

Besondere Veranstaltungen des Seniorenzentrums im Oktober 2021

**Bei allen Veranstaltungen gilt: Ausschließlich mit Voranmeldung unter Telefon 089/60012 856 oder direkt im Seniorenzentrum.
Es gelten die jeweiligen Coronabestimmungen und Hygieneschutzkonzepte.**

<i>Fr, 1. Okt.</i>	Behindertensprechstunde mit Kerstin Stiefermann 15 bis 17 Uhr, Seniorenzentrum
<i>Di, 5. Okt.</i>	Singen mit Kerstin Bopp, 9:30 Uhr, kostenfrei
<i>Di, 5. Okt.</i>	Kinonachmittag, Abfahrt S-Bahn Nbb., Kosten: Kinoabhängig zuzüglich MVV, Anmeldung bei Frau Loew, Telefon 089/601 37 35 bis Montagvormittag
<i>Do, 7. Okt.</i>	Konzert mit „Catrin Wolfer“, 14:30 Uhr, 8 Euro/6 Euro mit S-Pass, HfW, Großer Saal
<i>Sa, 9. Okt.</i>	Welthospiztag. Der Hospizkreis Ottobrunn e.V. kommt ins Seniorenzentrum und stellt die Ziele und Aufgaben eines ambulanten Hospiz- und Palliativdienstes vor. 9 bis 12 Uhr
<i>So, 10. Okt.</i>	Sonntagsgruppe „Zusammen ist man weniger allein“ mit Kristine Loew, 14:30 Uhr
<i>Di, 12. Okt.</i>	Tagesausflug „Hohenpeißenberg und Bergwerks- museum Peißenberg“, Kooperationsveranstaltung mit dem VdK Neubiberg-Putzbrunn e.V., 9 Uhr, S-Bahn Nbb., Kosten für Busfahrt, Eintritte 30 Euro, Anmeldung bis Di, 5. Okt.
<i>Fr, 15. Okt.</i>	Führung durch Unterbiberg mit Gemeindecarchivar Christian Petrzik, 10 Uhr, kostenfrei
<i>Mi, 20. Okt.</i>	Männerstammtisch im Leiberheim, 18 Uhr
<i>Do, 21. Okt.</i>	Informativer Spaziergang durch Neubiberg mit Rüdiger Berger, 14:30 Uhr, kostenfrei
<i>Do, 21. Okt.</i>	Filmvorführung mit anschließender Diskussion „Romys Salon“. Veranstalter ist die Alzheimer Gesellschaft München-Land e.V. in Kooperation mit dem Seniorenzentrum, 15 Uhr, begrenzte Teilnehmerzahl, kostenfrei
<i>Di, 26. Okt.</i>	Talwandern mit Renate Buchberger, 9:11 Uhr, S-Bahn Nbb.

<p>Mi, 27. Okt.</p>	<p>Lesung mit Lorenz Wagner „Zusammen ist man weniger alt“. Ein Mehrgenerationenhaus und die wissenschaftliche Antwort darauf, wie wir gesund und glücklich altern. 19:30 Uhr, Aula der Grundschule, Abendkasse 14 Euro, Vorverkauf über München Ticket, Kulturamt und Gemeindebibliothek/Ermäßigt 12 Euro, Menschen mit Behinderungen 7 Euro, bis 18 Jahre kostenfrei</p>
<p>Do, 28. Okt.</p>	<p>Besuch des Inklusionscafés BalanDeli in Haidhausen. Ein kurzer Film veranschaulicht die Idee des Cafés. Im Gespräch können wir weiteres Interessantes erfahren und Fragen stellen. Aber vor allem lassen wir uns die Leckereien des BalanDelis schmecken und verbringen mit interessanten Gesprächen einen geselligen Nachmittag. Abfahrt 13:11 Uhr, S-Bahn Nbb., kostenfrei, MVV und Verzehr extra</p>
<p>Fr, 29. Okt.</p>	<p>Singstunde mit Ingrid Sepp, 16 Uhr, Großer Saal, HfW, 3 Euro/2 Euro mit S-Pass</p>

Laufende Kurse im Oktober 2021

<p>Montags</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tischtennis, 9 Uhr - Boule, 16 Uhr - Gedächtnistraining mit Monika Kaczensky, 10:15 Uhr - Herbstwindgruppe, 14-tägig, nachmittags, Infos über Ruth Fischer-Michels, Alzheimer Gesellschaft München-Land e.V., Telefon 089/66059222
<p>Dienstags</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nordic Walking, 14-tägig, 10 Uhr und Talwandern
<p>Mittwochs</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sitzgymnastik I, 9 Uhr, Sitzgymnastik II, 10 Uhr - Französisch mit Michelle Singer, 10 Uhr - Töpfern, 14 Uhr - Gedächtnistraining mit Edgar Grunitz, 15 Uhr
<p>Freitags</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tischtennis, 9 Uhr - Malgruppe, 10 Uhr - Volkstanzgruppe, 15 Uhr, HfW, Gesundheitsraum

Besondere Veranstaltungen des Seniorenzentrums im November 2021

**Bei allen Veranstaltungen gilt: Ausschließlich mit Voranmeldung unter Telefon 089/60012 856 oder direkt im Seniorenzentrum.
Es gelten die jeweiligen Coronabestimmungen und Hygieneschutzkonzepte.**

Di, 2. Nov.	Talwandern mit Ernst Häupler, 9:15 Uhr, S-Bahn, Nbb.
Do, 4. Nov.	Plauderstunde mit Bewirtung, 14 Uhr
Fr, 5. Nov.	Behindertensprechstunde mit Kerstin Stieffermann 15 bis 17 Uhr, Seniorenzentrum
So, 7. Nov.	Sonstagsgruppe „Zusammen ist man weniger allein“ mit Kristine Loew, 14:30 Uhr
Mo, 8. Nov.	Herbstwindgruppe für Demenzerkrankte
Di, 9. Nov.	Kinonachmittag, Abfahrt S-Bahn Nbb., Kosten: Kinoabhängig zuzüglich MVV, Anmeldung bei Frau Loew, Telefon 089/601 37 35 bis Montagvormittag
Mi, 10. Nov.	Filmrevue. Zum Gedenken an ABN-Mitglied Wolfgang Bergter, 19 Uhr, HfW, Großer Saal, kostenfrei, Anmeldung über www.vhs-suedost.de oder Telefon 089/442 389-0
Do, 11. Nov.	Konzert mit Spui`maNovas. Stefan Straubinger (Bandoneon, Drehleier, Maultrommel) sowie Fridolin Straubinger (Posaune, Gitarre) spielen auf. HfW, Großer Saal, 17 Uhr, 8 Euro/6 Euro mit S-Pass
Di, 16. Nov.	Talwandern mit Ernst Häupler, 9:11 Uhr, S-Bahn Nbb.
Mi, 17. Nov.	Männerstammtisch, 18 Uhr, vorr. Gaststätte Leiberheim
Do, 18. Nov.	Informativer Spaziergang durch Neubiberg mit Rüdiger Berger, 14:30 Uhr, kostenfrei, Treffpunkt Seniorenzentrum
Di, 23. Nov.	Ägyptisches Museum. Duckomenta. Auf den Spuren der Enten. Eine vergnügliche, fantasievolle Reise durch die Kunstwelt. Lassen Sie sich überraschen! 6 Euro/5 Euro mit S-Pass, MVV-Extra, 9:11 Abfahrt S-Bahn Nbb., Anmeldung bis Do, 18. November
Do, 25. Nov.	Literarisches Kabinett mit Heidi Felber, Ulrike Krack und Sonja Urbach, 15 Uhr, 3 Euro/2 Euro mit S-Pass
Fr, 26. Nov.	Singstunde mit Ingrid Sepp, 16 Uhr, HfW, Großer Saal, 3 Euro/2 Euro mit S-Pass

Fr, 26. Nov.	Busausflug zum Christkindlmarkt in Augsburg Mit Mittagessen in einem typischen Augsburger Lokal, Besuch des Goldenen Saales im Rathaus und einem Bummel über den Markt. Eine Kooperation mit dem VdK Neubiberg/Putzbrunn, 11 Uhr, S-Bahn Nbb., 25 Euro für Busfahrt und Führung
Fr, 26. bis So, 28. Nov. Am So, 28. Nov.	Weihnachtsdult Adventliche Stimmung im Seniorenzentrum. Verkauf von gestrickten Socken der Seniorinnen, Bildern der Malgruppe, Töpfereien der Töpfergruppe. Ausschank von Heißgetränken wie Glühwein, Punsch, Kaffee, Tee. 14 bis 17 Uhr im Seniorenzentrum
Di, 30. Nov.	Talwandern mit Ernst Häupler, 9:11 Uhr S-Bahn Nbb

Laufende Kurse November 2021

Montags	<ul style="list-style-type: none"> - Tischtennis, 9 Uhr - Gedächtnistraining mit Monika Kaczensky, 10:15 Uhr - Herbstwindgruppe, 14-tägig, nachmittags, Infos über Ruth Fischer-Michels, Alzheimer Gesellschaft München-Land e.V., Telefon 089/66059222
Dienstags	<ul style="list-style-type: none"> - Nordic Walking, 10 Uhr - Talwandern, jeweils 14-tägig
Mittwochs	<ul style="list-style-type: none"> - Sitzgymnastik I, 9 Uhr, Sitzgymnastik II, 10 Uhr - Französisch mit Michelle Singer, 10 Uhr - Töpfern, 14 Uhr - Gedächtnistraining mit Edgar Grunitz, 15 Uhr
Freitags	<ul style="list-style-type: none"> - Tischtennis, 9 Uhr - Malgruppe, 10 Uhr - Volkstanzgruppe, 15 Uhr, HfW, Gesundheitsraum

**Besondere Veranstaltungen des Seniorenzentrums
im Dezember 2021**

**Bei allen Veranstaltungen gilt: Ausschließlich mit Voranmeldung unter Telefon 089/60012 856 oder direkt im Seniorenzentrum.
Es gelten die jeweiligen Coronabestimmungen und Hygieneschutzkonzepte.**

Do, 2. Dez.	Plauderstunde mit Bewirtung, 14 Uhr, kostenfrei, Verzehr extra
Sa, 4. Dez.	Seniorenweihnachtskonzert „Obacht Weihnacht“, mit dem Autor, Musiker und Geschichtenerzähler Karl-Heinz-Hummel und den Hachinger Saitenhupfern (Bärbel Steinbigler, Claudia Crzelke, Stefan Hentschel, Kerstin Schuh), 14 Uhr, Aula der Grundschule, kostenfrei, zur besseren Planbarkeit bitte mit Voranmeldung bis Mittwoch, 1. Dezember
Mo, 6. Dez.	Herbstwindgruppe für Demenzerkrankte, 13:30 Uhr, Pfarrheim Rosenkranzkönigin
Di, 7. Dez	Talwandern mit Ernst Häupler, 9:11 Uhr, S-Bahn Nbb.
Mi, 8. Dez.	Salzburger Adventssingen mit Bummel über den Weihnachtsmarkt und dem Besuch dieser einzigartigen Musikveranstaltung. 8:31 Uhr, Abfahrt S-Bahn Nbb., Abfahrt Ostbahnhof 9:04 Uhr, Rückkehr ca. 20:30 Uhr, 53 Euro/48 Euro mit S-Pass zuzüglich Kosten für Bayernticket, Bus und Verzehr, Anmeldung bis Mittwoch, 1. Dez.
Mi, 8. Dez.	Film von Wolfgang Jaeschke „Königreich Marokko“, Vorführung der Arbeitsgemeinschaft Bürgerfernsehen. Anmeldung über vhs-suedost.de oder Telefon 089/442389 0
So, 12. Dez.	Sonntagsgruppe „Zusammen ist man weniger allein“ mit Kristine Loew, 14:30 Uhr, begrenzte Teilnehmerzahl
Di, 14. Dez.	Kinonachmittag, Abfahrt S-Bahn Nbb., Kosten: Kinoabhängig zuzüglich MVV, Anmeldung bei Frau Loew, Telefon 089/601 37 35 bis Montagvormittag
Mi, 15. Dez.	Männerstammtisch im Leiberheim, 18 Uhr
Do, 16. Dez.	Informativer Spaziergang durch Neubiberg mit Rüdiger Berger, 14:30 Uhr, kostenfrei, Treffpunkt Seniorenzentrum

Mo, 20. Dez.	Herbstwindgruppe für Demenzerkrankte, 13:30 Uhr, Pfarrheim Rosenkranzkönigin
Di, 21. Dez.	Talwandern mit Ernst Häupler, 9:11 Uhr, S-Bahn Nbb.

Laufende Kurse im Dezember 2021

Montags	<ul style="list-style-type: none"> - Tischtennis, 9 Uhr - Gedächtnistraining mit Monika Kaczensky, 10:15 Uhr, - Herbstwindgruppe, 14-tägig, nachmittags, Infos über Ruth Fischer-Michels, Alzheimer Gesellschaft München-Land e.V., Telefon 089/66059222
Dienstags	<ul style="list-style-type: none"> - Nordic Walking, 10 Uhr - Talwandern, jeweils 14-tägig
Mittwochs	<ul style="list-style-type: none"> - Sitzgymnastik I, 9 Uhr, Sitzgymnastik II, 10 Uhr - Französisch mit Michelle Singer, 10 Uhr - Töpfern, 14 Uhr - Gedächtnistraining mit Edgar Grunitz, 15 Uhr
Freitags	<ul style="list-style-type: none"> - Tischtennis, 9 Uhr, Malgruppe, 10 Uhr, - Volkstanzgruppe, 15 Uhr, HfW, Gesundheitsraum

- **Tägliche Spaziergänge in Begleitung sind möglich.** Bei Interesse bitten wir um Ihren Anruf unter Telefon 089/60012 856.
- **Montags, dienstags und donnerstags** von 8:30 bis 12 und 13 bis 17 Uhr ist der **Seniorenbus** für Sie unterwegs. An diesen Tagen ist auch der **Einkaufsbringdienst** und „**Bücher auf Rädern**“ für Sie im Einsatz.
- Vertrauliche und kostenfreie **soziale Beratung** durch Kerstin Stiefermann, **Ehrenamtsberatung** durch Renate Krier. Telefonische Voranmeldung unter 089/60012 856.

Das Team des Seniorenzentrums freut sich auf Ihr Kommen!
Vom Donnerstag, 23. bis Freitag, 31. Dezember ist das Seniorenzentrum geschlossen. Ab Montag, 3. Januar 2022 sind wir wieder für Sie da!
Wir wünschen Ihnen einen stimmungsvollen Advent und fröhliche Weihnachten.