

SZENE

Veranstaltungskalender für Senioren

Ende September bis Dezember 2020



Seite 70: Führung durch die Ausstellung
„Unter freiem Himmel. Unterwegs mit
Wassily Kandinsky und Gabriele Münter

Das **Wilhelm-Hoegner-Haus Neubiberg** wurde 1989 eröffnet und liegt in einer ruhigen Wohngegend in der Gemeinde Neubiberg. Die helle und freundliche Atmosphäre, sowie der schöne Garten laden zum Wohlfühlen ein.

Das Wilhelm-Hoegner-Haus bietet:

- Platz für 60 BewohnerInnen auf zwei Wohnbereichen
- Platz für 20 BewohnerInnen auf zwei gerontopsychiatrischen Wohngruppen
- Platz für 30 BewohnerInnen in unserem Wohnbereich in Putzbrunn
- Vollstationäre Pflege und Kurzzeitpflege / Verhinderungspflege
- Friseur, Fußpflege und ärztliche Betreuung vor Ort
- Ein umfangreiches Betreuungsangebot mit Veranstaltungen, Festen, Einzel- und Gruppenangeboten



INFORMATIONEN, ANMELDUNGEN UND HAUSBESICHTIGUNGEN ERHALTEN SIE UNTER:

WILHELM-HOEGNER-HAUS

Albrecht-Dürer-Straße 27
85579 Neubiberg
Tel.: 089 600 295 0
Fax: 089 600 295 55
E-Mail: wilhelm-hoegner-haus
@awo-muenchen.de

PFLEGE MIT HERZ



Jetzt nicht warten –
Spitzenwerte für
Wohnung, Haus und Garten!
Was ist Ihre Immobilie wert?



Bewertungs – Gutschein
für eine kostenlose Bewertung Ihrer Immobilie

H&K Immobilien GmbH
Hauptstraße 11 - 85579 Neubiberg
Tel.: 089/ 21556724
www.huk-immobilien.com

Liebe Seniorinnen und Senioren,



Foto: Florian Schmidbauer

Sie alle haben viel in Ihrem Leben erlebt an Höhen und Tiefen, an guten und weniger guten Zeiten. Dass ein Virus so stark und lange in Ihr Alltagsleben, unser aller Leben, eingreifen würde, damit hat sicher niemand gerechnet.

Pläne machen ist aktuell immer noch schwierig, aber nehmen wir diese Herausforderung an! Wir alle leben inzwischen mit dem Virus und versuchen, die empfohlenen Schutzmaßnahmen konsequent umzusetzen, um eine Ansteckung zu verhindern. Denn dauerhaft isoliert leben, das wollen wir niemandem zumuten.

Ich habe viele Rückmeldungen erhalten, wie sehr man es vermisst hat, sich regelmäßig in der Begegnungsstätte zu treffen, sich auszutauschen, gemeinsam seinem Hobby nachzugehen, Freunde und Bekannte zu sehen. Mit der Aufhebung des Katastrophenfalls hat das Seniorenzentrum Schritt für Schritt wieder seinen Betrieb unter Umsetzung von speziellen Hygienekonzepten aufgenommen. Nicht mehr alle bisherigen Kursangebote sind dort auf Abstand machbar, aber Not macht erfinderisch und so können Sie zum Beispiel statt Karten neuerdings Bingo spielen.

Die Rahmenbedingungen haben sich verändert: Der Veranstaltungsraum des Hauses ist coronabedingt für maximal zwölf Personen zulässig. Jede Veranstaltung dauert maximal eine Stunde. Danach muss wieder tüchtig gelüftet werden. Die Räumlichkeit und das Zeitbudget erlaubt nicht mehr so viele Angebote parallel. Auch hier gibt es also Einschränkungen. Dennoch kann sich das neue Programm sehen lassen.

Am Dienstag, 29. September, 14 Uhr, gibt es eine Musikkabarettveranstaltung im Garten des Senio-

renzentrums mit der bayerischen Liedermacherin Edeltraud Rey.

Um den Aerosolen so gut wie möglich auszuweichen, finden mehrere Führungen im Freien statt. Zweimal haben Sie die Chance, Neubiberg besser kennenzulernen. Am Freitag, 23. Oktober, führt Heinrich Wolfensberger durch den Umweltgarten und am Freitag, 6. November, Gemeindecarchivar Christian Petrzik durch Neubiberg. Kunstfreunde, die Museumsbesuche schmerzlich vermisst haben, können am Freitag, 27. November, die neue Ausstellung „Unter freiem Himmel“ über Wassiliy Kandinski und Gabriele Münter im Lenbachhaus entdecken. Natürlich gibt es auch informative Lebenshilfe, so über das Schreiben eines Testaments, am Donnerstag, 5. November. In Coronazeiten vielleicht weniger ein Thema, das man an den Rand schiebt, denn unser aller Verletzlichkeit ist spürbar geworden und das hat ja auch seine guten Seiten. Wie Sie Unterstützung bei Umbauten für das Alter erhalten können, darüber erfahren Sie Wissenswertes am Donnerstag, 8. Oktober. Neu eingeführt werden gesellige Monatsveranstaltungen, Vorlese- und Plauderstunden sowie ein Sonntagsplausch. Auf Bewirtung müssen Sie der Sicherheit halber noch verzichten, aber nicht nur Essen und Trinken hält Leib und Seele beisammen.

Beim Seniorenbürgergespräch am Donnerstag, 19. November, 14:30 Uhr, Aula der Grundschule, freue ich mich auf Sie. Erstmals habe ich Gelegenheit, Ihnen Rede und Antwort zu stehen und bin sehr gespannt auf Ihre Fragen, Anregungen und auch auf die Probleme, die Sie in Neubiberg aktuell bewegen. Der Höhepunkt im Szeneprogramm ist auch in Coronazeiten die Seniorenweihnachtsveranstaltung am Samstag, 5. Dezember, 14 Uhr, in der Aula der Grundschule, mit dem Autor, Musiker und Geschichtenerzähler Karl-Heinz-Hummel und den Hachinger Saitenhupfern.

Und sollten Sie sich zu stark durch den Virus bedroht fühlen, um beim Veranstaltungsprogramm mitzumachen, sind Ihnen die anderen Angebote des Seniorenzentrums von Nutzen: der Einkaufsbringdienst, der Seniorenbus, der Bücherbringdienst und die soziale Beratung. Letztere kann auch telefonisch erfolgen. Die Gemeinde Neubiberg unterstützt Ihre älteren Bürgerinnen und Bürger auch in Coronazeiten nach Kräften. Bleiben Sie gesund und zuversichtlich und kommen Sie gut durch diese „ver-rückte“ Zeit!



Thomas Pardeller, Erster Bürgermeister

Inhaltsverzeichnis

Was es zu sagen gibt ...	6
Veranstaltungen	16
Veranstaltungsübersicht	41
Übersicht aller Veranstaltungsorte	48
Ihre Notizen	77
Anmeldeinfos	80
Angebote	82
Impressum	86

Was es zu sagen gibt ...

Leben mit dem Coronavirus – Gesundheit hat viele Aspekte

*„Ich nehme es an, so wie es ist, nehme ich es an
und lasse los, was ich gedacht,
wie es sein sollte und was ich wollte.“*

Diese Zeilen der Liedermacherin Iria Schärer habe ich in letzter Zeit, seit dieser Virus unsere Gesundheit bedroht und damit weltweit eine gesellschaftsverändernde Rolle spielt, oft gesungen. Wenn ich merke, dass ich mich gegen die neue Wirklichkeit zur Wehr setzen möchte, hilft mir das Lied loszulassen und mich mit den neuen Gegebenheiten anzufreunden. Dann öffne ich mich für das, was trotzdem möglich ist und mir und meinen Nächsten guttut. Denn der Virus ist in der Welt und wir haben mit ihm zu leben.

Nach dem Katastrophenfall – der „Lockdown“ war in aller Munde – hat das Seniorenzentrum wieder sukzessive geöffnet. An unserer neuen Klingel kommt niemand vorbei. Aber sehen Sie es positiv: so werden Sie garantiert persönlich begrüßt.

Und auch wenn Außenstehende es nicht mitbekamen, wir waren während der verordneten Schließung aktiv: Organisierten etwa einen Einkaufsbringdienst für besonders gefährdete Senior*innen; hielten den Kontakt zu unseren Besucher*innen mittels regelmäßiger Telefonanrufe; erstellten vielfach zu überarbeitende Hygienekonzepte für eine Wiedereröffnung; organisierten die Wiederaufnahme des Mobilien Sozialen

Hilfsdienstes. So fährt der Seniorenbus wieder und auch der Bücherbringdienst ist in Aktion. Wir öffneten für soziale Beratungen, dann schrittweise für Kurse, bei denen die geforderte Abstandsregelung umzusetzen ist. Wie gut, dass wir unseren schönen großen Garten haben, in dem sich die gefährlichen Aerosole schnell verflüchtigen. So nutzen die Kursteilnehmer*innen oft die Möglichkeit, im Freien zu sein.

Die letzten Monate haben uns gezeigt, dass Gesundheit viele Aspekte hat. Seelisch gesund bleiben wir nur, wenn wir ein gewisses Maß an zufriedenstellenden Sozialkontakten haben. Menschen können nicht dauerhaft isoliert, eingegelt leben. Wenn wir das soziale Leben erhalten wollen, fordert der Virus von uns umsichtiges, hygienebewusstes Verhalten. Respektvoller Abstand zueinander ist nötig.

Die neue Kleiderordnung, der Mund-Nasenschutz, ist gewöhnungsbedürftig und verändert unseren Anblick. Lästig ist das oft. Aber sind etwa hochhackige Schuhe oder Krawatten nicht auch lästig und unbequem und doch ziehen wir sie an, wenn der Anlass geboten ist. Wenn die Einhaltung einer Corona-Etiquette hilfreich ist bei der Eindämmung der Krankheit, sollte es für uns alle ein Ansporn sein, sich diese dauerhaft anzueignen.

Das Team des Seniorenzentrums freut sich sehr, dass wir Ihnen zusätzlich zu den bereits aufgenommenen Angeboten wieder eine Menge weiterer realer sozialer Kontakte und Freizeitaktivitäten ermöglichen können. Denn wir alle brauchen das Gefühl, eingebunden zu sein in eine Gemeinschaft. Wir verstehen uns als eine Begegnungs-

stätte, eine sinnvolle und bedeutsame Einrichtung für die ältere Generation. Und wenn Sie dazu bei jedem Besuch ein Formular ausfüllen müssen, ist das zwar lästig, aber notwendig, für Ihre und unser aller Sicherheit. Denn sollte jemand am Coronavirus erkranken, können wir nachverfolgen, welche Kontaktpersonen es gab.

Leider ist Fakt, dass ältere Menschen besonders von dem Virus bedroht sind. Doch niemand soll sich ängstigen. Sie wissen doch: „Leben ist immer lebensgefährlich!“ Wir lernen mit dem neuen Virus zu leben und stellen uns so gut wie möglich darauf ein. Neue wissenschaftliche Erkenntnisse werden uns dabei in Zukunft helfen.

Bitte, liebe Seniorinnen und Senioren, lesen und beherzigen Sie unsere jeweiligen Hygienekonzepte, die wir laufend überarbeiten. Sie werden für Ihre, unser aller Gesunderhaltung erstellt.

Hygieneschutzmaßnahmen Seniorenzentrum Neubiberg, Stand 03.09.2020

Ihr Wohlbefinden und Ihre Sicherheit liegt uns am Herzen, daher gelten für Ihren Aufenthalt in unserem Haus folgende Sicherheits- und Hygienevorschriften:

Bitte lesen Sie diese Regeln sorgfältig und beachten Sie diese!

Ankommen/Verlassen des Seniorenzentrums

Bitte betreten Sie das Seniorenzentrum nicht, wenn Sie selbst erkrankt sind. Gehören Mitbewohner in Ihrem häuslichen Umfeld einer Risikogruppe an, wägen Sie bitte sorgfältig ab, ob Sie an einer Veranstaltung teilnehmen möchten.

Wir haben eine Klingel (Aufschrift „Szene“) installiert und öffnen Ihnen die Eingangstür.

Verlassen Sie das Seniorenzentrum bitte über die Terrassentür. Aufgrund fehlender Barrierefreiheit öffnen wir Rollator- und Rollstuhlfahrer*innen zum Verlassen des Gebäudes die Eingangstüre.

Ausfüllen einer gesetzlich vorgeschriebenen Covid-19-Selbstauskunft

Jeder Veranstaltungs-/Kursteilnehmer/Besucher hat ein Covid-19-Selbstauskunftsformular auszufüllen. Wir bewahren diese Formulare vier Wochen lang auf und vernichten diese dann.

Mund-Nasen-Schutz

Beim Ankommen und Verlassen des Seniorenzentrums ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen. Sobald Sie ihren Sitzplatz eingenommen haben, dürfen Sie ihre Maske abnehmen. Wenn Sie jedoch ihren Sitzplatz verlassen, z.B. zum Aufsuchen der Toilette, müssen Sie diese wieder aufsetzen.

Hände desinfizieren

Bitte desinfizieren Sie Ihre Hände vor dem Eintritt in den Veranstaltungsraum. Ein automatischer Desinfektionsmittelspender ist rechts neben der Tür angebracht.

Getränke, Verpflegung und Schreibgeräte mitbringen

Getränke und Verpflegung sind selbst mitzubringen. Es erfolgt keine Bewirtung durch das Seniorenzentrum. Essen und Getränke dürfen am Platz eingenommen werden. Schreibgeräte bitte selbst mitbringen. Hinweis: Die Tische werden regelmäßig desinfiziert.

Raum lüften

Wann immer das Wetter es zulässt, wird die Terrassentür offen gelassen. Der Veranstaltungsraum wird vor und nach jeder Veranstaltung ausreichend belüftet.

Abstand wahren/ Maximale Raumbellegung

Im Raum und auch im Garten ist ein Abstand von 1,5 m zu gewährleisten. Die Stühle sind bereits so an den Tischen aufgestellt. Die maximale Raumbellegung beträgt aktuell zwölf Personen.

Veranstaltungsdauer und Aufsichtspflicht der Referenten/Kursleiter*innen

Aktuell dauert jede Veranstaltung maximal eine Stunde. Bitte halten Sie sich an die Anweisungen der Referenten/Kursleiter*innen. Diese verpflichten sich auf die Einhaltung der Hygieneschutzmaßnahmen zu achten.

Wichtiger Hinweis: Nur noch mit Anmeldung

Zu allen Veranstaltungen müssen Sie sich ab sofort telefonisch anmelden. In unserem Haus ist die maximale Teilnehmerzahl zwölf Personen inklusive Kursleitung. Wegen der zu erstellenden Sitzordnungen bei Veranstaltungen in der Aula der Grundschule oder im Haus für Weiterbildung benötigen wir immer rechtzeitig vor der Veranstaltung eine Teilnehmerliste. Personen aus einem Haushalt dürfen nebeneinandersitzen. Bei allen anderen Teilnehmern gilt der gesetzlich vorgeschriebene Abstand von 1,5 m. Auch bei regelmäßig stattfindenden Kursangeboten benötigen wir eine vorhe-

rige Anmeldung, damit die Höchstteilnehmerzahl nicht überschritten wird.

Vielen Dank für Ihr Verständnis, Ihre Mithilfe und Unterstützung. Bleiben Sie gesund und lebenszugewandt! Und viel Vergnügen mit dem neuen Programm. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen!

Renate Krier für das Team des Seniorenzentrums

Coronapost von Jung für Alt

Während des Lockdowns haben Schülerinnen und Schüler der 5. und 11. Jahrgangsstufe des Gymnasiums Neubiberg Ihnen zur Aufmunterung Briefe geschrieben und gestaltet. Wir veröffentlichen einige davon im Heft (auf den Seiten 12–15, 28–29, 58–61 und 78–79). Freuen Sie sich über diese wunderbaren Briefe. Jung und Alt halten zusammen. Alles wird gut!

ALLES WIRD GUT

Corid 19 ist am Start,
obwohl ihn wirklich keiner mag.
Bei allen gilt Kontaktverbot,
die Risikogruppen sind in Not.

BLEIBT
GESUND

Ich radelte am Wegesrand,
bis ich ein ruhiges Fleckchen fand,
so fuhr ich dort, wo niemand war,
trotz Corona wunderbar.

BLEIBT
FIT

Keiner ist an all dem Schuld,
wir brauchen noch ein bisschen Geduld.
Jeder muss das überstehen,
dann können wir uns wieder sehen.

BLEIBT
ZUHAUSE

Bleibt fit und gesund,
geht ne' Runde mit dem Hund.
Abstand halten wir gewiss,
weil es unser aller Leber ist.

Vor kurzem hat jeder noch gelacht,
doch das ist nicht zum Spaß gedacht.
Wir brauchen noch ein bisschen Mut,
dann dann wird alles wieder gut.

Die Corona-Zeit, die ist nicht leicht
Ein Besuch hätte doch gereicht
Man ist ganz einsam und allein
Man sieht mit seinen Kindern nicht den Abendschein

Man will das es aufhört, man will wieder raus
Man will endlich wieder mit Freunden aus dem Haus
Man zu seinen Kindern, man will die Enkel sehen
Man will nicht nur warten und am Fenster stehen

Die Enkelkinder werden sich freuen
Denn die Enkelkinder trauern
Wenn die Zeit vorüber ist
Sehen sie wie fröhlich du bist

Wir wissen die Krise hat ein Ende
Wir wissen die Krise hat bald die Wende
Wir werden die Krise überstehen
Und werden mit Anderen ein Eis essen gehen

Jeanne-Ardenne, Gymnasium Neubiberg, 5b



**Die schwierigste Zeit in unserem Leben ist die beste
Gelegenheit, innere Stärke zu entwickeln.**

~ Dalai-Lama

Krisen sind Angebote des Lebens, sich zu wandeln.
Man braucht noch gar nicht zu wissen, was neu werden soll. Man muss nur bereit und zuversichtlich sein.

~ Luise Rinser



Auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, kann
man Schönes bauen.

~ Johann Wolfgang von Goethe

Es gibt Berge, über die man hinüber muss, sonst geht der Weg nicht weiter.

~ Ludwig Thoma



Veranstaltungen

Anmeldebeginn für die Szene

Für die Veranstaltungen, die bis zum 23. September stattfinden, haben wir über Pressemitteilungen rechtzeitig auf die Anmeldefristen hingewiesen.

Anmeldungen für alle anderen Veranstaltungen ab Dienstag, 22. September, 9 Uhr,
Telefon 089/600 12 - 856

Zusätzlich gibt es persönliche Anmeldevormittage

Dienstag, 22. September,
Mittwoch, 30. September,
Dienstag, 3. November,
Dienstag, 1. Dezember, jeweils von 9 bis 12 Uhr.

Vortrag

Demenz und Alzheimer



Haben Sie wieder den Schlüssel verlegt oder vergessen, was Sie einkaufen wollten?

Sie fragen sich manchmal: „Wie hieß die nette Dame nochmal, mit der ich kürzlich gesprochen habe? Ist das etwa schon Alzheimer? Gerade mit zunehmendem Alter steigt die Sorge darüber, ob sich eine Demenz entwickeln könnte. Im Vortrag von Iris Gorke von der Alzheimer Gesellschaft München wird erläutert, was Demenz bedeutet und welche Auswirkungen die Erkrankung auf die Betroffenen und die Angehörigen hat. Was sind Risikofaktoren und wie kann man Alzheimer und

anderen dementiellen Erkrankungen vorbeugen? Welche Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Wo kann ich mir Hilfe und Unterstützung holen? Ihre Fragen werden gerne beantwortet und Sie haben die Möglichkeit, ein persönliches Beratungsgespräch mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Alzheimer Gesellschaft München zu vereinbaren. Eine Veranstaltung der Alzheimer Gesellschaft München in Kooperation mit dem Seniorenzentrum.

Freitag, 18. September, 14 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei, Spenden erbeten

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Mittwoch,
16. September, Telefon 089/600 12 - 856**

Lesen Sie gerne?

Wir liefern Ihnen den Lesestoff aus der Gemeindebibliothek kostenfrei nach Hause. Das mühsame Schleppen der Bücher können Sie sich sparen. Die Auswahl der Medien orientiert sich an Ihren Wünschen. Rufen Sie uns, Telefon 089/600 12-856 oder die Gemeindebibliothek, Telefon 089/600 12 - 70, an.

Sport und Bewegung

Tischtennis

Regelmäßig

In dieser Gruppe spielen Damen und Herren zwischen 60 und 90 Jahren. Es macht Freude, ohne Zwang nach Punkten und Klassen einfach mitzuspielen und Spaß an der Platte zu haben. Dazu kommen neben den „runden“ Geburtstagsfeiern die großen Feste im Sommer und in der Weihnachtszeit. Mal sehen, ob und wie Letzteres in Coronazeiten machbar sein wird.

Informieren Sie sich bei Freddy Matthäus (Telefon 089/660 08 - 422) oder Renate Widmann (Telefon 089/601 74 - 59). Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

Montags, ab 21. September, 9 Uhr und freitags, 9 Uhr

Sportzentrum, Mehrzweckhalle

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bei Freddy Matthäus,
Telefon 089/660 08 - 422**

15 Euro/7,50 Euro mit S-Pass (pro Quartal)

**Unser Seniorenbus fährt Sie montags,
dienstags und donnerstags.**

Anmeldung unter 089/600 12 - 856

Denksport

Gedächtnstraining mit Monika Kaczensky

Regelmäßig

Der Kurs ist ein Angebot für alle, die geistig fit bleiben möchten und gerne in Gemeinschaft „trainieren“. Die Leitung hat Monika Kaczensky, die immer wieder neue Übungen und Aufgaben aussucht, damit es nie langweilig wird. Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

Foto: Renate Krier



Montags, ab 21. September, 10:15 bis 11:15 Uhr

Seniorenzentrum

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung jeweils bis Freitag,
Telefon 089/600 12 - 856**

3 Euro pro Termin

Spielstunde

Bingo

Regelmäßig

In diesen abstandssuchenden Zeiten ist das beliebte Kartenspielen mit mehreren Leuten an einem Tisch nicht möglich. Aber es gibt glücklicherweise Spiele, die man gemeinsam und trotzdem mit gebührendem Abstand spielen kann. Daher wollen wir mit Ihnen Bingo spielen. Es ist ein Glücksspiel, das in allen fünf Erdteilen gespielt wird und sich großer Beliebtheit erfreut.



Foto: Renate Krier

Vor jeder Runde wird an jeden Spieler ein Bingo-Abschnitt ausgeteilt. Auf dem Abschnitt sind drei Zahlenreihen mit jeweils fünf unterschiedlichen Zahlen. Der Spielleiter gibt 90 Kugeln in den Bingokäfig und legt das Kontrollbrett vor sich ab. Die Kugeln werden gemischt und eine Kugel gezogen. Der Spielleiter nimmt die Kugel und ruft den Mitspielern die Zahl laut und deutlich zu und legt die Kugel auf der entsprechenden Zahl auf dem Kontrollbrett ab. Sobald die Spieler bereit sind, nennt der Spielleiter die nächste Zahl. Die Aufgabe jedes Spielers ist es, eine der drei Reihen, also alle fünf Zahlen, mit dem vom Spielleiter angesagten Zahlen anzukreuzen. Die Zahl wird erst dann angekreuzt, wenn diese vom Spielleiter ausgerufen wurde. Sobald einer der Spieler fünf Zahlen in einer Reihe angekreuzt hat, ruft er für alle Spieler deutlich hörbar „Bingo“. Der Spielleiter überprüft das Bingo anhand der bereits gezogenen Kugeln auf dem Kontrollbrett. Bei Übereinstimmung hat der Spieler diese Runde gewonnen. Ein Bingo, bei dem eine Zahl falsch angekreuzt wurde, ist ungültig und der Spieler scheidet

für diese Runde aus. Sollten zwei oder mehr Spieler zur gleichen Zeit Bingo haben, entscheidet, wer zuerst „Bingo“ rief. Als Spielleiterin haben wir Schafkopfspilerin Hermine Müller gewonnen. Bitte melden Sie sich bis Freitag telefonisch unter 089/600 12 - 856 an. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Montag, 21. September, 5./26. Oktober, 16. November, 7. Dezember
14 bis 15 Uhr
Seniorenzentrum
Kostenfrei
Begrenzte Teilnehmerzahl
Nur mit Anmeldung bis jeweils freitags, Telefon 089/600 12 - 856

Montag, 21. September, 5./26. Oktober, 16. November, 7. Dezember

14 bis 15 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

Nur mit Anmeldung bis jeweils freitags, Telefon 089/600 12 - 856

Persönliche Anmeldung

Anmeldevormittag im September

Wegen Corona sind wir aktuell leider kein offenes Haus. Damit Sie sich auch persönlich anmelden können, öffnen wir einmal im Monat unsere Tür und das Verwaltungsbüro und nehmen Ihre Anmeldewünsche entgegen. Bitte beach-

Foto: Renate Krier



Corona bringt Sie zur Verzweiflung?

Ziehen Sie die Notbremse. Rufen Sie uns an!

ten Sie bei Ihrem Besuch unsere Hygienemaßnahmen und die Abstandsregelung für Ihre Sicherheit (Seite 8). Wir freuen uns sehr auf den persönlichen Kontakt mit Ihnen.

Dienstag, 22. September, 9 bis 12 Uhr

Seniorenzentrum

Bitte Klingel (Szene) benutzen!

Kreatives Töpfern

Regelmäßig



Foto: Renate Krieger

Gemeinsam töpfeln, etwas Eigenes entstehen lassen, dabei miteinander plaudern. So macht das Kreativsein doppelt Spaß. Wer Freude am schöpferischen Gestalten hat, ist herzlich willkommen.

Sie können nicht selber einkaufen?

Unser kostenfreier Einkaufsbringdienst in Kooperation mit Edeka Hertscheck hilft. Rufen Sie uns an. Telefon 089/600 12 - 856.

Der Arztbesuch ist beschwerlich?

Dann nutzen Sie unseren Seniorenbus!
Telefon: 089/600 12- 856.

Jede Teilnehmerin erhält ein desinfiziertes Arbeitsbrett plus Werkzeug ausgeliehen und bringt es zu den Töpferterminen mit. Glasier- und Brenntermine nach Absprache.

Da wir coronabedingt keine Bewirtung durchführen, bitte bei Bedarf eigenes Getränk und Geschirr mitbringen. Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

**Dienstags, 22. September, 13./27. Oktober,
10./24. November, 8./22. Dezember**

14 bis 15 Uhr

Seniorenzentrum

**2,50 Euro pro Termin
(zuzüglich Material/Strom für Brennofen)**

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis montags,
Telefon 089/600 12 – 856**

Kreativität

Autobiografisches Schreiben

Was könnte interessanter sein als unser eigenes Leben? Viele Geschichten aus Kindheit, Jugend und Erwachsenenalter warten darauf, erinnert und niedergeschrieben zu werden, zu unserer eigenen Freude und als Zeitzeugnis für die nächsten Generationen.

Greta Röslermaier unterstützt Sie beim biografischen Schreiben und gibt Anstöße, wie man schrei-

bend Zugang zu sich selbst findet. Probieren Sie es aus! Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Mittwoch, 23. September, 10 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei, Spenden erbeten

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Montag, 21. September,
Telefon, 089/600 12 - 856**

Denksport

Gedächtnistraining mit Edgar Grunitz

Regelmäßig

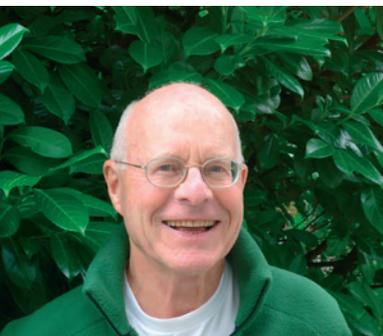


Foto: Renate Krier

Mitten in der Woche spielerisch das Gedächtnis trainieren können Sie mit Edgar Grunitz. Probieren Sie es aus! Die Übungen sind vielfältig und machen Spaß. Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

**Wöchentlich mittwochs, ab 23. September,
15 bis 16 Uhr**

Seniorenzentrum

3 Euro pro Termin

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis montags,
Telefon, 089/600 12 - 856**

Sprachkurs

Französisch-Konversation

Regelmäßig

Wer über gute Grundkenntnisse der französischen Sprache verfügt und Spaß am Französischsprechen in der Gruppe hat, ist in dieser Gesprächsrunde genau richtig. Die Teilnehmer*innen sind abgeschlossen und besprechen die unterschiedlichsten Themen. Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

Wöchentlich donnerstags, ab 24. September

10:45 Uhr bis 11:45 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis jeweils dienstags,
Telefon 089/600 12 - 856**

Geselligkeit

Vorlese- und Plauderstunde

Regelmäßig

Unterschiedliche Freiwillige präsentieren Ihnen spannende, lustige und in jedem Fall unterhaltsame Geschichten! Lehnen Sie sich zurück und hören Sie genüsslich zu. Doch es wird nicht nur zugehört. Natürlich ist auch Zeit für das Gespräch miteinander. Da wir coronabedingt keine Bewirtung durchfüh-

Foto: Seniorenzentrum



ren, bitte eigenes Getränk und Geschirr mitbringen. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

**Donnerstag, 24. September, 22. Oktober,
26. November, 17. Dezember**

15 bis 16 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei, Spenden erbeten

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Montag,
Telefon, 089/600 12 - 856**

Sport

Tischtennis

Siehe Seite 18.

Regelmäßig

Wöchentlich freitags, ab 25. September

9 bis 10 Uhr

Sportzentrum, Mehrzweckhalle

15 Euro/7,50 Euro mit S-Pass (pro Quartal)

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bei Freddy Matthäus,
Telefon 089/660 08 - 422**

Kreatives

Malgruppe

Dass die Malgruppe des Seniorenzentrums sehr aktiv und kreativ ist, kann man als Schaufensterbummler feststellen. In unserem Schaufenster werden viele Kunstwerke regelmäßig ausgestellt und immer wieder auch verkauft. Die Malfreunde werden von Uta Simmerl-Schmid und Reingard Sepp betreut. Der gegenseitige Austausch und die gegenseitige Anregung spielen eine besondere Rolle. Hier haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Materialien und Techniken kennen zu lernen. Material bitte selbst mitbringen. Wegen Corona wird streng auf die Einhaltung dieser Vorgabe geachtet. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Foto: Renate Krieger



Regelmäßig

Freitags, ab 25. September

10 bis 11 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

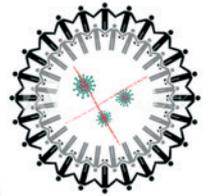
**Nur mit Anmeldung bis jeweils mittwochs,
Telefon 089/600 12 - 856**

Mein schönstes Erlebnis mit meinem Großvater Halp. Ich Alp-Cermal. Ich gehe in die 5. Klasse. Ich bedauere diese Lage sehr. Ich hoffe das ihr gesund seid und weiter so bleibt. Ich habe lange nachgedacht, was ich euch erzählen kann, da ist mir die Geschichte mit meinem Opa eingefallen. Eigentlich wollte meine Familie in den Osterferien zu meinem Opa nach Nordrheinwestfalen fahren aber wir durften leider nicht mehr auf Grund der Corona- Pandemie hin fahren. Zum Glück hab ich noch wertvolle Erinnerungen, wie z.B. das Schwimmen, das spazieren gehen usw mit meinen Großeltern. Mein Opa hat auch ein sehr schwaches Immunsystem. Niemand darf ihn mehr besuchen kommen und er darf auch nicht mehr raus. Mein schönstes Erlebnis war, dass wir zusammen im Urlaub waren und sehr viel unternommen haben. Wir sind den ganzen Tag geschwommen. Wir haben Höhlen besucht. Das hat richtig Spaß gemacht. Ich vermisse ihn sehr. Wir halten stets die Regeln ein damit alle gesund bleiben. Unsere Ethiklehrerin hatte diese schöne Idee ihnen in Form eines Briefes ein Gedicht, eine Erzählung oder ein Text mit einem Foto schreiben zu lassen. Ich habe noch ein Bild für euch gemalt.

COVID-19: EINE WEITERE PHASE DES LEBENS

BEDENKE STETS, DASS ALLES
VERGÄNGLICH IST, DANN
WIRST DU [...] IM LEID NICHT
ZU TRAUIG SEIN.

Sokrates



DIE MITTE DER NACHT IST DER ANFANG DES TAGES

Dionysos

Gemeinsam sind wir stark



DAS LEBEN BESTEHT IN DER BEWEGUNG

Aristoteles

ALLES GESCHAFFENE IST

VERGÄNGLICH

Buddha

Lieben bedeutet Hoffnungen
schenken.

DREI DINGE HELFEN DIE MÜHSAMKEITEN DES LEBENS
ZU TRAGEN: DIE HOFFNUNG, DER SCHLAF UND DAS

LACHEN

Kant



Wir sind für euch da!

Geselligkeit

Singstunde mit Ingrid Sepp

Regelmäßig



Foto: Renate Krieger

Inzwischen darf auch wieder mit viel Abstand und maximal eine Stunde lang miteinander gesungen werden. Wer gerne fröhliche Lieder anstimmt, ist dabei im Singkreis unter der Leitung von Ingrid Sepp

gut aufgehoben. Ingrid Sepp greift auf ein großes Repertoire zurück und begleitet Sie mit dem Akkordeon. Wer Freude am Singen klassischer deutscher Volkslieder hat, aber auch typische bayerische und alpenländische Lieder kennenlernen möchte, ist in dieser Runde genau richtig.

Bitte beachten Sie, dass es coronabedingt nur begrenzte Teilnehmerzahlen gibt und eine Voranmeldung unbedingt erforderlich ist. Bringen Sie die Teilnehmergebühr bitte passend mit! Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

**Freitag, 25. September im SenZ,
30. Oktober im HfW, Große Saal
27. November (Ort noch unklar),
18. Dezember im HfW**

16 bis 17 Uhr

3 Euro/2 Euro mit S-Pass pro Termin

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis jeweils mittwochs,
Telefon 089/600 12 - 856**

Musik-Kabarett im Garten des Seniorenzentrums

Edeltraud Rey

Wie stärkt man das Immunsystem älterer Menschen am besten? Musik tut immer gut und Lachen ist bekanntermaßen die beste Medizin. Daher präsentiert das Seniorenzentrum seinen Gästen zur „Wieszeit“ Lustiges und musikalisch Unterhaltsames mit der bayerischen Liedermacherin und Musik-Kabarettistin Edeltraud Rey.

Foto: Edeltraud Rey



Jeder findet sich in mindestens einem ihrer Lieder wieder. Sie steht mit dem Publikum sofort im Dialog, lässt Spontaneität zu und arbeitet bevorzugt damit.

Gerne „spielt“ sie mit alten – oft schon nicht mehr überall gebräuchlichen – bayerischen Ausdrücken, die den – der bayerischen Sprache nicht mächtigen – Zuhörer in Staunen versetzen, während sich der Bayer köstlich amüsiert. Mittels eigens kreierter „Übersetzungsblätter“ und dem ihr eigenem bayerischen Charme weiß sie sich jedoch überall verständlich zu machen.

Edeltraud Rey erhielt 2016 den Mundwerkpreis des Fördervereins Bairische Sprache und Dialekte e.V. - Landschaftsverband zwischen Isar und Inn e.V..

Aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl ist eine Anmeldung bis Freitag, 25. September, Telefon 089/600 12 - 856 nötig. Die Veranstaltung findet

im Garten des Seniorenzentrums statt. Bei Regenwetter verschiebt sich der Termin auf Dienstag, 6. Oktober. Am Montag, 28. September, ab Mittag wird eine Terminverschiebung im Schaufenster des Seniorenzentrums und auf der Website der Gemeinde, www.neubiberg.de, mitgeteilt.

Bitte bringen Sie ein eigenes Sitzkissen mit und ziehen Sie sich warm genug an! Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

Dienstag, 29. September, 14 Uhr

**Ersatztermin bei Schlechtwetter,
Dienstag, 6. Oktober**

Garten des Seniorenzentrums,

Kostenfrei, Spenden für die Künstlerin erbeten

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bis Freitag, 25. September,
Telefon 089/600 12 - 856**

Mittagstisch sucht weitere Helfer!

Bekochen und verwöhnen Sie gerne andere Menschen? Wir suchen weitere Freiwillige, die beim Mittagstisch mithelfen wollen. Wie wäre es, wenn Sie einmal im Monat für eine Gruppe von Senioren kochen oder dabei unterstützen? Wenn Sie es ausprobieren möchten, sprechen Sie uns an!

Persönliche Anmeldung

Anmeldevormittag für Oktober

Wegen Corona sind wir aktuell leider kein offenes Haus. Damit Sie sich auch persönlich anmelden können, öffnen wir einmal im Monat unsere Tür und das Verwaltungsbüro und nehmen Ihre Anmeldewünsche entgegen. Bitte beachten Sie bei Ihrem Besuch unsere Hygienemaßnahmen und die Abstandsregelung für Ihre Sicherheit (Seite 8). Wir freuen uns sehr auf den persönlichen Kontakt mit Ihnen.

Mittwoch, 30. September, 9 bis 12 Uhr

Seniorenzentrum

Bitte Klingel (Szene) benutzen! Wir öffnen Ihnen!

Informatives und Geselliges

Der goldene Oktober

„Bunt sind schon die Wälder, gelb die Stoppelfelder, und der Herbst beginnt.“ Das Jahr hat seinen Höhepunkt erreicht, die Ernte ist eingebracht, Grund

Foto: Renate Krier



zum Feiern, zum Erntedank, zum Fröhlichsein und zur gemeinsamen Besinnung und Einstimmung auf den goldenen Oktober. Wir treffen uns in fröhlicher Runde, erfahren viel über den Monat Oktober und tauschen uns aus über unsere Erfahrungen

mit dieser Zeitqualität. Bitte bringen Sie Ihr Getränk und Ihr Geschirr selber mit. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Donnerstag, 1. Oktober, 15 bis 16 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Dienstag,
29. September, Telefon 089/600 12 - 856**

Führung im Freien

Verborgenes München mit Bärbel Steinbigler



Foto: Bärbel Steinbigler

Wissen Sie, warum der Odeonsplatz Odeonsplatz heißt? Oder was es mit der Prinzregententorte auf sich hat, die lediglich acht Scheiben hat? Oder was am Jungfernturm geschieht? Eine Mundartführung durch die Münchner Altstadt ist informativ und erlebnisreich. Wir spazieren, angeführt von Bärbel

Steinbigler, durch die Münchner Innenstadt und lassen uns Überraschendes und Verborgenes zeigen und davon erzählen.

Bärbel Steinbigler ist bekannt als Mitglied der Naglmusi, Musiklehrerin und Stadtführerin. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Freitag, 2. Oktober,

9:51 Uhr Abfahrt S-Bahnhof Neubiberg

10 Euro/8 Euro mit S-Pass (ohne MVV)

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Mittwoch,
30. September, Telefon 089/600 12 - 856**

Sport

Nordic Walking

Regelmäßig

Nordic Walking in einer Gruppe Gleichgesinnter rund um den Landschaftspark: Das morgendliche Fitnessprogramm für Sportliche, die den Kreislauf und die Muskeln in Schwung bringen wollen.

Da die Gruppe zügig unterwegs ist, wackt sie eine Strecke von 5,3 km in etwa einer Stunde.

Sportliche Voraussetzung: Sie sollten schon einmal einen Kurs oder eine Schulung in Nordic Walking besucht haben und neben den passenden Stöcken Übung in der Nordic-Walking-Technik und

Zuhörer*innen gesucht

Wir suchen vertrauenswürdige Personen, die alleinlebenden Senior*innen einmal wöchentlich Ihr Ohr schenken.

etwas Erfahrung und Kondition mitbringen. Dann kann hier beides zusammenkommen: Sport und nette Gesellschaft. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

**Dienstags, 6./20. Oktober, 3./17. November,
1./15. Dezember**

10 Uhr

Treffpunkt bitte im Seniorenzentrum erfragen

Kostenfrei

**Nur mit Anmeldung jeweils bis freitags,
Telefon 089/600 12 - 856**

Geselligkeit

Mittagstisch in Unterbiberg

Regelmäßig



Foto: Renate Krieger

Mit Unterstützung der Pfarrei St. Georg und auf Grundlage eines Hygienekonzeptes für das Kochen im Pfarrheim St. Georg starten wir wieder mit dem beliebten Mittagstisch für Seniorinnen und Senio-

ren. Serviert wird zwecks Einhaltung der erforderlichen Abstände im Großen Saal der Pfarrei. In der Regel kocht Ursula Thiering und serviert mit tatkräftiger Hilfe von Hannelore Reich, Traudl Müller, Rudolf Groß und Gandolfo Silvestri und anderen

Helfer*innen alle zwei Wochen ein wohlschmeckendes Mittagessen. Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

**Mittwochs, 7./21. Oktober, 4./25. November,
2./16. Dezember**

12 Uhr

**Pfarrheim St. Georg Unterbiberg, Marktplatz 1,
85579 Unterbiberg**

6 Euro pro Termin

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung jeweils bis Montagmittag,
Telefon 089/600 12 - 856**

Hinweis auf Austausch

**Seniorenzentrumsbeirat und Erster
Bürgermeister Thomas Pardeller im
Gespräch**

Ein zweites Treffen zwischen dem Ersten Bürgermeister von Neubiberg, Thomas Pardeller, mit dem Seniorenzentrumsbeirat findet im Oktober statt. Je besser der Rathauschef die Anliegen der Seniorinnen und Senioren kennt, desto mehr Unterstützung erhofft sich der Beirat von Seiten der Gemeinde für die ältere Generation. Vor allem in Coronazeiten, wo die Gelder knapp sind, ist es wichtig, dass die Teilhabe der älteren Generation am öffentlichen Leben weiter gefördert und unter-

stützt wird. Beirat und Bürgermeister sind jedenfalls turnusmäßig im Gespräch.

Mittwoch, 7. Oktober, 17 Uhr

Seniorenzentrum

Nichtöffentliche Veranstaltung

Vortrag

Wohnen im Alter



„Daheim wohnen bleiben!“ ist das Motto des Kompetenzzentrums Barrierefreies Wohnen. Doch wie kann das gelingen? Wie kann die Wohnung barrierefrei gestaltet werden? Welche Möglichkeiten der Wohnungsumgestaltung gibt es? Wie kann die Wohnungsanpassung finanziert werden? Diese und andere Fragen werden am Donnerstag, 8. Oktober, im Seniorenzentrum beantwortet. Architektin Karoline Altweck erläutert, welche Wohnungsanpassungen möglich sind. Eine Veranstaltung der Stadteitarbeit e.V. – Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen in Kooperation mit dem Seniorenzentrum.

Donnerstag, 8. Oktober, 14 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bis Montag, 5. Oktober,
Telefon 089/600 12 - 856**

Sport und Bewegung

Volkstanz

Regelmäßig

Die Volkstanzgruppe tanzt bayerische und internationale Tänze und probt gemeinsam die jeweiligen Schrittfolgen und Figuren. Alle Tänze sind auch für Anfänger leicht erlernbar.

Wegen Corona darf vorerst nur auf Abstand getanzt werden. Daher werden ab jetzt kontaktlose Tänze getanzt. Max Köstler hat einen Fundus von passenden Tänzen und wird sie anleiten. Veranstalter ist das Seniorenzentrum.

Wöchentlich freitags, ab 9. Oktober, 15 Uhr

Haus für Weiterbildung, Gesundheitsraum

Vierteljährlich 7,50 Euro

Zahlbar im Kurs

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung jeweils bis mittwochs,
Telefon 089/600 12 - 856**

Gemeinsam singen

Singend in den Tag starten

Singen macht glücklich und gesund. Kerstin Bopp von der Musikschule Neubiberg singt mit Ihnen zusammen in entspannter Atmosphäre beliebte deutsche

Foto: Musikschule Unterhaching



Schlager und Volkslieder. Jeder, egal ob Mann oder Frau, kann mitsingen. Selbst wenn Sie schon jahrelang nicht mehr gesungen haben, sind Sie willkommen. Wir singen stressfrei, denn es geht um die pure Freude am gemeinsamen Singen, nicht ums „schön Singen“. Probieren Sie es aus, denn wer sprechen kann, kann auch singen! Eine Veranstaltung der Musikschule Neubiberg und des Seniorenzentrums.

Dienstag, 13. Oktober, 9:30 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei, Spenden erbeten

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bis eine Woche vorher,
Telefon 089/600 12 - 856**

Kinonachmittag

Film ab



Foto: Sendlinger Tor Kino

Seniorenzentrumsbeirätin Kristine Löw organisiert und begleitet wieder den Kinonachmittag für die ältere Generation. Sie bietet Ihnen die Möglichkeit, einen aktuellen Film in einem der schönen Münchner Kinos oder im Umland anzuschauen. Am Donnerstag vor dem Veranstaltungstermin wird festgelegt, welcher Film zu welcher Uhrzeit angeschaut wird.

Regelmäßig

✂️ Veranstaltungsübersicht

September

Fr. 18.09. 14:00 Vortrag: Demenz und Alzheimer

Mo.21.09. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

14:00 Bingo

Di. 22.09. 9:00 Anmeldevormittag

14:00 Töpfern

Mi. 23.09. 10:00 Autobiografisches Schreiben

15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Do.24.09. 10:45 Französisch-Konversation

15:00 Vorlese- und Plauderstunde

Fr. 25.09. 9:00 Tischtennis

10:00 Malgruppe

16:00 Singstunde im SenZ

Mo. 28.09. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

**Di. 29.09. 14:00 Musikkabarett mit Edeltraut Rey
im Garten des SenZ**

Mi. 30.09. 9:00 Anmeldevormittag

15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Oktober

Do. 01.10. 10:45 Französisch-Konversation

15:00 Der goldene Monat Oktober

Fr. 02.10. 9:00 Tischtennis

Fr. 02.10. 9:51 Führung: Verborgenes München

10:00 Malgruppe

15:00 Volkstanz

Mo. 05.10. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

14:00 Bingo

Di. 06.10. 10:00 Nordic Walking

14:00 Ersatztermin Musikkabarett mit
Edeltraut Rey

Mi. 07.10. 12:00 Mittagstisch in Unterbiberg

15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

18:00 Männerstammtisch im Minoa

Do. 08.10. 10:45 Französisch-Konversation

14:00 Vortrag: Wohnen im Alter

Fr. 09.10. 9:00 Tischtennis

10:00 Malgruppe

15:00 Volkstanz

Mo. 12.10. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

Di. 13.10. 9:30 Singend in den Tag starten

Di. 13.10. 14:00 Töpfern

Kinonachmittag

Mi. 14.10. 8:11 Bahnausflug nach Nürnberg

15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Do. 15.10. 10:45 Französisch-Konversation

Fr. 16.10. 9:00 Tischtennis

10:00 Malgruppe

14:00 Reisevortrag: Unterwegs in Kenia

15:00 Volkstanz

So. 18.10. 15:00 Sonntagsplausch

Mo. 19.10. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit Monika
Kaczensky

Di. 20.10. 10:00 Nordic-Walking

**10:30 Workshop:
Veeh-Harfe kennenlernen**

Mi. 21.10. 12:00 Mittagstisch in Unterbiberg

15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

18:00 Männerstammtisch im Minoa

Do. 22.10. 10:45 Französisch-Konversation

15:00 Vorlese- und Plauderstunde

Fr. 23.10. 9:00 Tischtennis

10:00 Malgruppe

13:00 Sozialer Beratungsnachmittag

15:00 Volkstanz

Mo. 26.10. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

14:00 Bingo

Di. 27.10. 14:00 Töpfern

Mi. 28.10. 15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Do. 29.10. 10:45 Französisch-Konversation

Fr. 30.10. 9:00 Tischtennis

10:00 Malgruppe

Fr. 30.10. 13:00 Sozialer Beratungsnachmittag ✂
15:00 Volkstanz
16:00 Singstunde mit Ingrid Sepp im HfW

November

Mo. 2.11. 9:00 Tischtennis
10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

Di. 3.11. 9:00 Anmeldevormittag

Mi. 4.11. 10:00 Seniorenzentrumsbeiratssitzung
10:00 Nordic-Walking
12:00 Mittagstisch in Unterbiberg
15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Do. 05.11. 10:45 Französisch-Konversation
14:00 Vortrag: Testament ✂

Fr. 06.11. 9:00 Tischtennis
10:00 Malgruppe
10:00 Führung durch Neubiberg
13:00 Sozialer Beratungsnachmittag
15:00 Volkstanz

Mo. 09.11. 9:00 Tischtennis
10:15 Gedächtnistraining mit Monika
Kaczensky

Di. 10.11. 14:00 Töpfern

Mi. 11.11. 10:00 Literarisches Kabinett
15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Do. 12.11. 10:45 Französisch-Konversation
15:00 Der Monat November

Fr. 13.11. 9:00 Tischtennis ✂

10:00 Malgruppe

13:00 Sozialer Beratungsnachmittag

15:00 Volkstanz

So. 15.11. 15:00 Sonntagsplausch

Mo. 16.11. 9:00 Tischtennis
10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

14:00 Bingo

Di. 17.11. 10:00 Nordic-Walking

Mi. 18.11. 15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz
18:00 Männerstammtisch im Minoa

Do. 19.11. 10:45 Französisch-Konversation
14:30 Seniorenbürgergespräch

Fr. 20.11. 9:00 Tischtennis
10:00 Malgruppe

13:00 Sozialer Beratungsnachmittag

15:00 Volkstanz

Mo. 23.11. 9:00 Tischtennis
10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

Di. 24.11. 14:00 Töpfern

Mi. 25.11. 12:00 Mittagstisch in Unterbiberg
15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Do. 26.11. 10:45 Französisch-Konversation
15:00 Vorlese- und Plauderstunde

Fr. 27.11. 9:00 Tischtennis
10:00 Malgruppe

**10:31 Führung im Lenbachhaus:
Unter freiem Himmel**

15:00 Volkstanz

16:00 Singstunde
(Ort kurzfristig erfragen!)

Fr. 27.11. Neubiberger Weihnachtsdult

Sa. 28.11. Neubiberger Weihnachtsdult

So. 29.11. Neubiberger Weihnachtsdult

Mo. 30.11. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

Dezember

Di. 01.12. 9:00 Anmeldevormittag

10:00 Nordic-Walking

Mi. 02.12. 12:00 Mittagstisch in Unterbiberg

15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Do. 03.12. 10:45 Französisch-Konversation

15:00 Der Monat Dezember

Fr. 04.12. 9:00 Tischtennis

10:00 Malgruppe

15:00 Volkstanz

**Sa. 05.12. 14:00 Seniorenweihnachtsprogramm
"Obacht Weihnacht"**

Mo. 07.12. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

14:00 Bingo

Di. 08.12. 8:31 Salzburger Adventssingen

14:00 Töpfern

Mi. 09.12. 15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

Do. 10.12. 10:45 Französisch-Konversation

Fr. 11.12. 9:00 Tischtennis

10:00 Malgruppe

13:00 Sozialer Beratungsnachmittag

15:00 Volkstanz

Mo. 14.12. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

Di. 15.12. Kinonachmittag

Mi. 16.12. 12:00 Mittagstisch in Unterbiberg

15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

18:00 Männerstammtisch im Minoa

Do. 17.12. 10:45 Französisch-Konversation

15:00 Vorlese- und Plauderstunde

Fr. 18.12. 9:00 Tischtennis

13:00 Sozialer Beratungsnachmittag

15:00 Volkstanz

16:00 Singstunde im Advent im HfW

So. 20.12. 15:00 Sonntagsplausch

Mo. 21.12. 9:00 Tischtennis

10:15 Gedächtnistraining mit
Monika Kaczensky

Di. 22.12. 14:00 Töpfern

Mi. 23.12. 15:00 Gedächtnistraining mit
Edgar Grunitz

**Weihnachtspause im Seniorenzentrum
24.12.2020 bis 3.1.2021**

Do. 24.12. Heiligabend

Fr. 25.12. 1. Weihnachtsfeiertag

Sa. 26.12. 2. Weihnachtsfeiertag

Do. 31.12. Sylvester

Fr. 01.01. Neujahr

Übersicht aller Veranstaltungsorte

Gaststätte Minoa im Sportzentrum

Zwingerstraße 28 · 85579 Neubiberg
Telefon 089/606 66 - 652

Grundschule Neubiberg

Rathausplatz 9 · 85579 Neubiberg
Telefon 089/232 49 - 550

Pfarrheim St. Georg Unterbiberg

Marktplatz 1 · 85579 Unterbiberg
Telefon 089/630 21 - 472

S-Bahnhof Neubiberg

Bahnhofplatz · 85579 Neubiberg

Seniorenzentrum Neubiberg

Hauptstraße 12 · 85579 Neubiberg
Telefon 089/600 12 - 856

Sportzentrum, Mehrzweckhalle

Zwingerstraße 26-28 · 85579 Neubiberg
Telefon 089/600 13 - 516

Umweltgarten, Ökoschule

Äußere Hauptstraße 10 · 85579 Neubiberg
Telefon: 089/600 12 - 16

Verwaltungsgebäude am Bahnhof

Bahnhofplatz 3 · 85579 Neubiberg
Telefon 089/600 12 - 22

Ob in Ottobrunn, im Filmtheater Sendlinger Tor, im Rio am Rosenheimer Platz oder in einem der vielen anderen attraktiven Lichtspielhäuser: Ganz bestimmt findet sich ein sehenswerter Film. Ihre Wünsche werden bei der Filmauswahl selbstverständlich berücksichtigt.

Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis spätestens Montagvormittag bei Kristine Löw persönlich, Telefon 089/601 37 35. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrumsbeirates und des Seniorenzentrums.

**Dienstag, 13. Oktober, 17. November,
15. Dezember**

nachmittags

Abfahrt S-Bahnhof Neubiberg

**Kosten: kinoabhängig 6 bis 8 Euro zuzüglich
MVV**

**Anmeldung bei Frau Löw, Telefon 089/601 37 35,
jeweils bis Montagvormittag**

Ausflug mit der Bahn

Nürnberg

Erstmals urkundlich erwähnt wurde die Stadt Nürnberg bereits im Jahr 1050. Ihre erste Blüte erlebte sie als eigenständige Reichsstadt des Heiligen Römischen Reiches ab 1219.

Foto: Stadt Nürnberg/Christine Dierenbach



Vor dem 2. Weltkrieg galt die mittelalterliche Altstadt als eine der bedeutendsten Europas. Was für ein Glück, dass man sich nach dem 2. Weltkrieg dazu entschied, beim Wiederaufbau, die Struktur der Altstadt zu bewahren. Daher ist diese heute ein Zeugnis des Mittelalters und der Frühen Neuzeit sowie des Wiederaufbaus und der Moderne.

Seniorenzentrumsbeirat Rüdiger Berger organisiert diesen Tagesausflug mit einer Stadtführung sowie einer Führung durch die Kaiserburg. Gemeinsames Mittagessen in einer Gaststätte. Sicher ist auch, dass es ein Ausflug für konditionsstarke Senior*innen ist. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums in Kooperation mit dem Seniorenzentrumsbeirat.

Mittwoch, 14. Oktober, 8:11 Uhr

Abfahrt S-Bahnhof Neubiberg

**28 Euro/26 Euro mit S-Pass (inklusive Bayern-
ticket und Führungen, exklusive Verzehr)**

**Rückfahrt 17:08 Uhr,
Ankunft Neubiberg 19:30 Uhr**

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bis Dienstag, 6. Oktober,
Telefon 089/600 12 - 856**

Im Rollstuhl unterwegs?

Unser Fahrservice hilft! Telefon: 600 12 - 856.

Bildervortrag über Kenia

Jambo aus Mtwapa

Uta Simmerl-Schmid, Leiterin der Malgruppe des Seniorenzentrums, durfte in diesem Jahr drei pralle Wochen kenianisches Leben, abseits der üblichen Touristenpfade erleben. Dabei hat sie die unterschiedlichsten Erfahrungen gemacht, viel fotografiert, kleine Videos gedreht und etwas gezeichnet. Neben der erstaunlich grünen kenianischen Landschaft und der beeindruckenden afrikanischen Tierwelt, erhielt sie Einblicke in das Leben der Menschen dort. So durfte sie bei einer „Kinderfütterung“ mitmachen. Solche Essensausgaben finden jeden zweiten Sonntag statt und werden von wohlhabenden Indern organisiert und finanziert. Dabei warten in einer beeindruckend langen Schlange geduldig über 10000 hungrige Kinder mit ihren Müttern, den Ärmsten der Armen, auf die Verteilung der Essenspakete. Ein anderes soziales Frauenhilfsprojekt, das von einer Deutschen gegründet wurde, nennt sich „Asante“. Es bietet Frauen die Möglichkeit, mit kleinen Stick- und Näharbeiten etwas Geld zu verdienen. Die so entstandenen Kunstwerke werden auf Märkten in Deutschland verkauft. Zu „Asante“ gehört inzwischen auch eine Schule und ein neu gebauter, sehenswerter und liebevoll eingerichteter Kindergarten. Auch von einer katholischen und evangelischen Messe weiß Frau Simmerl-Schmid

Foto: Uta Simmerl-Schmid



Interessantes zu berichten und vom Besuch des Shimba Hills Nationalparks und vielem mehr. Alle, die Interesse an Afrika haben, sind herzlich zu dem Vortrag eingeladen. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Freitag, 16. Oktober, 14 Uhr

Haus für Weiterbildung, Großer Saal

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bis Mittwoch, 14. Oktober,
Telefon 089/600 12 - 856**

Geselligkeit Sonntagsplausch

Regelmäßig



Foto: Renate Krieger

Niemand mag immer nur alleine in seiner Wohnung sein. Sonntags kann es ziemlich ruhig und einsam sein. Wir brauchen den Kontakt und den Austausch mit anderen. Daher lädt Kristine Loew ein zu einem Sonntagsplausch. Coronabedingt ohne Bewirtung. Bringen Sie

Ihr Getränk und Ihr Geschirr bitte selber mit. Essen und Trinken sind in diesen Zeiten nicht so wichtig wie das Gespräch, die Aufmerksamkeit für das Gegenüber.

Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums in Kooperation mit dem Seniorenzentrumsbeirat.

**Sonntag, 18. Oktober, 15. November,
20. Dezember**

15 bis 16 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung jeweils bis Donnerstag,
Telefon 089/600 12 -856**

Musik spielen ohne Notenkenntnisse Veeh-Harfe kennenlernen

An diesem Vormittag können Sie ein Instrument entdecken, das Sie sofort spielen können, selbst wenn Sie vorher noch nie ein Instrument in der Hand hatten und noch nicht einmal Noten lesen können. Wie das gehen kann? Die „Noten“ liegen bei der Veeh-Harfe direkt unter den Saiten, so dass man keine Noten lernen muss. Selbst wenn Sie nicht mehr gut sehen können, lassen sich die Punkte unter den Saiten gut erkennen.

Lassen Sie sich von Bärbel Steinbigler von der Musikschule Unterhaching die Veeh-Harfe zeigen



Foto: Musikschule Unterhaching e.V.

und probieren Sie das Instrument unter Anleitung aus. Sollten Sie danach der Meinung sein: „Dieses Instrument will ich spielen“, besteht dazu bei der Musikschule im Gruppen- oder Einzelunterricht die Gelegenheit.

Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums in Kooperation mit der Musikschule Unterhaching e.V.

Dienstag, 20. Oktober, 10:30 bis 11:30 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bis Montag, 5. Oktober (wegen Anzahl der auszuleihenden Veeh-Harfen),
Telefon 089/600 12 - 856**

Männerstammtisch in der Gaststätte Minoa

Männer unter sich



Foto: Renate Krieger

Abwechselnd laden Rüdiger Berger, Freddy Matthäus und Wolfgang Mach interessierte Männer einmal monatlich, neuerdings am frühen Mittwochabend, ab 18 Uhr, zu einem Stamm-

tisch ein. Damit es in Coronazeiten auch mit einer Bewirtung klappt, trifft man sich nun in der Gaststätte Minoa. Hier haben Männer Gelegenheit, in lockerer Atmosphäre miteinander ins Gespräch zu

Regelmäßig

kommen. Jeder, der Geselligkeit schätzt, ist herzlich willkommen.

Eine Veranstaltung des Seniorenzentrumsbeirates in Kooperation mit dem Seniorenzentrum.

**Mittwoch, 21. Oktober, 18. November,
16. Dezember, 18 Uhr**

Gaststätte Minoa im Sportzentrum

Kostenfrei (Verzehr extra)

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bis jeweils freitags,
Telefon 089/600 12 - 856**

Führung im Freien

Neubibergs Umweltgarten

Neubibergs Umweltgarten ist etwas ganz Besonderes. Schon vor über 30 Jahren stellten sich die Gründungsväter und -mütter die Frage: "Was kann ich als Einzelner für unsere Umwelt tun?" So entstand ein einmaliges Projekt zur ökologischen Bildung mit allen Sinnen. Der langjährige Leiter des Umweltgartens, Heinrich Wolfensberger, führt uns durch dieses Neubiberger Kleinod. Und obwohl jeder Neubiberger diesen Garten zu kennen glaubt, werden Sie sicher mit neuem Wissen und Erkenntnissen nach Hause zurückkehren.

Foto: Marina Prüller



Die Führung findet auch bei leichtem Regen statt. Bitte wetterfest anziehen.

Veranstalter ist das Seniorenzentrum in Kooperation mit dem Umweltgarten.

Freitag, 23. Oktober, 10 Uhr

Treffpunkt Umweltgarten, Arboretum

Kostenfrei, Spenden erbeten

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Anmeldung bis Mittwoch, 21. Oktober,
Telefon 089/600 12 - 856**

Regelmäßig

Soziale Beratung

Unterstützungsmöglichkeiten für ältere Menschen und deren Angehörige

Die Sozialpädagogin des Seniorenzentrums ist Ihre Ansprechpartnerin, wenn Sie Gesprächsbedarf haben, Unterstützung im Alltag hilfreich wäre oder besondere Problemlagen vorliegen. Sie berät Sie vertraulich und kostenfrei, unterstützt Sie bei organisatorischen Fragen und klärt sie auch über Finanzierungsmöglichkeiten auf. Damit Sie eine kompetente und umfassende Beratung erhalten können, bitten wir um eine Terminvereinbarung. Bitte rufen Sie mittwochs, donnerstags oder freitags von 9 bis 12 Uhr oder von 13 bis 17 Uhr an. Einige Freitagnachmittage sind fest reserviert für die soziale Beratung. So können auch berufstätige

Angehörige dieses Angebot in Anspruch nehmen. Aber auch andere Termine sind möglich. Ein Angebot des Seniorenzentrums.

**Freitags, 23./30. Oktober,
6./13./20. November, 11./18. Dezember,
13 bis 17 Uhr**

Seniorenzentrum

Kostenfrei

**Nur mit Voranmeldung von Mittwoch bis
Freitag, 9 bis 12 Uhr und 13 bis 17 Uhr,
Telefon 089/600 12 - 856**

Persönliche Anmeldung

Anmeldevormittag im November

Wegen Corona sind wir aktuell leider kein offenes Haus. Damit Sie sich auch persönlich anmelden können, öffnen wir einmal im Monat unsere Tür und das Verwaltungsbüro und nehmen Ihre Anmeldewünsche entgegen. Bitte beachten Sie bei Ihrem Besuch unsere Hygienemaßnahmen und die Abstandsregelung für Ihre Sicherheit (Seite 8). Wir freuen uns sehr auf den persönlichen Kontakt mit Ihnen.

Dienstag, 3. November, 9 bis 12 Uhr

Seniorenzentrum

Bitte Klingel (Szene) benutzen! Wir öffnen Ihnen!

Ich hoffe dass
ihnen meine

Bilder gefallen, denn ich
kann noch nicht so gut zeichnen. KWS



Bleibt bitte gesund und
munter gerade in dieser
schwierigen Zeit.

Ich habe diese Mohie
gewählt, weil ich Tiere gerne
reistere und ihnen eine Freude
machen wollte.

Liebe GrüÙe Fynn-Romeo

Ottobrunn im April 2020

Die Zeiten gerade sind nicht
einfach. Der Mangel an Kontakt
mit Freunden & Familie ist für uns
alle traurig und langweilig. Um
etwas Abwechslung in die grauen
Tage zu bringen schreibe ich Ihnen
diesen Brief. Das Beste was man meiner
Meinung nach jetzt tun kann ist die
spriessenden Blumen zu bewundern.
Der Natur zuzuschauen lässt bei
mir immer eine innere Ruhe einkehren.

Wenn es keinen Zugang zu einem
Garten gibt hilft es mit anderen zu
reden. Bestimmt haben ihre Pfleger
auch mal ein offenes Ohr für Sie.
Wenn es mal etwas besonderes sein
soll kann man auch selber mal
kreativ sein (malen, basteln, etc.).
Sprechen sie doch mal ihren
Pfleger darauf an. Ich hoffe,
ich konnte ihnen etwas
helfen.
Liebe GrüÙe



Vortrag

Wie schreibe ich ein Testament?



Foto: Joachim W. Lugert

Ein Großteil aller Testamente, die vom juristischen Laien erstellt werden, sind widersprüchlich, auslegungsbedürftig, formnichtig, anfechtbar oder falsch.

Der Fachvortrag von

Rechtsanwalt Joachim Lugert zeigt Ihnen, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen, um ein Testament zu errichten, damit Ihr letzter Wille auch garantiert Beachtung findet und Erbstreitigkeiten vermieden werden. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Donnerstag, 5. November, 14 Uhr

Seniorenzentrum

3 Euro/2 Euro mit S-Pass

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Freitag, 30. Oktober,
Telefon 089/600 12 - 856**

Führung im Freien

Neubiberg entdecken mit Gemein- dearchivar Christian Petrzik

Die Tour startet am Neubiberger Bahnhof, denn mit der Eröffnung der Bahnstrecke Giesing – Aying im Jahr 1904 begann die Geschichte Neubibergs.

Damals zählte die kleine Siedlung lediglich sechs Anwesen. In den folgenden Jahren entwickelte sich die „Gartenstadt Neubiberg“, in der 1925 bereits 467 Neubiberger*innen lebten. Auf dem Weg vom Bahnhof zur Kirche Rosenkranzkönigin, die am 11. November 1928 eingeweiht wurde, soll die Entwicklung Neubibergs in den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts erläutert und nachvollzogen werden. Bei der Kirche wird besonders auf deren Baugeschichte und damit auch auf den 1920 gegründeten „katholischen Kirchenbauverein“ eingegangen.

Unsere nächste Station bildet das 1937/1938 errichtete Rathaus. Hier widmen wir uns den Fragen nach der Situation in Neubiberg während der NS-Zeit, nach dem Kriegsalltag in der Gemeinde und der Entwicklung des öffentlichen Lebens nach Kriegsende.

Besonders in der Amtszeit des Ersten Bürgermeisters Josef Schneider (1972–2000) wurden gemäß der Leitlinie „Neubiberg – Gartenstadt mit optimalen Bildungs-, Freizeit- und Kommunikationsmöglichkeiten“ wegweisende Entscheidungen



Foto: Marina Prütler

Melden Sie sich termingerecht an!

Nur so findet die Veranstaltung statt.

für die moderne Gemeinde Neubiberg getroffen. So wurde 1981, unmittelbar neben dem Rathaus, das Haus für Weiterbildung eingeweiht, vor dem wir unseren Rundgang auf den Spuren der über hundertjährigen Geschichte Neubibergs beenden.

Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums in Kooperation mit dem Gemeindearchiv.

Freitag, 6. November, 10 Uhr

Treffpunkt: Am Bahnhofsplatz 3

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

Anmeldung bis Dienstag, 3. November,

Telefon 089/600 12 - 856

Lesespaß

Literarisches Kabinett



Foto: Renate Krier

Neues aus der Welt der Bücher erfahren Literaturfreunde beim literarischen Kabinett. Wer es schon einmal erlebt hat, weiß, dass es ein interessanter anregender Morgenstart ist. Sonja

Urbach, Ulrike Krack und Buchhändlerin Heide Fel-

Corona bringt Sie zur Verzweiflung?

Ziehen Sie die Notbremse. Rufen Sie uns an!

ber von der Buchhandlung Lentner präsentieren Ihnen eine abwechslungsreiche Auswahl an Büchern. Die vorgestellten Werke können Sie in der Regel auch in der Gemeindebibliothek ausleihen. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Mittwoch, 11. November, 10 bis 11 Uhr

Seniorenzentrum

3 Euro/2 Euro mit S-Pass

Begrenzte Teilnehmerzahl

Nur mit Anmeldung bis Freitag, 6. November,

Telefon 089/600 12 - 856

Gesellige Runde

Der Monat November

Jede Zeit ist kostbar. Dieser Monat ist sicher nicht der beliebteste. Er gilt als still, dunkel und einsam. Seine Tonart ist Moll. Wir sehen Krähen Schwärme. Typisches Novemberwetter ist

von Nebel durchdrungen, obwohl es auch den „Martinsommer“ geben kann. Ab dem 11. November, Sankt Martin, liegt dann eine ausgeprägte Hochdruckzone über Mitteleuropa, die schönes, für die Jahreszeit viel zu mildes, sogar sommerliches Wetter mit sich bringt.

Der Wacholder, auch als Machandelbaum bekannt, ist die Heilpflanze dieses Monats. Über ihn lässt sich viel erzählen.

Foto: Renate Krier



Bei den Germanen galt der November als Jahresanfang. Er wurde als Beginn des landwirtschaftlichen Jahres gefeiert. Erst in den letzten ein- bis zweihundert Jahren hat man sich auf den Aspekt des Sterbens in der Natur konzentriert. So gilt die Woche vom 30. Oktober bis 8. November als „Seelenwoche“. Der Monat endet mit dem ersten Adventssonntag. Und mit ihm beginnt wiederum das Kirchenjahr.

Erfahren Sie Wissenswertes und Stimmungsvolles über diesen Monat. Tauschen Sie sich aus über Ihre Novembererfahrungen. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Donnerstag, 12. November, 15 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Dienstag,
10. November, Telefon 089/600 12 - 856**

Aufmunterer gesucht!

Wir suchen vertrauenswürdige Personen, die bereit sind, alleinlebende Senioren regelmäßig anzurufen, um mit Ihnen in Coronazeiten zu plaudern.

Seniorenbürgergespräch

Senioren bringen sich ein

Beim Seniorenbürgergespräch nimmt sich der neue Rathauschef Thomas Pardeller Zeit, um spezielle Anliegen, Fragen und Probleme der älteren Generation aufzunehmen. Nehmen Sie die Gelegenheit wahr, sich zu informieren, sich einzumischen und „Ihre“ Gemeinde mitzugestalten.

Foto: Florian Schmidbauer



Bitte beachten Sie: Aufgrund der aktuellen Situation ist eine Anmeldung bis Montag, 16. November, unter Telefon 089/600 12 - 856 erforderlich. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Donnerstag, 19. November, 14:30 Uhr

Grundschule Neubiberg, Aula

Kostenfrei

**Nur mit Anmeldung bis Montag, 16. November,
Telefon 089/600 12 - 856**

Wollen Sie sich engagieren?

Sprechen Sie uns an!



**Verliere nie die
Hoffnung.
Ganz gleich wie schwer
eine Situation auch
gerade sein mag, es
wird der Tag kommen,
ab dem auch für dich
wieder die Sonne
scheint.**

							8	
	8	7			4	2	5	
	2	1		9	7		6	
	6		4		3			2
1		2	9			8		
3		6				1		
7	1	5			6		3	
	9			5		4		

Neubiberg, 26.04.2020

Liebe Seniorinnen und Senioren,



ich befinde mich gerade auch in Quarantäne, wie Sie auch. Aber ich habe einen Bruder und eine Schwester bei mir, die es mir nicht langweilig werden lassen. Ich glaube Sie sind gerade von Ihren Liebsten getrennt. Meine Oma lebt aber auch alleine. Sie ist 79 Jahre alt und fühlt sich manchmal einsam. Trotzdem hat Sie nie Langeweile und auch keine Scheu vor Arbeit und Fleiß. Sie macht Ihr Bett immer ordentlich, kocht, und hält alles sauber. Außerdem mag Sie gerne Backen, lustige Bücher lesen, Nähen und mit ihren Freundinnen und Freunden telefonieren. Meine Oma ist die Beste.

Ich wünsche Ihnen die beste Gesundheit und viel Mut in der schwierigen Zeit. Genau wie meine Oma auch!

Alexander Meltser



Führung im Lenbachhaus

Unter freiem Himmel. Unterwegs mit Wassily Kandinsky und Gabriele Münter



Foto: Gabriele Münter ©VG Bild-Kunst, Bonn 2020
Wassily Kandinsky und Gabriele Münter sind die zentralen Personen der Künstlerformation „Der Blaue Reiter“. Bereits vor dieser Zeit verband die beiden eine enge künstlerische Beziehung. Die Ausstellung widmet sich erst-

mals ihren gemeinsamen Wegen in den Jahren von 1902 bis 1908. Auf zahlreichen Reisen schuf das Paar kleine Malereien und Fotografien: Unter freiem Himmel und mit leichtem Gepäck. Etwa in Kallmünz, Rotterdam, Tunis, Rapallo und Paris entstanden Ölskizzen und Fotografien direkt vor den Motiven. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Freitag, 27. November, 10:31 Uhr

Abfahrt S-Bahnhof Neubiberg

17 Euro/15 Euro mit S-Pass

Begrenzte Teilnehmerzahl

Anmeldung wegen Stornierungsfrist bis

Montag, 16. November,

Telefon 089/600 12 - 856

Neubiberger Weihnachtsdult

Lichterglanz und Budenzauber

Ebenso stimmungsvoll wie in den letzten Jahren soll es auch heuer auf der Neubiberger Weihnachtsdult werden. Geschäftsleute, Vereine und Organisationen haben einiges vorbereitet, um die vorweihnachtliche Hektik vergessen zu lassen und Kinderaugen zum Leuchten zu bringen. Wer noch kein Weihnachtsgeschenk hat, findet hier garantiert eine originelle Kleinigkeit für die Bescherung – darunter vieles, was in liebevoller Handarbeit hergestellt wurde. Die Marktzeiten und das genaue Programm werden über die Tagespresse angekündigt.

Veranstalter ist der Gewerbeverband Neubiberg mit Unterstützung der Gemeinde Neubiberg.

**Freitag, 27. November, Samstag, 28. November,
Sonntag, 29. November**

**Parkplatz am Rathausplatz
(„Maibaumparkplatz“)**

Kostenfrei

Persönliche Anmeldung

Anmeldevormittag im Dezember

Wegen Corona sind wir aktuell leider kein offenes Haus. Damit Sie sich auch persönlich anmelden können, öffnen wir einmal im Monat unsere Tür und das Verwaltungsbüro und nehmen Ihre Anmeldewünsche entgegen. Bitte beachten Sie bei Ihrem Besuch unsere Hygienemaßnahmen und die

Abstandsregelung für Ihre Sicherheit (Seite 8). Wir freuen uns sehr auf den persönlichen Kontakt mit Ihnen.

Dienstag, 1. Dezember, 9 bis 12 Uhr

Seniorenzentrum

Bitte Klingel (Szene) benutzen!

Wir öffnen Ihnen!

Informatives und Geselligkeit

Der Monat Dezember



Foto: Renate Krieger

Wie kein anderer Monat ist der Dezember von unseren Empfindungen und Ritualen geprägt. Er lässt uns wieder zu Kindern werden. Draußen ist es kalt und nass, immer dunkler wird es, die Feuchtigkeit von

Dunst und Nebel kriecht bis unter die Haut. Doch wir sind ganz woanders. Wir zünden Kerzen an, verpacken kunstvoll Geschenke, verlieren uns im Glitzerglanz von Christbaumkugeln, basteln Sterne, kramen altbewährte Plätzchenrezepte hervor. Der ganze Monat kommt einer Einladung zum Feiern gleich. Er beginnt mit dem Advent, findet seinen ersten Höhepunkt am Nikolausabend, steigert sich bis zu Heiligabend und den beiden Weihnachtsfeiertagen, um schließlich mit dem Silvesterfest am letzten Tag des Jahres auszuklingen.

Freuen Sie sich auf Wissenswertes und Stimmungsvolles über diesen Monat und teilen Sie Ihre Dezembererfahrungen mit den anderen Gästen. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Donnerstag, 3. Dezember, 15 bis 16 Uhr

Seniorenzentrum

Kostenfrei, Spenden erbeten

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Dienstag, 1. Dezember,
Telefon 089/600 12 - 856**

Weihnachtsprogramm für Senioren

Obacht Weihnacht

Der Autor, Musiker und Geschichtenerzähler Karl-Heinz Hummel ist bekannt für seine hintersinnigen bayerischen Geschichten und sein kabarettistisches Talent. „Obacht Weihnacht“ statt „O du fröhliche“. Gefühle gären, Gesichtszüge entgleisen, Familien zerbrechen, Nikolaus werden von altklugen Kindern enttarnt, ein einsamer Fernfahrer wartet vor dem Radio vergeblich auf sein Wunschlied, der Autor verfällt am Christkindlmarkt in einen fairen Kaufrausch und scheitert dabei, einfach einmal Gutes zu tun.



Foto: Hachinger Saitenupfer

Hummel entfaltet humorvoll die schwarzen Seiten des Festes der Liebe, selig verdreht, satirisch-bayerisch, begleitet von stimmungsvoller Musik der Hachinger Saitenhupfer.

Es spielen Renate Geisberger, Querflöte, Claudia Crzelke und Bärbel Steinbigler, Hackbrett, Stefan Hentschel Gitarre, Karl-Heinz-Hummel, Bass.

Wegen begrenzter Teilnehmerzahl ist in diesem Jahr eine Anmeldung, bis Montag, 30. November, unter 089/600 12 - 856 nötig. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Samstag, 5. Dezember, 14 Uhr

Grundschule Neubiberg, Aula

Kostenfrei

Begrenzte Teilnehmerzahl

**Nur mit Anmeldung bis Montag,
30. November, Telefon 089/600 12 - 856**

Salzburger Jubiläums-Adventsingen

Fürchtet euch nicht!



Foto: Salzburger Adventsingen Zwei Ereignisse stehen, begleitet von Musik und Gesang, am Beginn dieses neuen Adventsingen. Dabei führt man uns gedanklich zurück in die Zeit um Christi Geburt. Der bei den Hirten am Feld lebende

Rabbi Jakob erzählt von einer Verheißung des Propheten Jesaja, der da sprach: „Fürchte dich nicht...!“

Zur selben Zeit erzählt in Nazareth die Witwe Anna ihrer Tochter Maria, dass ihr und ihrem Mann Joachim der Kindersegen lange verwehrt ward. Daraufhin zog sich Joachim verzweifelt in die Wüste zurück, um Buße zu tun. Nach 40 Tagen Quarantena wurden seine Gebete erhört. Es erschien ihnen beiden unabhängig voneinander ein Engel und überbrachte die frohe Botschaft, beginnend mit den Worten: „Fürchte dich nicht...!“

Ein Salzburger Adventsingen mit kompositorischen Werken aus der Feder von Shane Woodborne, mit Musik von Tobi Reiser und zahlreichen gesanglichen und volksmusikalischen Kostbarkeiten unseres alpenländischen Kulturraumes.

Ein Ausflug nach Salzburg in Verbindung mit einem Bummel über den Weihnachtsmarkt und dem daran anschließenden Besuch dieser einzigartigen Musikveranstaltung ist sicher eine der schönsten Einstimmungen auf den Advent.

Seniorenzentrumsbeirätin Kristine Loew begleitet Sie bei dieser Veranstaltung. Eine Veranstaltung des Seniorenzentrums.

Dienstag, 8. Dezember, 8:31 Uhr

Abfahrt S-Bahnhof Neubiberg (mit Bayernticket)

Abfahrt Ostbahnhof 9:04 Uhr,

Ankunft Salzburg 10:41 Uhr

Rückfahrt ab Salzburg 18:15 Uhr,

Ankunft Neubiberg 20:30 Uhr

48 Euro/46 Euro mit S-Pass zuzüglich Kosten für Bayernticket, Bus und Verzeehr

Begrenzte Teilnehmerzahl

Anmeldung bis Montag, 30. November

Hallo liebe Unbekannte/lieber Unbekannter,

für Sie ist diese Zeit bestimmt auch nicht leicht. Für mich auch nicht! Eigentlich müsste ich mich freuen, weil die Schule geschlossen ist. Aber dadurch darf ich mich auch nicht wirklich mit Freunden treffen und wir bekommen mehr Aufgaben in der Schule. Außerdem muss ich auf meinen kleinen Bruder aufpassen. Er kann manchmal ziemlich nervig sein, aber er bringt mich auch zum Lachen und ist sehr einfühlsam. Für ihn hat es auch Vor- und Nachteile. Er kann super viel fernsehen und mit mir spielen. Dafür sieht er seine Freunde kaum und kann nicht viel raus. Für meine Eltern hat es ebenfalls Vor- und Nachteile. Sie können bequem Zuhause arbeiten. Doch dafür nerven wir sie. (Fast nur mein Bruder.) Außerdem kommen sie ebenfalls nicht viel raus und müssen Mittagessen machen. Diese Situation hat Vor- und Nachteile. Wir lernen uns alle besser kennen und der Umwelt tut es auch gut. Doch wir dürfen kaum raus und kaum jemanden besuchen. Ich hoffe, Sie sehen das Gute in der Situation. Bleiben Sie gesund,

Viele Grüße aus Neubiberg. ☺



Anmeldeinfos

Veranstaltungs- und Kursangebote können vorrangig Senioren ab 63 Jahren auf der Basis des jeweils aktuellen Programmheftes buchen. Im Szene-Veranstaltungsprogramm wird auf den jeweiligen Anmeldebeginn hingewiesen. Für viele Angebote können Sie sich telefonisch anmelden. Zusätzlich gibt es spezielle Anmeldevormittage zur persönliche Anmeldung, falls eine Zahlung für einen Kurs oder eine Veranstaltung erforderlich ist. Aufgrund von Corona und begrenzter Teilnehmerzahlen ist eine Anmeldung zu Veranstaltungen bis zum Anmeldeschluss zwingend notwendig. Bei ausgebuchten Veranstaltungen werden auf Wunsch Wartelisten angelegt. Ermäßigungen gibt es bei Vorlage des Neubiberger Seniorenpasses (S-Pass).

Sollten Sie an einer von Ihnen bereits gebuchten oder bezahlten Veranstaltung nicht teilnehmen können, informieren Sie uns bitte rechtzeitig telefonisch, damit wir Ihren Platz an andere Interessenten vergeben können. Ist dies nicht mehr möglich, können wir Ihnen aufgrund der knappen Kostenkalkulation die entrichtete Gebühr nicht erstatten.

Ermäßigungen mit dem S-Pass

Der Neubiberger Senioren-Pass ist ein spezieller Ausweis, der an Neubiberger und in der Gemeinde ehrenamtlich tätige Personen ausgegeben wird, die 63 Jahre und älter sind. Der S-Pass ist einerseits die formale Voraussetzung für die Nutzung des Seniorenbusses. Bei verschiedenen Angeboten des Seniorenzentrums und des Amtes für Kul-

tur und Gemeinschaftsförderung verhilft er seinen Inhabern andererseits zu Ermäßigungen auf den regulären Eintrittspreis. Der S-Pass wird unter Vorlage des Personalausweises im Seniorenzentrum ausgestellt, kostet fünf Euro und ist für die Dauer eines Kalenderjahres gültig.

Bürozeiten

Montag bis Donnerstag:
9 bis 12 Uhr und 13 bis 17 Uhr

Freitag:
9 bis 12 Uhr
außer bei Veranstaltungen

Adresse

Seniorenzentrum Neubiberg
Hauptstraße 12
85579 Neubiberg
Telefon 089/600 12-856
Telefax 089/600 13-637
seniorenzentrum@neubiberg.de

Team

Barbara Bruns (Fahrerin)
Serpil Cigdem (Verwaltung)
Wolfgang König (Fahrer)
Renate Krier (Leitung)

Angebote

Soziale Beratung, Unterstützung und praktische Tipps

Das Team des Seniorenzentrums ist Ansprechpartner für ältere Menschen und deren Angehörige. Wir beraten Sie gerne in Fragen, die das Älterwerden und eine damit veränderte Lebenssituation mit sich bringen. Sie können sich jederzeit an uns wenden, sei es, um über Ihre Lebenssituation zu sprechen oder um praktische Tipps, individuelle Beratung und Unterstützung im Alltag zu erhalten. Wir haben für Ihre Sorgen und Nöte ein offenes Ohr und informieren Sie gerne über verschiedene Hilfsmöglichkeiten, unterstützen Sie bei organisatorischen Fragen und klären Sie über Finanzierungsmöglichkeiten auf.

Wir haben uns zum Ziel gesetzt, Sie kompetent und umfassend zu informieren und zu beraten. Individuelle Einzelberatungen benötigen Muße, Ruhe und gegebenenfalls auch eine arbeitstechnische Vorbereitung. Damit wir uns für Sie genügend Zeit nehmen können, bitten wir um Terminvereinbarung. Die Sozialpädagogin des Seniorenzentrums ist mittwochs bis freitags von 9 bis 12 Uhr und 13 bis 17 Uhr, Telefon 089/600 12 – 856, für Sie erreichbar. Ihre Anliegen werden selbstverständlich vertraulich behandelt. Die Beratung ist kostenfrei.

Mobiler Sozialer Hilfsdienst (MSHD) in Coronazeiten

Unser Seniorenbus wurde neu ausgestattet mit einer Plexiglastrennwand. Während der Fahrt tragen unsere Fahrer*in eine Mund-Nasenschutz-Maske.

Jeder Fahrgast hat vor der Fahrt ein Coronaselbstauskunftsfeld auszufüllen und ebenfalls eine Mund-Nasenschutz-Maske zu tragen.

Der Mobile Soziale Hilfsdienst ist ein Serviceangebot der Gemeinde, das ausschließlich Inhabern des Neubiberger Senioren-Passes zur Verfügung steht. Dieser wird Neubiberger Bürgern ab 63 Jahren und in der Gemeinde ehrenamtlich engagierten Personen aus den Nachbarkommunen gegen eine Gebühr von fünf Euro pro Kalenderjahr ausgestellt. Der MSHD bietet Fahrdienste aller Art für ältere, hilfsbedürftige Bürger an: Besorgungsfahrten, Zubringerfahrten zu Veranstaltungen, Begleitung bei Einkäufen und Arztbesuchen.

Für alle Fahrdienste steht ein behindertengerecht ausgestattetes Fahrzeug zur Verfügung. Die Gebühr für eine einfache Fahrt beträgt pro angefangene fünf Kilometer 2,50 Euro. Bei Einkauf oder anderen Hilfstätigkeiten sind pro angefangene halbe Stunde zusätzlich fünf Euro als Entgelt zu entrichten. Wartezeiten des Fahrers/Begleiters werden analog berechnet.

Der Bus fährt montags, dienstags und donnerstags zu den Bürozeiten des Seniorenzentrums. Wenn Sie den Mobilen Sozialen Hilfsdienst in Anspruch nehmen wollen, bitten wir Sie um eine rechtzeitige telefonische Anmeldung im Seniorenzentrum, damit gewährleistet werden kann, dass der Seniorenbus zum gewünschten Termin zur Verfügung steht.

Einkaufsbringdienst

Für ältere Menschen ab 63 Jahren, die in Neubiberg leben und nicht die Möglichkeit haben, selber

einkaufen zu gehen, bietet das Seniorenzentrum in Coronaviruszeiten einen kostenfreien Einkaufs-bringservice.

Bestellt werden kann, montags bis freitags, in der Zeit von 9 bis 12 Uhr, unter der Nummer: 089/600 12 - 856.

Es wird aus dem Warensortiment des Edeka Hertscheck eingekauft. Ausgeliefert wird kontaktfrei, montags bis donnerstags nachmittags. Freitags erfolgt keine Lieferung.

Die Bezahlung der Lebensmittel erfolgt durch „Anschreiben“. Bargeld kommt nicht zum Einsatz. Sie können zu einem späteren Zeitpunkt bezahlen, am besten per Überweisung an Edeka Hertscheck. In der Einkaufsstüte ist jeweils der Kassenbon enthalten.

„Bücher auf Rädern“

„Wir liefern Ihnen den Lesestoff frei Haus“, lautet das Motto des Dienstes „Bücher auf Rädern“, ein Service der Gemeinde, von dem insbesondere ältere Mitbürger profitieren. Wer mehr über diesen Service im Rahmen des Mobilen Sozialen Hilfsdienstes wissen will, kann sowohl mit den Mitarbeitern des Seniorenzentrums (Telefon 089/600 12 - 856) als auch mit deren Kolleginnen in der Gemeindebibliothek (Telefon 089/600 12 - 70) Kontakt aufnehmen, um Details zu klären. Die Auswahl der Medien orientiert sich immer an den individuellen Wünschen des Nutzers. Testen Sie unser Angebot!

Ehrenamtliches Engagement

Sie haben ein bisschen Zeit zu verschenken und wollen, dass ältere Mitbürger davon profitieren? Im Seniorenzentrum gibt es auch in Coronazeiten immer wieder verschiedene Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren und dadurch Mitmenschen eine Freude zu machen beziehungsweise ihnen zur Seite zu stehen. Sie sind uns als ehrenamtlicher Helfer jederzeit willkommen, egal, ob als helfende Hand bei der Organisation von Festen oder als Gruppenleiter*in eines Kurses im Seniorenzentrum. Sprechen Sie uns einfach an! Wir werden mit Ihnen über Details reden und gemeinsam sicher das richtige Betätigungsfeld für Sie finden! Aktuell suchen wir ehrenamtliche Helfer*innen, die beim Mittagstisch helfen wollen.

Impressum

Herausgeber

Gemeinde Neubiberg
Erster Bürgermeister Thomas Pardeller (V.i.S.d.P.)
Rathausplatz 12, 85579 Neubiberg

Die Gemeinde Neubiberg ist eine Körperschaft öffentlichen Rechts und wird vertreten durch den Ersten Bürgermeister Günter Heyland.

Chefin vom Dienst

Marina Prüller

Redaktion und Anzeigen

Renate Krier, Serpil Cigdem
Telefon 089/600 12 - 856
Telefax 089/600 13 - 637
seniorenzentrum@neubiberg.de

Titelbild

Gabriele Münter, Kallmünz, 1903, Städtische Galerie im Lenbachhaus und Kunstbau München, ©VG Bild-Kunst, Bonn 2018

Layout und Satz

Sally Braune

Druck

alpha-teamDruck GmbH

Auflage

2.600

Erscheinungsweise

vierteljährlich

Veranstaltungshinweise auch online unter

www.neubiberg.de

Anzeigen- und Redaktionsschluss für die nächste Szene ist am Freitag, 30. Oktober 2020

Die Redaktion erlaubt sich, eingereichte Veranstaltungshinweise zu redigieren und zu kürzen, und entscheidet letztlich über die Veröffentlichung der Termine. Für den Inhalt der Texte sind die Veranstalter verantwortlich. Die Redaktion übernimmt für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos keine Haftung. Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet und Vervielfältigung auf Datenträger sind nur nach schriftlicher Zustimmung des Herausgebers erlaubt.

Datenschutz

Wir versichern einen verantwortungsvollen Umgang mit Ihren persönlichen Angaben gemäß Datenschutzgrundverordnung (DSGVO). Die Hinweise zur Erhebung von Daten (gemäß Art. 13 DSGVO) finden Sie unter www.neubiberg.de/home/rathaus-und-buergerservice/gemeindepublikationen/szene.

Senioren- und Pflegeheim Ludwig Feuerbach

Albrecht-Dürer-Straße 23
85579 Neubiberg



Unser Haus, Baujahr 2000, befindet sich
in ruhiger Lage und verfügt
über einen eigenen Park mit ca. 5000m²,
Zimmer mit Bad / WC, Balkon oder Terrasse.

**Wir bieten Ihnen Pflegeplätze in
Kurz- und Vollzeit.**

**Anmeldung und Nachfrage unter der
Telefonnummer 089/600 86 600.
Nähere Informationen auch unter
www.pflegeheim-feuerbach.de**