

SENIORENPROGRAMM

Januar
bis
Juni 2017



Mehr
Generationen
Haus

Maxhütte  Haidhof
Eine Stadt zeigt Gesicht.

Herausgeber:

SENIORENBEIRAT der Stadt Maxhütte-Haidhof



MAXHÜTTER SENIORENPROGRAMM

„Wir verbinden Generationen“



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Impressum

1. Bürgermeisterin Dr. Susanne Plank, Seniorenbeirat der Stadt Maxhütte-Haidhof,
Regensburger Straße 18, 93142 Maxhütte-Haidhof

Kontakt: Anita Alt, Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit (BVS) & Seniorenarbeit,
www.maxhuettenhaidhof.de, Tel. 0 94 71/ 30 22-12, E-Mail alt@maxhuettenhaidhof.de

Grußwort Bürgermeisterin



"Leben und leben sind zweierlei Dinge."

(Martin Gerhard Reisenberg)

Liebe Seniorinnen und Senioren,

Sie halten unser aktuelles Seniorenprogramm in Händen. Damit haben Sie den ersten Schritt getan, mit Gleichgesinnten, Freunden und Bekannten das Leben zu genießen und etwas zusammen zu unternehmen.

Und falls Sie noch nie zu einem Veranstaltungspunkt im Seniorenprogramm angemeldet haben, da sie keinen Anschluss haben?

Geben Sie sich einen Ruck, wir freuen uns auf Sie!

Liebe Seniorinnen und Senioren,

unsere Stadt möchte mit diesem Seniorenprogramm die Gestaltung Ihres Lebensalltags bereichern. Dazu haben unser kommunaler Seniorenbeirat und die Volkshochschule im Städtedreieck e. V. mit vielen aktiven älteren Menschen ein interessantes und abwechslungsreiches Programm zur individuellen Freizeit- und Lebensgestaltung zusammengestellt.

Allen, die an diesem Programm mitwirken und es ermöglichen, danke ich ganz herzlich für ihr Engagement bei der Mitgestaltung unserer seniorenfreundlichen Stadt.

Ihnen, liebe Seniorinnen und Senioren, wünsche ich viel Vorfreude bei der Auswahl und Freude beim Besuch der Veranstaltungen und verbleibe

mit freundlichen Grüßen aus dem Rathaus

Ihre

Dr. Susanne Plank



Unser Seniorenbeirat der Stadt

Der Seniorenbeirat der Stadt Maxhütte-Haidhof

Im letzten Jahr besuchten knapp 3800 Senioren die Veranstaltungen des Seniorenbeirates der Stadt, welcher zusammen mit der Volkshochschule im Städtedreieck auch dieses Programm wieder zusammengestellt hat. Diese große Teilnehmerzahl zeigt uns, dass wir mit unseren Angeboten richtig liegen.

Als Stadtverwaltung dürfen wir betonen, dass unsere Seniorenbeiräte alle ehrenamtlich arbeiten und keinen finanziellen Ausgleich für ihre wertvolle Arbeit erhalten – herzlichen Dank für das große Engagement!

Das Einbezahlen des Unkostenbeitrages bei Fahrten **muss eine Woche vor Fahrtbeginn** erfolgt sein und gilt dann als Bestätigung.

Die Seniorenbeiräte der Stadt Maxhütte-Haidhof stellen sich vor:

Vorwahl 0 94 71

Seniorenbeirätin	Irmgard	Gietl	Bergmannstraße 55	2 13 65
Seniorenbeirätin	Gertraud	Heller	Friedrich-Ebert-Straße 23	25 39
Seniorenbeirätin	Ute	Hierl	Dr.-Kurt-Schumacher-Straße 20	30 13 27
Seniorenbeirätin	Elfriede	Markgraf	Lessingstraße 11	44 83
Seniorenbeirätin	Elisabeth	Neuner	Alte Schulstraße 8, BUL	6052747
Seniorenbeirätin	Isolde	Schleinkofer	Weidenweg 8	30 75 51
Seniorenbeirätin	Lilli	Senft	Buchkernstraße 8	30 13 91
Seniorenbeirätin	Linda	Stadlbauer	Hagenauer Straße 7	24 07



Als Ansprechpartnerin der **Volkshochschule im Städtedreieck**, Regensburger Straße 20 im Mehrgenerationenhaus in 93142 Maxhütte-Haidhof (gleich neben dem Rathaus) steht Ihnen gerne unter der Telefonnummer 0 94 71 / 30 22 70 Geschäftsführerin Petra Meier zur Verfügung.



Rosenball – 7. Mai 2017

Wir laden Sie ganz herzlich ein!

07. Mai 2017 – Stadthalle Maxhütte-Haidhof

Ganz im Zeichen des Mottos „Rosenball – Eine Rose für die Rose“ wird sich die Stadthalle in Maxhütte-Haidhof am Sonntag, 07. Mai 2017 wieder in einen Rosenpalast verwandeln.

Bereits zum **elften Mal** veranstaltet der Seniorenbeirat der Stadt Maxhütte-Haidhof zusammen mit der Seniorenfachstelle des Landratsamtes Schwandorf einen außergewöhnlichen und musikalischen Nachmittag – den **ROSENBALL**.

Beginn 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr. Die Tanzband Hulahoop aus Amberg sorgt für die nötige musikalische Unterstützung, damit das Tanzbein zu Walzer, Polka, Foxtrott und Tango geschwungen werden kann.

Frau Ute Hierl, Seniorenbeirätin der Stadt Maxhütte-Haidhof, hat neben der Live-Musik kleine Überraschungen vorbereitet.



Das Bild zeigt von links Evi Seitz, Seniorenfachstelle des Landratsamtes Schwandorf mit dem druckfrischem Plakat und 1. Bürgermeisterin Dr. Susanne Plank erhält von Organisatorin Ute Hierl die erste Rose als Symbol Rosenball.

Große Freude wird es wieder bei der Wahl der Rosenkönigin und des Rosenkönigs geben.

Eingeladen sind alle interessierte Gruppen und Einzelpersonen aus dem ganzen Landkreis, die Veranstaltung ist kostenlos.

Anmeldungen nimmt Ute Hierl bis Freitag, 28. April 2017 unter der Telefonnummer 0 94 71 / 30 13 27 entgegen.

11 Jahre Rosenball

Schauen auch Sie bei uns vorbei!

Gedächtnistraining, Sport u. Singen

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Je sechs Nachmittage:

Seminar 2017-1 vom 11. Januar 2017 – 22. März 2017 (Sechs Termine).

Treffpunkt: Mittwoch, 16:30 Uhr - 17:30 Uhr, VHS im Städtedreieck e. V.,
Regensburger Straße 20, Kursgebühr pro Seminar: 12,- Euro.

Seminar 2017-2 vom 5. April 2017 – 14. Juni 2017 (Sechs Termine).

Treffpunkt: Mittwoch, 16:30 Uhr - 17:30 Uhr, VHS im Städtedreieck e. V.,
Regensburger Straße 20, Kursgebühr pro Seminar: 12,- Euro.

Wir bieten mit Theresia Kral ein ganzheitliches Gedächtnistraining an, welches spielerisch und ohne Stress die Leistung des Gehirns steigert.

Anmeldung erforderlich. Max. 15 Teilnehmer/innen!

Schnupperstunden für Seniorengymnastik

Jeden letzten Mittwoch im Monat findet in der Turnhalle der Mittelschule von 16.45 Uhr bis 17.45 Uhr eine Gymnastik für sportbegeisterte Seniorinnen und Senioren statt.

(25. Januar 2017, 22. Februar 2017, 29. März 2017,
26. April 2017, 31. Mai 2017 und 28. Juni 2017).

Das Mitmachen ist kostenlos. Keine Anmeldung.
Informationen bei Seniorenbeirätin Ute Hierl.

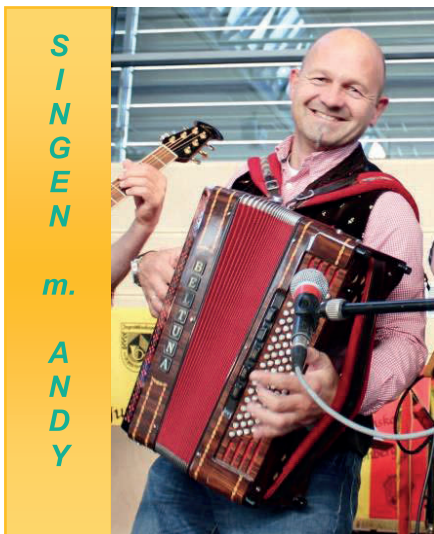
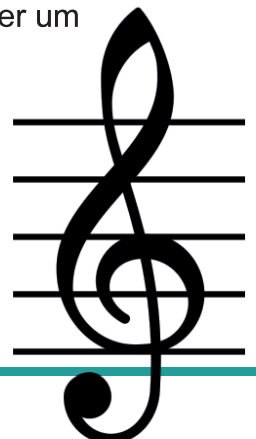


„Gemeinsames Singen und Beisammensein“

Am **Donnerstag, 1. Juni 2017** gestaltet der Seniorenbeirat zusammen mit Vollblutmusiker und Stadtrat Andreas Fischer um 16.00 Uhr ein „**Offenes Singen**“ beim Alfred, Gasthaus Lauberger in der Bahnhofstraße.

Anmeldung erforderlich!

Singen Sie mit uns!
Singen tut gut!



B adefahrten und Baden „dahoaam“

Zu den Kaiser-Thermen nach Bad Abbach

Heute bieten die Kaiser-Therme mit ihrem Thermalwasser eine ideale Kombination von Badevergnügen und Gesundheitsvorsorge.

Die Fahrten finden immer donnerstags am 19. Januar 2017, 16. Februar 2017, 16. März 2017, 20. April 2017 und 18. Mai 2017.



ACHTUNG: Anmeldungen für den Kleinbus bei Herrn Dietmar Kral unter der Telefonnummer 0 94 71/ 46 39. Die Fahrt kostet 18,-- Euro incl. Eintritt.

Zu der Limes-Therme nach Bad Gögging – eine gemeinsame Aktion der Städte Teublitz und Maxhütte-Haidhof!

Maxhütte  Haidhof
Eine Stadt zeigt Gesicht.

Teublitz 
Genau unsere Stadt

Schwefelwasser, Naturmoor, Naturfango und Mineralthermalwasser sind die Geschenke der Natur, die in der Limes-Therme Bad Gögging für Therapie, Prävention und Erholung eingesetzt werden.

Wir fahren wieder am 28. Januar 2017, 25. Februar 2017, 25. März 2017, 29. April und 27. Mai 2017.

Die Fahrt kostet 18,-- Euro incl. Eintritt. **Bitte immer eine Woche vorher bei der Stadt Maxhütte-Haidhof unter der Telefonnummer 0 94 71/ 30 22- 12 anmelden.**



Naturbad Tegelgrube – direkt vor Ihrer Haustüre!

Das Naturbad Tegelgrube ist täglich in den Sommermonaten von 8.00 Uhr bis 21.00 Uhr für Sie geöffnet. Oder lassen Sie den Feierabend gemütlich bei Kaffee und Kuchen am Kiosk ausklingen?

„Dahoam is dahoam!“

Ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle unserer Wasserwacht Maxhütte-Haidhof!

Aktiv unterwegs



Bewegung im Sommer -

Wollten Sie nicht schon immer einmal wieder sportlich aktiv werden? Wir bieten Ihnen in den Sommermonaten aktiven Seniorensport an!

Kostenlos und unverbindlich!

Termine:

Jeden Montag im Juni und Juli 2017 um 10.00 Uhr am Platz der Stock-Schützen des SSC Grün-Weiß!

Keine Anmeldung erforderlich!

Besuch der Messe „66“ in München

Herzlich Willkommen auf der größten Messe für Senioren in Deutschland - „Die 66“ in München

Vorträge, Workshops und Podiumsdiskussionen und ein einzigartiges Unterhaltungsprogramm mit prominenten Gästen! Kostenlose Gesundheitschecks! Und das Beste für Sie: Alle Programmpunkte sind im Eintrittspreis inbegriffen!

Termin:

Sonntag, 21. Mai 2017, Tagesfahrt

Unkostenbeitrag:

Fahrt: 10,-- Euro, Eintritt wird übernommen.

Anmeldung erforderlich,

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung!

Wir sagen:

**„Unter Freunden
ist alles gemeinsam!“**



Die Senioren-Sportgruppe des FC Maxhütte-Haidhof beim Auftritt auf der Messe 66 im Jahre 2015!

Unternehmungen – wir sind AKTIV



Seniorenfrühstück

Jeden letzten Freitag im Monat veranstaltet der Seniorenbeirat ein Frühstück mit Vorträgen von Stadtrat Josef Stadlbauer. Beginn des Vortrages 9.00 Uhr, Beginn des Frühstücks 9.30 Uhr, **Unkostenbeitrag 4,-- Euro.**

Sie erhalten bei der Anmeldung eine Wertmarke, die zum Frühstück mitzubringen ist.

Termine auf der Rückseite. **Anmeldung erforderlich!**

„Alles kommt aus dem Butterfass!“

Ausbuttern:

Dienstag, 14. Februar 2017 und

Dienstag, 16. Mai 2017 im MehrGenerationenHaus.

Treffpunkt um 15.00 Uhr, **Anmeldung erforderlich!**



Sommerwanderung zur Georgi-Mühle nach Schirndorf zum „Schore“



Treffpunkt:

Donnerstag, 11. Mai 2017,
14.00 Uhr, Am Greinhof

Anmeldung erforderlich!



Unternehmungen – wir sind AKTIV

Auffrischkurs für Autofahrer ab 65 Jahre

Liebe Seniorinnen und Senioren,

der Seniorenbeirat der Stadt Maxhütte-Haidhof möchte Ihnen in Zusammenarbeit mit der **Fahrschule Ludwig & Ertel GmbH** ein Auffrischungs-Training für ältere Autofahrer anbieten. Bei diesem Auffrischungstraining für Autofahrer geht es nicht um Aus- sondern um Weiterbildung.



In moderierten Gruppengesprächen werden vorab schwierige Situationen im Straßenverkehr besprochen. Die praktischen Übungen bauen auf dem Wissen und Können der Teilnehmenden auf und testen diese unter unterschiedlichen Bedingungen.

Dieses Training ist keine Prüfung: Fehler während des Trainings führen in keinem Fall zum Führerscheinentzug. Vielmehr geht es darum, die eigenen Kenntnisse und Fähigkeiten zu überprüfen und hinzuzulernen.

Das Auffrischungs-Training für ältere Verkehrsteilnehmende

ist speziell auf die Bedürfnisse von älteren Autofahrenden abgestimmt und soll dazu beitragen, deren Mobilität zu sichern. Die Aufgaben und Übungen unterscheiden sich von denen eines klassischen Pkw-Fahrsicherheitstrainings: Teilnehmende trainieren konkret Fahrfähigkeiten, die besonders älteren Menschen Schwierigkeiten bereiten können. Das Training verfolgt das Ziel: Eine realistischere (Selbst)Einschätzung fördern und sicherheitsförderndes Verhalten auch in nicht alltäglichen Situationen zu üben.

Teilnehmerzahl: mindestens 10 Teilnehmer und maximal 12 Teilnehmer.
Das Seminar wird mit ca. 4,5 Stunden angesetzt und fängt am Trainingstag um 8.00 Uhr an.

Termine:

Mittwoch, 5. April 2017, 3. Mai 2017, 31. Mai 2017 und 21. Juni 2017.

Unkostenbeitrag: 79,-- Euro (**davon übernimmt 19,00 Euro die Stadt Maxhütte-Haidhof**).

Sie zahlen somit nur 60 Euro!

Anmeldung erforderlich!

H andarbeiten und gemeinsam Lachen



Handarbeitstreffen in der FC-Sportgaststätte

Jeden **Mittwoch** bietet der Maxhütter Seniorenbeirat einen **Handarbeitsnachmittag** in der **FC-Sportgaststätte** (Friedrich-Ebert-Straße 1) für Jung und Alt an.



Treffpunkt: 14.00 Uhr. Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen.
Einen Übersichtskalender finden Sie auf der letzten Seite!
Nähere Informationen bei unserer Seniorenbeirätin Irmgard Gietl (Adresse auf Seite 2).

Seniorencafè im MehrGenerationenHaus

Immer an einem Dienstag (dreiwöchiger Rhythmus) treffen sich junggebliebene Seniorinnen und Senioren **um 14.00 Uhr im MehrGenerationenHaus**.

Verschiedene Aktionen stehen auf dem Programm.

Die Termine finden Sie im **Übersichtskalender auf der letzten Seite aufgelistet**. Los geht es am 17. Januar 2017, 7. Februar 2017 ...

Nähere Informationen gibt es bei Maria Rösch unter der Telefonnummer **09471 4810**.



Unternehmungen – wir sind AKTIV

Ausflugs- und Badefahrt nach Neualbenreuth

Heute geht die Reise nach Neualbenreuth.
Es besteht die Möglichkeit zu einem zweieinhalbstündigen Aufenthalt im Sibyllenbad und Zeit zur freien Verfügung.
Anschließend machen wir gemeinsam eine gemütliche Einkehr.



Termin: Donnerstag, 22. Juni 2017, Tagesfahrt
Unkostenbeitrag: 8,-- Euro (Fahrt), Eintritt für das Bad muss selbst bezahlt werden,
Anmeldung erforderlich!

Besuch bei der Hofkäserei Lang



Mit dieser Halbtagesfahrt möchten wir Ihnen lokale Spezialitäten eröffnen: Wir besuchen die Hofkäserei Lang bei Kirchendemenreuth.
Sie wollten schon immer wissen, wie Käse hergestellt wird? Dann schauen Sie mit uns doch bei der Käsezubereitung über die Schulter und verfolgen Sie im Detail den Weg von der Milch zum fertigen Käse. Anschl. **Einkehr gleich nebenan in der Gaststube** und lassen den Tag gemeinsam ausklingen.
Tipp: Kühltasche mitnehmen!

Termin: Dienstag, 9. Mai 2017, Halbtagesfahrt
Unkostenbeitrag: 12,-- Euro (Fahrt mit Führung, Kaffee, Kuchen oder Brotzeit in Buffet-Form), **Anmeldung erforderlich!**

Besuch im Ziegenhof-Cafè Deß

Maria Deß ist bekannt aus der Fernsehproduktion „Landfrauenküche“.

Wir besuchen Ihren Ziegenhof im Ortsteil Richthof bei Freystadt.

Besuchen Sie den modernen Ziegenhof, der alle Ansprüche einer BIO-Landwirtschaft erfüllt.
Lassen Sie sich von der Neugierde der Ziegen anstecken und erfahren Sie mehr über diese Tiere.
Es erwartet Sie eine lebhafte und musikalische Ziegenbäuerin, die Sie anschließend mit ihren hausgemachten Kuchen oder Brotzeiten verführt.

Termin: Donnerstag, 23. März 2017, Halbtagesfahrt
Unkostenbeitrag: 12,-- Euro (Fahrt mit Führung, Kaffee und Kuchen incl.),
Anmeldung erforderlich!



Unternehmungen – wir sind AKTIV

Winterbesuch im Modemarkt ADLER bei Eching und Besuch des Bier- und Oktoberfest-Museums in München – MIT Bierprobe!



Jeder Gast erhält bei Ankunft in der Filiale eine spezielle Einkaufstüte.
Auf alle Artikel, die er in diese Tüte packt, gibt es an der Kasse 25 % Rabatt – auch auf bereits reduzierte Ware – nur gültig mit der Adler-Karte, die Sie an der Kasse kostenlos erhalten.

Anschließend Mittagessen im Restaurant! Dann geht es weiter zum **Bier- und Oktoberfest-Museum in München** – mit Bierprobe inklusive!

Termin: Dienstag, 21. Februar 2017, Tagesfahrt

Unkostenbeitrag: Busfahrt, Führung im Museum und Bierprobe: 12,-- Euro,
Anmeldung erforderlich!



Sicherheit für Senioren –

Die Weidener Puppenbühne der Bayerischen Polizei gastiert bei uns im Stadtgebiet



Mit einem speziell entwickelten Puppenstück für Senioren werden die Themen Kaffeefahrten, Diebstahl, Haustürgeschäfte und vieles mehr erklärt und Gefahren dargestellt.

Anschließend stehen die Puppenspieler, die im wirklichen Leben Polizisten sind, noch zu einer Diskussionsrunde oder Fragen zur Verfügung!

Termin: Dienstag, 4. April 2017 in der Sportgaststätte des FC Maxhütte-Haidhofs (Regensburger Straße 20).

Unkostenbeitrag: Puppenspiel incl. Kaffee und Kuchen: 2 Euro

Anmeldung erforderlich, da nur eine begrenzte Personenzahl möglich ist!

Sie erhalten eine Teilnehmerkarte!



Impressionen 2016



Machen Sie mit!



**Wir freuen uns
auf Sie!**



Wir stellen uns vor - Seniorenbeirat

1. Bürgermeisterin
Dr. Susanne Plank

Seniorenbeirätin
Elfriede Markgraf

Seniorenbeirätin
Linda Stadlbauer

Referentin für Presse- und
Öffentlichkeitsarbeit (BVS)
Anita Alt, der „Kopf des
Seniorenbeirates“



Seniorenbeirätin
Traudl Heller

Seniorenbeirätin
Irmgard Gietl

Seniorenbeirätin
Lilli Senft

Seniorenbeirätin
Isolde Schleinkofer

Seniorenbeirätin
Ute Hierl

Seniorenbeirätin
Elisabeth Neuner

Seniorenprogramm der Stadt Maxhütte-Haidhof, 2017

	Januar		Februar		März		April		Mai		Juni	
1 So	Neujahr	Mi	Handarbeiten	Mi	Aschermittwoch	Sa		Mo	Tag der Arbeit	Do	Singen mit Andy	1
2 Mo		Do		Do		So		Di		Fr		2
3 Di		Fr		Fr		Mo		Mi	Handarb./Gedächtnist.	Sa		3
4 Mi		Sa		Sa		Di	Polizei Puppenbühne	Do	Fahrttraining	So		4
5 Do		So		So		Mi	Handarb./Gedächtn./Fahrttraining	Fr		Mo	Pfingstmontag	5
6 Fr	Hl. Drei Könige	Mo		Mo		Do		Sa		Di		6
7 Sa		Di	Seniorencafe	Di		Fr		So	Rosenball	Mi	Handarbeiten	7
8 So		Mi	Handarb./Gedächtnist.	Mi	Handarb./Gedächtnist.	Sa		Mo		Do		8
9 Mo		Do		Do		So		Di	Fahrt Hofkäserei Lang	Fr		9
10 Di		Fr		Fr		Mo		Mi	Handarbeiten	Sa		10
11 Mi	Handarb./Gedächtnist.	Sa		Sa		Di		Do	Wanderung Schore	So		11
12 Do		So		So		Mi	Handarbeiten	Fr		Mo	Fit in den Morgen	12
13 Fr		Mo		Mo		Do		Sa		Di		13
14 Sa		Di	Ausbuttern	Di		Fr	Karfreitag	So		Mi	Handarb./Gedächtnist.	14
15 So		Mi	Handarbeiten	Mi	Handarbeiten	Sa		Mo		Do	Fronleichnam	15
16 Mo		Do	Bad Abbach	Do	Bad Abbach	So		Di	Ausbuttern	Fr		16
17 Di	Seniorencafe	Fr		Fr		Mo	Ostersonntag	Mi	Handarb./Gedächtnist.	Sa		17
18 Mi	Handarbeiten	Sa		Sa		Di		Do	Bad Abbach	So		18
19 Do	Bad Abbach	So		So		Mi	Handarb./Gedächtnist.	Fr		Mo	Fit in den Morgen	19
20 Fr		Mo		Mo		Do	Bad Abbach	Sa		Di		20
21 Sa		Di	Adler & Biermuseum	Di		Fr		So	Messe 66 München	Mi	Handarb./Fahrttraining	21
22 So		Mi	Handarb./Gedächtn./Gym	Mi	Handarb./Gedächtnist.	Sa		Do		Do	Fahrt Sibyllenbad	22
23 Mo		Do		Do	Fahrt Ziegenhof Deß	So		Di		Fr		23
24 Di		Fr	Frühstück	Fr		Mo		Mi	Handarbeiten	Sa		24
25 Mi	Handarb./Gedächtn./Gym	Sa	Bad Gögging	Sa	Bad Gögging	Di		Do	Christi Himmelfahrt	So		25
26 Do		So		So		Mi	Handarbeiten/Gym	Fr	Frühstück	Mo	Fit in den Morgen	26
27 Fr	Frühstück	Mo	Rosenmontag	Mo		Do		Sa	Bad Gögging	Di		27
28 Sa	Bad Gögging	Di	Seniorencafe	Di		Fr	Frühstück	So		Mi	Handarbeiten/Gym	28
29 So				Mi	Handarbeiten/Gym	Sa	Bad Gögging	Mo		Do		29
30 Mo				Do		So		Di		Fr	Frühstück	30
31 Di				Fr	Frühstück			Mi	Handarbeiten/Gedächtn./Gym/Fahrttraining			31

Winterferien
Osterferien
Pfingstferien

27. Februar 2017 bis 3. März 2017
10. April 2017 bis 22. April 2017
6. Juni 2017 bis 16. Juni 2017