelle des Seniorenrats unter Telefon 09122 860-240 und der Koordinatorin Johanna Ittner unter Telefon 09122 4144.

Mo. 17.09. Kärwa-Frühstück, 10:00 - 12:00 Uhr

Im AUREX (barrierefreier Zugang), Königstraße 20a.

Mo. 24.09. Teilhabe ohne Barrieren - Tea-Time und Lesung mit Dr. Sabine Weigand, 17:00 Uhr

Der „Runde Tisch Inklusion“ lädt zusammen mit dem Seniorenrat und der Inklusionsbeauftragten der Stadt Schwabach, Sabine Reek-Rade, ein zu einer Tea-Time mit Lesung. Die Schwabacher Bestseller-Autorin Dr. Sabine Weigand liest aus ihrem neu erschienenen Buch „Die Manufaktur der Düfte“. Hörgeräteträger und -trägerinnen mit integrierter T-Spule können dank der vorhandenen induktiven Hörschleife störungsfrei hören. Im AUREX (barrierefreier Zugang), Königstraße 20a.

Terminvormerkung Oktober:

Mo. 01.10. Europäischer Tag der Senioren, 17:30 Uhr

Mit einem Sketch zum Thema „Alt und Jung – früher und heute“, begleitet von einer Band des Jugendzentrums; im AUREX (barrierefreier Zugang), Königstraße 20a.

Alle Seniorinnen und Senioren sind herzlich willkommen.

Infos bei der Geschäftsstelle des Seniorenrats unter Telefon 09122 860-240.

August

Do. 02.08. Brainwalk, 10:00 - 11:00 Uhr

Denkspaziergang durchs Schwabachtal; mit Ingrid Ittner-Wolkersdorfer; Kosten: 5 € (bitte bei Anmeldung bezahlen); Treffpunkt: Kneipp-Gelände, Am Neuen Bau 1; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Do. 02.08. Spirituelle Orte in Schwabach entdecken, 19:00 - 20:30 Uhr

Ruhe und Inspiration – mitten in der Stadt; mit Friederike Spörl-Springer; Kosten: 5 € (bitte in bar mitbringen); Treffpunkt: Rathaus am Königsplatz; keine Anmeldung erforderlich; Info unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Fr. 03.08. Glanz und Elend der Markgrafenzzeit, 10:00 - 11:30 Uhr

Historische Stadtführung zum Wirken des Markgrafen Carl Wilhelm Friedrich von Brandenburg-Ansbach; mit Günter Lukas (Stadtführer); Kosten: 5 € (bitte bei Anmeldung bezahlen); Treffpunkt: Schöner Brunnen am Königsplatz; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Di. 07.08. Unterwegs mit Kaffee und Tanz nach Reuthhof, 13:00 Uhr

Mit dem Bus zum Kaffeetrinken, Abendessen, gemütlichen Beisammensein und Tanz; Abfahrt Markgrafensaalparkplatz; Nichtmitglieder sind herzlich willkommen; Kosten: Busfahrt (ohne Kaffee, Abendessen) 10 € Mitglieder/14 € Nicht-Mitglieder; Infos unter Tel. 09122 84475, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Di. 07.08. Der Kunstweg Rednitzhembach: Frankens große Open-Air-Galerie, 10:00 - 12:00 Uhr

Führung mit Gabriele Weißmantel; Kosten: 5 € (bitte bei Anmeldung bezahlen); Treffpunkt: Rednitzhembach, Parkplatz, Zwischen den Brücken 3; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Mi. 08.08. Bibel im Biergarten: Erotik im Alten Testament ..., 18:00 - 19:00 Uhr

... Lust und Liebe, Irrungen und Wirrungen; mit Pfarrer Dr. Paul-Hermann Zellfelder; kostenlos - Spenden für das Familienzentrum MatZe erbeten; Höraufs Biergarten, Angerstraße 10; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Mi. 08.08. Bayerische Landesausstellung „Wald, Gebirg und Königstraum“ Mythos Bayern

Busfahrt zur Bayerischen Landesausstellung sowie Besuch von Linderhof/Oberammergau; Abfahrt: 6:20 Uhr Eichwasen/Wilhelm-Dümmeler-Straße 114, 6:30 Uhr Markgrafensaal; Infos und Anmeldung bei Richard Gelenius unter Tel. 09122 73294, VA: VHS-Seniorengruppe Schwabach

Do. 09.08. Mittagessen und Spaziergang in Enderndorf am Brombachsee

Ausflug für Menschen mit und ohne Behinderung; Teilnehmer werden zu Hause abgeholt, bei Bedarf im rollstuhlgerechten Fahrzeug (Abholzeit ca. 10:30 Uhr, Rückfahrt ca. 15:30 Uhr); Kosten: Abholung von zu Hause 25 €, Teilnehmerbeitrag 3 €; weitere Infos und Anmeldung bis 03.08. unter Tel. 09171 859637-10; VA: Offene Hilfen Roth-Swabach, Diakonie Neuendettelsau

Do. 09.08. Scottish Dances, 15:00 - 17:00 Uhr

Schnupperkurs; mit Anne Wick; Kosten: 8 € (bitte bei Anmeldung bezahlen); Ort: Evang. Haus (barrierefreier Zugang), Martin-Luther-Saal, Wittelsbacherstraße 4; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Fr. 10.08. Tagesexkursion Augsburg, 8:00 - 19:30 Uhr

Erkundungstour zu historischen Kirchen und Stätten; mit Pfarrer i.R. Ernst Burmann; Kosten: 30 € inkl. Busfahrt, Führungen, Eintritte - ohne Essen (bitte bei Anmeldung bezahlen); Treffpunkt: Parkplatz Markgrafensaal, Ludwigstraße 17; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Mo. 13.08. „4 Kleinode im Dekanat Schwabach“, 10:00 - 16:00 Uhr

Exkursion zu traditionsreichen Kirchen; mit Margot Huyskens, Geschäftsführerin und Theologische Leiterin des EBW Schwabach; Kosten: 18 € inkl. Busfahrt, Führungen - ohne Essen (bitte bei Anmeldung bezahlen); Treffpunkt: Parkplatz Markgrafensaal, Ludwigstraße 17; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Di. 14.08. „Meine Seele preist die Größe Gottes.“ Maria begegnen, 20:30 - 22:00 Uhr

Ein spiritueller Sommerabend in der Schwabacher Stadtkirche; mit Andrea Felsenstein-Roßberg und Margot Huyskens; Musik: Jutta Gruber, Heilsbrunn; Kosten: 12 € (inkl. Abschlussgetränk); Treffpunkt: Marienstatue außerhalb der Kirche am Martin-Luther-Platz; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Di. 14.08. AWO-Kegeln im DJK-Swabach, 13:30 Uhr

Huttersbühlstraße 23, Nichtmitglieder sind herzlich willkommen; Infos im OV-Büro unter Tel. 09122 9341-620, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Mi. 15.08. Quartiers-Grillfest, 17:00 - 19:30 Uhr

Im Hof der St. Gundekar-Wohnanlage, Michael-Hierl-Straße 5. Anmeldung/Infos unter Tel. 09122 309-55. VA: Vernetzungsstelle Quartier der Familien- und Altenhilfe e.V.

Do. 16.08. Stadt der toten Frauen, 9:00 - 17:00 Uhr

Eine frauen- und geschlechtergeschichtliche Führung auf dem Johannisfriedhof in Nürnberg; mit Nadja Bennewitz, M.A. Historikerin; Kosten: 10 € (bitte bei Anmeldung bezahlen); Treffpunkt: Eingang Johanskirche, auf dem Johannisfriedhof, Johannisstraße 55, Nürnberg; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Do. 16.08. Kleine Abendradtour

Nähere Infos unter Tel. 0911 6327094, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Do. 16.08. Radwanderung

Schwabach, Rohr, Heilsbrunn, Gaulnhofen, Oberreichenbach, Schwabach; leichtes Gelände; ca. 40 km; Treffpunkt: Marktplatz Schwabach, Pferdebrunnen; mit Marianne Böhm; Info/Anmeldung unter Tel. 09170 938082, VA: Fränkischer Albverein Schwabach e.V.

Mi. 22.08. AWO-Bingo, 14:00 Uhr

Im Evang. Haus (barrierefreier Zugang), Wittelsbacherstraße 4; Nichtmitglieder sind herzlich willkommen, Infos im OV-Büro unter Tel. 09122 9341-620, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Do. 23.08. Stadtführung in Schwabach

Rollstuhlgerechte Stadtführung mit Klaus Huber; Mittagessen im Gasthof Goldener Stern am Marktplatz; Ausflug für Menschen mit und ohne Behinderung; Teilnehmer werden zu Hause abgeholt, bei Bedarf im rollstuhlgerechten Fahrzeug (Abholzeit ca. 10:30 Uhr, Rückfahrt ca. 15:30 Uhr); Kosten: Abholung von zu Hause 17 €, Teilnehmerbeitrag 3 €, Führung 5 €; weitere Infos und Anmeldung bis 17.08. unter Tel. 09171 859637-10; VA: Offene Hilfen Roth-Schwabach, Diakonie Neuendettelsau

Di. 28.08. AWO-Kegeln im DJK-Schwabach, 13:30 Uhr

Huttersbühlstraße 23, Nichtmitglieder sind herzlich willkommen; Infos im OV-Büro unter Tel. 09122 9341-620, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Di. 28.08. Wander-Treff-Termin, 18:00 Uhr

Für alle Wander-Interessierten; im „Traditionsgasthof Goldener Stern“, Königsplatz 12; Gäste sind willkommen; Info unter Tel. 09170 938082, VA: Fränkischer Albverein Schwabach e.V.

Mi. 29.08. Fahrt nach Erfurt

Anfahrt mit der Bahn (ICE); Altstadt- und Domführung; Besuch des Augustiner-Klosters; nähere Infos und Anmeldung bei Bernd Wohlgemuth unter Tel. 09122 76344; VA: Senioren AG der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Schwabach - St. Martin

Do. 30.08. „Oma-Opa-Enkel-Tage“ - Thema Gold, 13:00 - 17:00 Uhr

Ferienangebot im Stadtmuseum für Großeltern und Enkel; mit Oma und Opa auf Entdeckungsjagd im Museum; spannende Rallye und Bastelangebote für Kinder; keine vorherige Anmeldung nötig; Anmeldung von Gruppen erbeten; Begleitperson erforderlich; Ort: Stadtmuseum, Museumsstraße 1; Eintrittspreise: Erwachsene 5 €, Kinder 2,50 €, Familienkarte 10 €; Info und Anmeldung unter 09122 1854311; VA: Stadtmuseum Schwabach

Do. 30.08. Garantiert eine kleine Wanderung, 10:30 Uhr

In geselliger Runde in Schwabach, mit Schluss-Einkehr; Treffpunkt: Schwabach Bahnhof; Wanderführerin: Sieglinde Galitzki; Info/Anmeldung unter Tel. 09170 938082, VA: Fränkischer Albverein Schwabach e.V.

Fr. 31.08. Stammtisch auf der Kneipp-Wiese, 17:30 Uhr

Auf der Kneipp-Wiese, Am Neuen Bau 1; Infos unter Tel. 0911 6327094, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

September

Di. 04.09. Stadtführung mit den Altstadtfreunden, Motto „Das Jakobsviertel“, 14:30 Uhr

Nürnberg; Teilnahmegebühr: 5 €/Mitglieder, 8 €/Nicht-Mitglieder; nähere Infos/Anmeldung unter Tel. 0911 6327094, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Di. 04.09. Unterwegs mit Kaffee und Tanz nach Grünreuth, 13:00 Uhr

Mit dem Bus zum Kaffeetrinken, Abendessen, gemütlichen Beisammensein und Tanz; Abfahrt Markgrafensaalparkplatz; Nichtmitglieder sind herzlich willkommen; Kosten: Busfahrt (ohne Kaffee, Abendessen) 10 € Mitglieder/14 € Nicht-Mitglieder; Infos unter Tel. 09122 84475, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Do. 06.09. „Oma-Opa-Enkel-Tage“ - Thema Eier, 13:00 - 17:00 Uhr

Ferienangebot im Stadtmuseum für Großeltern und Enkel; mit Oma und Opa auf Entdeckungsjagd im Museum; spannende Rallye und Bastelangebote für Kinder; keine vorherige Anmeldung nötig; Anmeldung von Gruppen erbeten; Begleitperson erforderlich; Ort: Stadtmuseum, Museumsstraße 1; Eintrittspreise: Erwachsene 5 €, Kinder 2,50 €, Familienkarte 10 €; Info und Anmeldung unter 09122 1854311; VA: Stadtmuseum Schwabach

Do. 06.09. Nürnberger Herbstvolksfest

Ausflug für Menschen mit und ohne Behinderung; Teilnehmer werden zu Hause abgeholt, bei Bedarf im rollstuhlgerechten Fahrzeug (Abholzeit ca. 13:00 Uhr, Rückfahrt ca. 16:30 Uhr); Kosten: Abholung von zu Hause 25 €, Teilnehmerbeitrag 3 €; weitere Infos und Anmeldung bis 31.08. unter Tel. 09171 859637-10; VA: Offene Hilfen Roth-Schwabach, Diakonie Neuendettelsau

Do. 06.09. - Sa. 15.09. Seniorenreise: Südtirol, Natz/Schabs

Busreise; nähere Infos, Beratung und Anmeldung unter Tel. 09122 87 93 41, Mo. bis Fr. 8.30 - 11.30 Uhr; VA: Caritas Kreisstelle Roth

So. 09.09. Fahrt ins Blaue für Jung und Alt

Nähere Infos unter Tel. 09122 9341-620, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Di. 11.09. „Ratschläge für ein gesundes Altern“, 14:30 Uhr

Vortrag und Vorstellung des neuen Programms zum Semesterbeginn; im Pfarrzentrum St. Sebald „Arche“, Ludwigstr.17, 1. Stock; Infos bei Richard Gelenius unter Tel. 09122 73294, VA: VHS-Seniorengruppe Schwabach

Di. 11.09. AWO-Kegeln im DJK-Schwabach, 13:30 Uhr

Huttersbühlstraße 23, Nichtmitglieder sind herzlich willkommen; Infos im OV-Büro unter Tel. 09122 9341-620, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Do. 13.09. Spielenachmittag im Quartier, 14:00 - 15:30 Uhr

Angebot an Brett- und Gesellschaftsspielen für jedermann zum Dazukommen und Mitspielen. Im barrierefrei erreichbaren „FreiRAUM“ (im EG), St. Gundekar-Haus, Penzendorfer Straße 20. Infos unter Tel. 09122 309-55. VA: Vernetzungsstelle Quartier der Familien- und Altenhilfe e.V.

Sa. 15.09. - Sa. 22.09. Wohlfühlwoche in Bad Wörishofen

Nähere Infos/Anmeldung unter Tel. 09122 76165 oder Tel. 09122 82829, VA: Kneipp-Verein

Fr. 21.09. Badefahrt nach Bad Gögging

Abfahrt Markgrafensaal 7:50 Uhr und Limbacher Straße am Waldfriedhof 7:55 Uhr; Badezeit 2,5 Stunden; anschl. Mittagessen in Tettenwang; Busfahrt/Eintritt Limes-Therme 22 € Mitglieder, 24,50 € Nichtmitglieder; Infos unter Tel. 09122 9341-142; VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Mo. 24.09. „Wer rastet, der rostet“, Gedächtnis- und Bewegungstraining, 14:30 - 16:00 Uhr

Mit Ingrid Ittner-Wolkersdorfer; Gäste - auch Männer - sind willkommen; Ort: Evang. Haus (barrierefreier Zugang), Wittelsbacherstraße 4, Infos unter Tel. 09122 75586, VA: Deutscher Evangelischer Frauenbund Schwabach e.V.

Di. 25.09. „Still Alice – Mein Leben ohne Gestern“ (USA 2014), 19:30 Uhr

Film, Erfahrungsaustausch und Gespräch zum Thema Demenz; Referentin: Ariane Engelhardt-Krahe, Fachstelle für pflegende Angehörige im Pflegestützpunkt Schwabach; Kosten: 5 € (Abendkasse); Ort: Evang. Haus (barrierefreier Zugang), Wittelsbacherstraße 4; Anmeldung nicht erforderlich; Info unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Di. 25.09. AWO-Kegeln im DJK-Schwabach, 13:30 Uhr

Huttersbühlstraße 23, Nichtmitglieder sind herzlich willkommen; Infos im OV-Büro unter Tel. 09122 9341-620, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Di. 25.09. Wander-Treff-Termin, 18:00 Uhr

Für alle Wander-Interessierten; im „Traditionsgasthof Goldener Stern“, Königsplatz 12; Gäste sind willkommen; Info unter Tel. 09170 938082, VA: Fränkischer Albverein Schwabach e.V.

Mi. 26.09. Badefahrt nach Bayreuth in die „Lohengrin-Therme“

In Begleitung einer Krankenschwester; mit Rita Brauner; NEU: Die Badefahrten können für „Nichtbadegäste“ auch als „Panorama- und Ausflugsfahrt“ gebucht werden; Infos/Anmeldung unter Tel. 09122 8747409; VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Mi. 26.09. AWO-Bingo, 14:00 Uhr

Im Evang. Haus (barrierefreier Zugang), Wittelsbacherstraße 4; Nichtmitglieder sind herzlich willkommen, Infos im OV-Büro unter Tel. 09122 9341-620, VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Fr. 28.09. „Für Yoga ist es nie zu spät!“, 9:30 - 11:00 Uhr

Yoga für Senioren – sanft und heiter; mit Inge Zink, SeniorenYoga-Übungsleiterin (BYVG); Kosten: 75 € (10x); Ort: Evang. Haus (barrierefreier Zugang), Wittelsbacherstraße 4; Info/Anmeldung unter Telefon 09122 9256-420, VA: EBW Schwabach

Fr. 28.09. Stammtisch auf der Kneipp-Wiese, 17:30 Uhr

Bei gutem Wetter letztmalig auf der Kneipp-Wiese, Am Neuen Bau 1; Infos unter Tel. 0911 6327094, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Fr. 28.09. - So 30.09. Laufen – Kneippen – Genießen

Ein Wochenende mit verschiedenen Angeboten; nähere Infos/Anmeldung bei Gisela Lehner unter Tel. 09183 2375988; VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Regelmäßige Termine

Beratung und Hilfe:

Pflegestützpunkt Schwabach,**Mo., Mi., Do., Fr. 8:30 - 12:00 Uhr, Di. 14:00 - 18:00 Uhr**

Rat und Hilfe rund um Älterwerden und Pflege, Nördliche Ringstraße 2a-c,
1. OG, barrierefreier Zugang, Tel. 09122 860-595

**Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige, jeden 2. Dienstag im Monat, 18:00 - 20:00 Uhr**

Angehörigentreffen mit Frau Hettrich, Gerontofachkraft; im Mehrgenerationenhaus, Flurstraße 52c; Anmeldung/Infos unter Tel. 09122 6939877 oder Tel. 0160 91253979, VA: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

„Gebraucht Werden“ Die Kontakt- und Helferbörse

Jeden Montag 10:00 - 12:00 Uhr und jeden Mittwoch 14:00 - 16:00 Uhr, im Mehrgenerationenhaus, Flurstraße 52c, Infos unter Tel. 09122 6939879, VA: Diakonie Roth-Swabach

„Nachbarschaftshilfe im Zwieselstal“

Infos unter Tel. 0911 6325431, VA: Evang.-Luth. Kirchengemeinden Schwabach-Christophoruskirche und Schwabach-Dietersdorf

Seniorenrat vor Ort, Sozialrathaus, freitags 10:00 - 12:00 Uhr, 14-tägig oder nach Vereinbarung
Der Seniorenrat der Stadt Schwabach bietet eine Sprechzeit für Anregungen, Hilfestellungen und Austausch an. Nördliche Ringstraße 2a-c, 1. OG/Zimmer 1.10, barrierefreier Zugang, auch telefonisch unter Tel. 09122 860-491. Weitere Infos in der Geschäftsstelle unter Tel. 09122 860-240.

Gesundheit/Sport/Bewegung:

Sport- und Bewegungsangebote für Ältere beim SC 04

Mo.: Fitness, Damengymnastik, Senioren aktiv, leichtes Ganzkörpertraining 50plus/minus; Di. und Do.: Wirbelsäulengymnastik; Mi.: Yoga; außerdem viele andere Sportarten; Infos bei Erich Halbig Tel. 09122 76900, Sabine Wehrer Tel. 09122 1854302, in der Geschäftsstelle unter Tel. 09122 8737470

Sport und Bewegung ohne Altersgrenze beim TV 1848

Ausdauertraining, Laufen, Tanzen, Selbstverteidigung, Fitness-Studio, Stretching und viele andere Angebote zum Fitbleiben im Alter; Infos in der Geschäftsstelle unter Tel. 09122 2583

Senioren-gymnastik, jeden Montag, 15:30 Uhr

In der Helmschule, Penzendorfer Straße, auch für Nichtmitglieder, Auskunft im OV Büro, Öffnungszeiten: Mittwoch 13:00 - 16:00 Uhr und Freitag 10:00 - 12:00 Uhr, Tel. 09122 9341-620 oder bei Helmut Krauß Tel. 09122 72387, VA: AWO Ortsverein Schwabach

„Stress lass nach!“, jeden Donnerstag von 18:30 - 19:00 Uhr

Offener Stuhlkreis; Muskelentspannungstraining nach Jacobsen; mitmachen kann jeder, denn die Übungen finden im Sitzen statt; Kosten: 5€/Sitzung, ohne Anmeldung; Johanniter Mehrgenerationenhaus „Zentrum Mensch“, Flurstr. 52c; Infos bei C. Reichel-Walz unter Telefon 0151 23043561, VA: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Fit durch Bewegung, jeden Montag, 10:00 - 11:00 Uhr

Ganzjährig (außer in den Ferien), mit Lou Reitter, beim TV 1848, Jahnstraße, Mitglieder pro Std. 2,50 €/Nichtmitglieder 3,50 €, Info unter Tel. 09122 5124, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Nordic Walking, jeden 1. und 3. Dienstag, 10:30 Uhr

Schwand, Schleuse Leerstetten, Bushaltestelle Bus 677, Treffpunkt 10:30 Uhr Schleuse Leerstetten, Anmeldung notwendig unter Tel. 09170 938082, VA: Fränkischer Albverein

Tanzen „50 plus“, jeden Dienstag, 9:00 - 11:00 Uhr

Für allein stehende Frauen, Männer und Paare; mit Renate Binder und Hanne Dittmann; Stadtteilzentrum Emmaushaus, Klinggraben 18; Info bei Irene Geissler unter Tel. 09122 3781; VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Tanzkreis, jeden Dienstag (außer Ferien), 17:30 - 19:00 Uhr

Mit Hannelore Ruttenstein, im Evang. Haus (barrierefreier Zugang), Wittelsbacherstraße 4, Info bei Frau Drechsel, Tel. 09122 75586, VA: Deutscher Evangelischer Frauenbund Schwabach e.V.

Gedächtnistraining, jeden 4. Dienstag im Monat, 14:00 - 15:00 Uhr

Spielerisches Heranführen an Merkfähigkeit, Wahrnehmung, Kreativität, Urteilsfähigkeit usw., im Mehrgenerationenhaus, Flurstraße 52c, Kosten 2 € pro Veranstaltung, ohne Anmeldung, Info unter Tel. 09122 6939877, VA: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Heiteres Gedächtnistraining, jeden Dienstag, 10:45 - 11:45 Uhr

Mit Ingrid Ittner-Wolkersdorfer, im Pentas-Haus, Gutenbergstraße 3, Info/Anmeldung unter Tel. 09122 13196, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Badefahrt, letzter Mittwoch in den Monaten Januar/März/Mai/Juli/September/November

In Begleitung einer Krankenschwester, mit Rita Brauner; auch als „Panorama- und Ausflugsfahrt“; Anzahlung 10 €; Infos/Anmeldung unter Tel. 09122 8747409, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Senioren-gymnastik, mittwochs, 9:00 - 10:00 Uhr

Mit Anschela Karl, Abenberger Straße 9, wechselndes Programm, Info unter Tel. 09122 5312

ZUMBA-Gold für Senioren, donnerstags, 9:30 - 10:30 Uhr

In der SC 04 Sporthalle, Nördlinger Straße 48, für Nichtmitglieder 10-er Kurskarten, Einstieg jederzeit möglich, Info unter Tel. 09122 76900 oder in der Geschäftsstelle SC 04 unter Tel. 09122 8737470, Bewegungsprogramm für besondere Bedürfnisse, Knie-, Schulterprobleme, Übergewicht etc.

Fit und aktiv für Senioren, freitags, 15:15 - 16:15 Uhr

Mit Ingrid Ittner-Wolkersdorfer, Luitpoldschule, Schillerplatz, ganzjährig (außer Ferien). Nur für Mitglieder, Schnupperstunde möglich, Info unter Tel. 09122 4152, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Sonntagswanderer „flott“, jeden letzten Sonntag im Monat, 11:00 Uhr

Treffpunkt nach Absprache, ca. 4 Std. Gehzeit, gemeinsames Mittagessen, Info unter Tel. 09122 5124, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Sonntagswanderer mit Kultur- und Naturstopp, jeden 3. Sonntag im Monat, 11:00 Uhr

Treffpunkt nach Absprache, ca. 2 Std. Gehzeit, Kulturstopp - Naturstopp, gemeinsames Mittagessen, Info unter Tel. 09122 85393, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Sonntagswanderer „gemütlich“, jeden Sonntag, 14:30 Uhr

Treffpunkt nach Absprache, gemeinsames Kaffeetrinken/Vesper, kurze Wegstrecke geeignet auch für Rollatoren, Info unter Tel. 09122 4748 und Tel. 09122 1894066, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Seniorenkreise der Kirchengemeinden:

Seniorenkreis Kirchengemeinde Unterreichenbach, jeweils 2. Montag im Monat, 14:00 Uhr

Im Gemeindehaus am Kindergarten, Uigenauer Weg 16, Info bei Pfarrer Konnerth unter Tel. 09122 3271

Seniorenkreis Evang.-Luth. Kirchengemeinde Gethsemanekirche, dienstags

Um 14:30 Uhr (Winterzeit)/15:00 Uhr (Sommerzeit), Info bei Frau Struhler unter Tel. 09122 76331

Seniorenkreis St. Martin, jeden 2. Dienstag im Monat, 14:30 Uhr

Im Evangelischen Haus, Wittelsbacherstraße 4, Kontakt bei Frau Marthold unter Tel. 09122 82684 und Frau Kupke unter Tel. 09122 82467

Ökumenischer Seniorenkreis St. Peter und Paul u. St. Markus, jeden 2. Dienstag i. M., 14:00 Uhr

Im Pfarrsaal St. Peter u. Paul, Werkvolkstr. 16, Leitung Günter u. Gabriele Gottfried, Tel. 09122 16992

Seniorenkreis St. Lukas, jeweils 1. Mittwoch im Monat, 14:00 Uhr

Mit Kaffee und Kuchen im Evang. Stadtteilzentrum St. Lukas, Dr. Ehlen-Straße 31-33, Info bei Frau Roeder unter Tel. 09122 72029 und Frau Janich unter Tel. 09122 694646

Ökumenischer Seniorenkreis am Eichwasen, 2. Mittwoch im Monat, 14:30 Uhr

Leitung: Frau Theresia Förster Tel. 09122 61600

Seniorenkreis St. Sebald, jeden 2. Donnerstag im Monat, 14:00 - 16:00 Uhr

In der ARCHE, Ludwigstraße 17, Tel. 09122 2365, Leitung Frau Kleinert, Tel. 09122 61471

Seniorenkreis Emmaus, jeweils am 1. Donnerstag im Monat, 14:30 Uhr

(Nicht in den Ferien) im Evang. Stadtteilzentrum Emmaus, Klinggraben 18, Leitung: Frau Wolfemann und Team, Info unter Tel. 09122 6301660

Nachmittag für die ältere Generation, jeden 2. Donnerstag im Monat, 14:30 Uhr

Gemeindehaus Wolkersdorf, Evang.-Luth. Pfarramt Christophoruskirche, Info bei Anneliese Stöcker unter Tel. 0911 639575 und Pfarrer Kroninger unter Tel. 0911 635399

Ökumenischer Seniorenkreis Vogelherd, jeweils samstags, 14:00 Uhr

Im Saal des Übergangwohnheimes, Schwalbenweg 2, Leitung: Frau Dittrich Tel. 09122 75313 und Frau Meier Tel. 09122 75246

Senioren Schwabach-Dietersdorf, montags, 14:00 - 16:00 Uhr

Im Gemeindehaus Dietersdorf, Themen und Termine auf Anfrage, Evang.-Luth. Pfarramt Dietersdorf, Info bei Frau Lösel unter Tel. 0911 6324852

Stammtische:

„Auszeit“, jeder 1. Montag im Monat, 19:00 - 20:30 Uhr

Pflegende Angehörige treffen sich regelmäßig zum Austausch unter Gleichgesinnten, kostenlos, Anmeldung/Infos zu den aktuellen Treffpunkten unter Tel. 09122 6939877, VA: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Stammtisch der Arbeitsgemeinschaft SPD 60plus, jeden 2. Mittwoch im Monat, 14:30 Uhr

Die Älteren in der SPD Schwabach, Information, Diskussion, Anregungen, Kritik in zwangloser Atmosphäre im Weller Bräustübl, Nürnberger Str. 30, Info unter Tel. 09122 71174

Stammtisch der Senioren-Union CSU, jeden 3. Mittwoch im Monat

Info bei Herrn Kosmann unter Tel. 09122 4781

Kneipp-Stammtisch, jeden letzten Freitag im Monat, 17:30 Uhr/18:00 Uhr

Mai bis September: auf dem Kneipp-Gelände; Oktober bis April: Treffpunkt wird jeweils im Schwabacher Tagblatt (Pinnwand) bekanntgegeben; Info unter Tel. 0911 6327094, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Seniorentreff der DJK Senioren, jeden 2. Mittwoch im Monat, 14:00 Uhr

Im DJK Sportheim, Huttersbühlstraße 23; Info unter Tel. 0911 6320126, 09122 13143 oder 09122 4781

Kultur/Geselligkeit/Verschiedenes:

Ausflugsfahrten der Gewerkschafts-Senioren Schwabach, jeden 2. Donnerstag im Monat, 9:00 Uhr

Ausflüge in die nähere Umgebung, Treffpunkt: Markgrafensaal-Parkplatz, Info unter 09122 83520
VA: SPD 60plus

Schafkopf für Senioren, jeden Dienstag, 14:00 - 17:00 Uhr

Kostenlos ohne Anmeldung im Mehrgenerationenhaus, Flurstraße 52c, Info unter Tel. 09122 6939877, VA: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Helfer-Café von „Gebraucht Werden“, jeden 2. Mittwoch im Monat, 10:00 - 12:00 Uhr

Die ehrenamtlichen Helfer von „Gebraucht Werden“ treffen sich im Mehrgenerationenhaus, Flurstraße 52c, bei Kaffee und Kuchen, jeder ist herzlich eingeladen, Infos unter Tel. 09122 6939877

Literaturwerkstatt, jeden 1. Mittwoch im Monat, 14:00 - 16:00 Uhr

Im Zeitungscfé der Stadtbibliothek (außer in den Ferien), Info unter Tel. 09122 85393, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

„Komm, spiel mit mir“ Brett- und Kartenspiele, jeden 1. Donnerstag im Monat, 15:00 - 17:00 Uhr

Im 2. Stock der Stadtbibliothek, Info unter Tel. 09122 2797, VA: Kneipp-Verein Schwabach e.V.

Geselliges Beisammensein, donnerstags, 17:00 - 18:30 Uhr

Die Frauengruppe des Deutsch-Russischen Kulturvereines lädt ein zu geselligem Beisammensein und verschiedenen Aktivitäten. Mehrgenerationenhaus, Flurstraße 52c, Info unter Tel. 09122 6939877, VA: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Kartelgruppe für Romméspieler/innen, jeden 1. und 3. Dienstag im Monat

Treffpunkt AWO-Stüberl, Hördlertorstraße 14, Schwabach, Eingang über den Pinzenberg 36, auch für Nichtmitglieder, Infos im OV-Büro unter Tel. 09122 9341-620 VA: AWO Ortsverein Schwabach e.V.

Herausgeber

Seniorenrat und Seniorenarbeit der Stadt Schwabach (in Kooperation mit den aufgeführten Organisationen),
Tel. 09122 860-240, E-Mail: seniorenrat@schwabach.de, www.schwabach.de/seniorentermine.
Für die Richtigkeit der Angaben wird keine Gewähr übernommen. Änderungen bleiben vorbehalten.