

Begegnungsstätte im Julius-Schieder-Haus

Januar 2025

Wochentag	Angebote	Termine					
		30.12.	06.01.	13.01.	20.01.	27.01.	
Montag	Frühstücksgruppe 9:30-12:00 <i>Die Gruppe startet voraussichtlich am 13. Januar wieder</i>		Heilige Drei Könige	X	X	X	
	Einzel-Spaziergang mit Genesungsbegleiterin 11:00-15:45 Telefonische <i>Anmeldung erforderlich</i>			X	X	X	
	Literaturcafé mit Genesungsbegleiterin 13:30-15:00 <i>Anmeldung erforderlich</i>			X	X	X	
	Malgruppe: Der Kreis 14:00-15:30 <i>Aktuell keine freien Plätze</i>			X	X	X	
	Fokussieren trainieren - spielerische Übungen <i>Anmeldung erforderlich, Start: 27. Januar, 5 Termine, siehe Rückseite</i>					X	
Dienstag		31.12.	07.01.	14.01.	21.01.	28.01.	
	"Dienstagsmaler" 10.00-12.00 <i>Aktuell keine freien Plätze</i>		X	X	X	X	
	„Resilienz & Wohlbefinden“ 11:30-12:30 <i>Anmeldung erforderlich (sechs Termine)</i>		X	X			
	Einzel-Spaziergang mit Genesungsbegleiterin 12:45-15:15 Telefonische <i>Anmeldung erforderlich</i>		X	X	X	X	
	Smartphone-Sprechstunde 13:00/13:30/14:00 Telefonische <i>Anmeldung erforderlich</i>				X	X	
	Handarbeit für Jung und Alt 14:30-16:30 <i>Aktuell keine freien Plätze</i>		X	X	X	X	
	Spiel & Spaß am Dienstag* 15:00-16:15		X	X	X	X	
	Schach-Nachmittag* 14:00-17:00		X	X	X	X	
	Spielerunde 18:00-20:00 <i>Anmeldung erforderlich</i>		X	X	X	X	
Mittwoch		01.01.	08.01.	15.01.	22.01.	29.01.	
	Gymnastik 9:30 -10:30 Turnhalle Maria-Augsten-Haus V9 <i>Anmeldung erforderlich</i>		Neujahr	X	X	X	X
	Gedächtnistraining für Senioren im Café 11:30-12:30 <i>Anmeldung erforderlich</i>			X	X	X	X
	Gedächtnistraining für Senioren im Saal 11:30-12:30 <i>Anmeldung erforderlich</i>			X	X	X	X
	Mittwochskränzchen* 14.00-15.30			X		X	
	Wirbelsäulengymnastik 14:30-16:30 <i>Anmeldung erforderlich</i>			X	X	X	X
	Erzählcafé 15.00-16.15					X	
Donnerstag		02.01.	09.01.	16.01.	23.01.	30.01.	
	Circle Singers 12:30-13:30 <i>Aktuell keine freien Plätze</i>		X		X		
	Offene Werkstatt* 14:00		X		X		
	„Café“* im großen Saal 15:00-17:00		X	X	X	X	
	Italienisch 16:00-17:00 <i>Aktuell keine freien Plätze, Anmeldung auf Warteliste möglich</i>		X		X		
	Himmlich Plaudern* – Andachten zum Mitreden 16:30-17:30			X			
	Töpfern, 17.00-19.00 <i>Aktuell keine freien Plätze verfügbar</i>		X		X		
Freitag		03.01.	10.01.	17.01.	24.01.	31.01.	
	Tanzen im Sitzen - alle Altersgruppen willkommen - 10:00-11:00 <i>Anmeldung erforderlich</i>			X			
			X				

*Offenes Angebot, keine Anmeldung notwendig

**Es gibt wieder spezielle bzw. neue Angebote
BITTE HINWEISE AUF DER RÜCKSEITE BEACHTEN.**

Hausführung über unser Angebot: Donnerstag um 17 Uhr, Treffpunkt im Foyer
An Feiertagen findet die Hausführung nicht statt.



Fokussieren trainieren – spielerische Übungen

Das Angebot richtet sich an Menschen, die

- durch gezieltes Wiederholen ungewohnter Bewegungsabläufe spielerisch ihre Konzentrationsfähigkeit verbessern und fokussieren lernen wollen
- Gedankenkreisen gezielt unterbrechen möchten
- Erholungsphasen vom erlebten Dauerstress benötigen
- gerne lachen und Spaß haben möchten
- sich geistig und körperlich auf eine stressfreie und lustige Art fit halten wollen ohne zu schwitzen 😊

Das Angebot findet an 5 Terminen zu je 60 Minuten im großen Saal im Julius-Schieder-Haus statt:

Montag, 27. Januar 2025 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Montag, 3. Februar 2025 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr (in der Kapelle statt im großen Saal)

Montag, 10. Februar 2025 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Montag, 17. Februar 2025 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Montag, 24. Februar 2025 16.00 Uhr bis 17:00 Uhr

Gruppengröße: max. 8 Teilnehmer*innen

Auf Ihr Kommen freut sich Marianne Nutz (Sozialpädagogin)

Anmeldung erforderlich im Sekretariat unter: 0911/ 9359555

Bitte bequeme Kleidung und bequeme Schuhe tragen

(oder rutschfeste Socken mitbringen)