



Generationsbüro
Kirchweidach

SENIOREN FORUM KIRCHWEIDACH

Die Plattform für Vorträge, Gesprächsthemen,
gemeinsame Aktivitäten

Infos und Anmeldung:
Robert Meisner, Seniorenreferent
Quartiersmanagement

Mobil: 0152 – 08 42 73 51
robert.meisner@kirchweidach.de

Unser Motto:

„Fit und vital bis ins hohe Alter“.

Unser Ziel:

Die fittesten und lustigsten Senioren Bayerns!

Die Senioren-Nachmittage finden immer am 3.ten
Mittwoch im Monat statt. Treffpunkt ist das
Kooperatorhaus,
Kirchenstraße 7
84558 Kirchweidach



Generationsbüro
Kirchweidach

SENIOREN FORUM KIRCHWEIDACH

Veranstaltungen
1. Jahreshälfte 2024

Generation 60+



SENIOREN FORUM

1. JAHRESHÄLFTE 2024

Januar: Vortrag: „Die Schönheit des Alters“

Heißt Alter werden nur Schmerzen haben und geistige Abnahme? Im Gegenteil, es bedeutet auch Ruhe, Gelassenheit und Weisheit. Die Beurteilung der Menschen wird sachlicher, milder, gerechter. Erfahrung und Routine sind im Alter am größten und geben eine gewisse Überlegenheit. Geistige Leistung und die Fähigkeit schöpferischen Wirkens nehmen mit den Jahren zu.

Am 17. 01.2024, um 15.00 Uhr, Kooperatorhaus

Februar: Infostunde: „Digitalisierung – Risiko oder Chance?“

Viele ältere Menschen haben Angst vor dem viel zu schnellen Fortschritt. Aber wie können Senioren von der Umstellung ins digitale Zeitalter auch profitieren?

Am 21.02.2024, um 15 Uhr, Kooperatorhaus

März: Singen macht lustig!

Singen ist gesund. Es verbessert die Haltung, stärkt unsere Abwehrkräfte, bringt den Kreislauf in Schwung und macht glücklich.

Am 20.03.2024, um 15 Uhr, Kooperatorhaus
Mit Kaffee und Kuchen!

Senioren Spezial VHS Kirchweidach

Grips-Training für zwischendurch

Mit: Robert Meisner, Gesundheitspraktiker BfG

Am 5. Februar 2024, 17.30-19.00 Uhr,
Kooperatorhaus

April: Vortrag: Ich war dann mal weg!

Unterwegs auf dem Jakobsweg. Spannendes und Unerhörtes auf dem ältesten Pilgerweg Europas.

Mai: Kirchenführung in der St. Vitus Kirche

Ein Exkurs durch die Geschichte des ehrwürdigen Gotteshauses im Zentrum von Kirchweidach

Am 15.05.2024, um 15 Uhr, Kooperatorhaus

Mai: Radexkursion: Kulturlandschaft Kapellen

Von Kirchweidach über Oberbuch bis Tyrlaching. Interessante Spuren einer religiösen Vergangenheit

Am 23.05.2024, von 15-18 Uhr

Treffpunkt: Kooperatorhaus

Juni: Infostunde: Gefahren an der Haustür

und betrügerische Schockanrufe

Nicht echte Handwerker, Trickdiebe und falsche Polizisten an der Haustür u. am Telefon. Ein Kriminalhauptkommissar gibt Ratschläge wie sie nicht zu Opfern dieser Täter werden.

Am 19. 06.2024, um 15.00 Uhr, Kooperatorhaus
Mit Kaffee und Kuchen!

Senioren Spezial VHS Kirchweidach

„Aufgeblüht“- weise, stark und schön – Frauen ab 60

Mit Christina Gramsamer, Diplom Sozialpädagogin (FH)

Am 19. Februar 2024, 17.30-19.00 Uhr,
Kooperatorhaus