KAISERSTIFTUNG
Seniorentreff

Programm
Juli – Dezember 2017

gemeinsam statt einsam

Im Auftrag der
Gemeinde Hohenbrunn

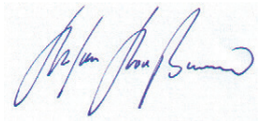
AWO
Kreisverband
München-Land e.V.

Liebe Freunde und Besucher unseres Seniorentreffs „Kaiserstiftung“,

ein modernes Gebäude mit ganz besonderem Charme, wo man willkommen ist und sich wohlfühlen kann. Ob alt, jung oder junggeblieben, man trifft dort immer viele nette und aufgeschlossene Leute. So würde ich unsere „Kaiserstiftung“, die wir als Gemeinde Hohenbrunn gemeinsam mit unserem Partner AWO betreiben, spontan beschreiben.
Ich freue mich sehr, dass wir Ihnen dieses neue Programmheft präsentieren dürfen, in dem wieder viel Gemeinsamkeit und Lebensfreude steckt. Die Angebote sind interessant und vielfältig, sodass sicherlich für jeden etwas dabei ist.
Allen hauptamtlichen und insbesondere den vielen ehrenamtlichen Mitarbeitern danke ich ganz herzlich für Ihr Engagement. Sie alle geben dem Haus eine ganz besonders herzliche Atmosphäre.

Liebe Seniorinnen und Senioren, besuchen Sie doch einmal unsere „Kaiserstiftung“. Sie sind ganz herzlich eingeladen.

Ihr



Dr. Stefan Straßmair
Erster Bürgermeister

Hilfe und Unterstützung auch in Ihrem Ort

Ein zweites Zuhause!

Es gibt in diesem Jahr ein Jubiläum zu feiern: Im Dezember sind es fünf Jahre, dass die „Kaiserstiftung“ an den Start ging. Während ein altes Sprichwort sagt, dass „gut Ding Weile braucht“, herrschte in der „Kaiserstiftung“ vom Start weg buntes Leben, buntes Treiben. Als wenn die rührigen Seniorinnen und Senioren im Landkreis auf dieses Haus und seine Angebote nur gewartet hätten! Die „Kaiserstiftung“ ist für sie zu ihrem zweiten, oft besseren Zuhause geworden. Hier rührt sich was, hier treffen sich Gleichgesinnte, hier lässt es sich leben.
Zu dem Erfolg hat sicherlich ein starkes, ehrenamtliches Team seinen Teil beigetragen. Viele sind im Laufe der Jahre neu dazu gestoßen. Ausgestiegen hingegen ist fast niemand. Einmal „Kaiserstiftung“ – immer „Kaiserstiftung“.

Auch im fünften Jahr wird es nicht langweilig werden. Das Programm verspricht Spaß, Unterhaltung aber auch sehr viel Information.
Viel Vergnügen beim Dabeisein wünscht Ihnen

Max Wagmann
Vorsitzender der AWO München Land

Impressum:
Herausgeber:
AWO Kreisverband München-Land e.V., Balanstraße 55, 81541 München, Telefon 089/67 20 87-0, Fax 089/67 20 87 29, info@awo-kvmucl.de, www.awo-kvmucl.de
Redaktion: Mindy Konwitschny

Fotos: Liesbeth u. Wolfgang Hofmann, Gerhard Draugelates, Isolde Ruf
Gestaltung/Satz: grafik & illustration christine kühn, www.grafik-kuehn.de
Druck: Druckerei Hintermaier, München, **Auflage:** 400
Erscheinungsweise: zweimal jährlich

Seniorentreff „Kaiserstiftung“
gemeinsam statt einsam

Unser Team:
Dana Freidank, Mindy Konwitschny und Elisabeth Bartsch-Breitenwieser

Fünf Jahre Seniorentreff „Kaiserstiftung“!

Kaum zu glauben, wie schnell die Zeit vergeht. Ende dieses Jahres wird der Seniorentreff „Kaiserstiftung“ fünf Jahre alt. Wir werden dieses Ereignis im Januar 2018 gebührend mit all unseren Gästen feiern. Ein großes DANKESCHÖN gilt all unseren fleißigen Helferinnen und Helfern, die dieses Haus so wunderbar unterstützen! Ohne euch wäre vieles nicht möglich.
Herzliche Grüße

Mindy Konwitschny
Einrichtungsleitung

NEUES ANGEBOT

Bewegen und Malen – Malen und Bewegen nach Musik (Rossini-Methode)

- Wir erleben unsere eigene Kreativität.
- Wir lassen uns von der Musik bezaubern, verzaubern, anrühren, mitreißen, entspannen.
- Wir wecken unsere Dynamik, unsere Ausdrucksmöglichkeiten, unsere Energien.

Zu unterschiedlicher Musik und verschiedenartigen Rhythmen, von Gregorianischen Gesängen über Barockmusik und Jazz, von Mozart über Beethoven, Rossini und Orff bis hin zu Louis Armstrong, Harry Belafonte, Elvis Presley, modernen Balladen u.a. erleben wir Musik in Dur und Moll, können wir Spannung auf- und abbauen, Höhen und Tiefen aushalten, unterschiedliche Stimmungen zulassen und schlussendlich unsere eigene Kreativität erkennen und leben.

Machen Sie mit! Mehr Informationen finden Sie auf Seite 16 im Programm.

Juli 2017

Angebote

2	Sonntag	15.00 - 17.00	Sonntagscafé mit Wunschfilm
4	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
5	Mittwoch	10.00 / 12.00	Gemeinsam Kochen – Gemeinsam Essen
	Und am: 12.07., 19.07. und 26.07.		
6	Donnerstag	10.00 - 11.30	Europäische Kreistänze – über die Grenzen hinweg
	Und am: 13.07., 20.07. und 27.07.		
6	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
7	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
9	Sonntag	15.00 - 17.00	Sonntagscafé mit Bingo
10	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
10	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
10	Montag	16.30 - 18.30	„Jetzt bin ich ohne dich“ - Treffen
12	Mittwoch	14.00 Treffpunkt	Bewegung tut gut – durch die Hirschau zum Aumeister
13	Donnerstag	14.00 - 15.00	Miteinander Singen mit Akkordeonbegleitung
13	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit
16	Sonntag	15.00 - 17.00	Treffpunkt Auszeit
18	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
20	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
21	Freitag	10.00 / 11.55	Karteln / Weißwurstfrühschoppen
23	Sonntag	11.00 - 15.00	Unser Sommerfest mit Brunch und Live-Musik
24	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
24	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
25	Dienstag	9.10 Treffpunkt	Ausflug - von Kreuth zur Schwaigeralm
27	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit
28	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
30	Sonntag	15.00 - 17.00	Spiel- und Märchennachmittag im Sonntagscafé

Vom 31. Juli 2017 bis einschließlich 27. August 2017 ist der Seniorentreff geschlossen.

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen und Unternehmungen erfolgt grundsätzlich in eigener Verantwortung. Der Seniorentreff „Kaiserstiftung“ übernimmt keinerlei Haftung.

Juli – Dezember 2017
Beschreibung der Angebote

Gemeinsames Kochen und Essen

mit Erika Becker, Daniela Graser, Susanne Holl, Christa Remig und Mindy Konwitschny

Kochen Sie gerne? Gemeinsam kochen und gemütlich essen - hier steht das Miteinander im Vordergrund.

Jeden Mittwoch: 10.00 Uhr Kochen, 12.00 Uhr Gemeinsames Essen

Anmeldung bis spät. 2 Tage vor Termin.
Kosten: € 6,00 inkl. Getränke.

Termine
jeden Mittwoch

Kreistänze – Tanzen über Grenzen hinweg

mit Claudia Rohfleisch, Dipl. Päd. (univ.)

Tänze aus ganz Europa und darüber hinaus werden im Seniorentreff „Kaiserstiftung“ einmal wöchentlich angeboten. Jede/r kann mittanzen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Alle tanzen miteinander und jede/r gehört dazu, ein/e Tanzpartner/in ist nicht nötig.

Bitte mitbringen: geeignete Schuhe (keine Pfennigabsätze), Bewegungsfreude und gute Laune!

Jeden Donnerstag: von 10.00 – 11.30 Uhr (mit Pause)

Kosten pro Teilnahme: € 3,00

Termine
jeden Donnerstag

Die Kaisermusikanten proben und spielen

Unter Leitung von Silvia Rettenweber, Staatlich geprüfte Musiklehrerin

Seit Oktober 2013 treffen sie sich alle 14 Tage – in gemischter Besetzung – Blockflöte, Akkordeon, Klarinette, Zither, Hackbrett und Geige. Die Mitglieder sind zwischen 60 und 80 Jahre jung und haben viel Freude am gemeinsamen Musizieren. Ab und zu spielen sie zu unseren Veranstaltungen, bei den Herbstwindgruppen oder im Altenheim.

Bei Interesse wenden Sie sich gerne an Silvia Rettenweber (089/6112486).

Proben jeweils Montag, 10.00 – 11.30 Uhr

Termine
10. + 24.07.
11. + 25.09.
09. + 23.10.
06. + 20.11.
04. + 18.12.

Wunschfilm am Sonntag

mit Dana Freidank

Genießen Sie bei Kaffee und Kuchen Ihren Wunschfilm. Wir stimmen gemeinsam über einen Film ab. Die drei zur Wahl stehenden Filme werden vorher im Seniorentreff „Kaiserstiftung“ mit kleiner Beschreibung ausgehängt.

Sonntag, 15.00 – 17.00 Uhr

Eintritt: € 1,00, Kaffee und Kuchen: € 3,00

Termine
02.07.2017
29.10.2017

August 2017

28	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
28	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
30	Mittwoch	10.00 / 12.00	Gemeinsam Kochen – Gemeinsam Essen
31	Donnerstag	10.00 - 11.30	Europäische Kreistänze – über die Grenzen hinweg

Angebote

Vom 31. Juli 2017 bis einschließlich 27. August 2017 ist der Seniorentreff geschlossen.

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen und Unternehmungen erfolgt grundsätzlich in eigener Verantwortung. Der Seniorentreff „Kaiserstiftung“ übernimmt keinerlei Haftung.

Juli – Dezember 2017
Beschreibung der Angebote

Fitness für die Füße ist Fitness für den ganzen Körper

mit Rita Regele - Sporttherapeutin

Kennen Sie das? Nachmittags werden die Füße schwer. Sie können etwas dagegen tun! Mit einfachen Übungen erfahren Sie, wie leicht es ist. Frische entspannte Füße sind die Basis für eine bessere Haltung, geschmeidige Bewegung und Ihr gesamtes Wohlbefinden. Jeder kann teilnehmen - es sind keine sportlichen Voraussetzungen erforderlich.

Dienstag, 15.00 – 16.00 Uhr

Kosten pro Teilnahme: € 3,00

Termine
04. + 18.07.
19. + 26.09.
10. + 24.10.
07. + 21.11.
05. + 19.12.

„Do you Speak English?“

mit Marianne Wintergerst

You have quite a good command of English and want to practise it? Then join us. We are going to talk about news and views.

Donnerstag, 14.30 – 15.30 Uhr, ca. 2 x pro Monat

Kostenloses Angebot.

Termine
06. + 20.07.
07. + 21.09.
05. + 19.10.
02. + 16.11.
07. + 21.12.

Ganzheitliches Gedächtnistraining

mit Ina Kesseler, Gesundheitsberaterin und Gedächtnistrainerin (BVB)

Das GGT ist eine gute Möglichkeit, mit einfachen Übungen und viel Spaß geistig und körperlich fit und aktiv zu sein, zu bleiben oder zu werden. Im GGT werden ganz unterschiedliche Hirnareale angesprochen. Ganz neben bei wird zudem die Durchblutung und der Stoffwechsel des Gehirns aktiviert und der gesamte Organismus mobilisiert.

Freitag, 14.30 – 15.30 Uhr, ca. 2 x pro Monat

Kosten pro Teilnahme: € 3,00

Termine
07. + 28.07.
01. + 15.09.
06.10.2017
03. + 17.11.
08. + 15.12.

BINGO bei Kaffee und Kuchen am Sonntagnachmittag

mit Elisabeth Breitenwieser

In vielen Ländern wird begeistert Bingo gespielt. Die gezogenen und ausgerufenen Zahlen werden auf Spielscheinen angezeichnet und sobald ein Spieler alle Zahlen seines Scheines markiert hat, ruft er „Bingo“. Dann winkt eine kleine Überraschung!

Sonntags, ab 15.00 Uhr

Kosten komplett mit Kaffee, Kuchen und Gewinnen: € 4,00

Termine
09.07.2017
03.09.2017

September 2017

Angebote

1	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
3	Sonntag	15.00 - 17.00	Sonntagscafé mit Bingo
5	Dienstag	9.45 Treffpunkt	Tramfahrt Linie 8 - Pasing
6	Mittwoch	10.00 / 12.00	Gemeinsam Kochen - Gemeinsam Essen
	→ Und am: 13.09., 20.09. und 27.09.		
7	Donnerstag	10.00 - 11.30	Europäische Kreistänze – über die Grenzen hinweg
	→ Und am: 14.09., 21.09. und 28.09.		
7	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
10	Sonntag	15.00 - 17.00	Reisebericht „Spaziergänge in Wien“ im Sonntagscafé
11	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
11	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
11	Montag	16.30 - 18.30	„Jetzt bin ich ohne Dich“-Treffen
12	Dienstag	15.00 - 16.30	Bewegen und Malen – Malen und Bewegen nach Musik
13	Mittwoch	14.00 Treffpunkt	Bewegung tut gut – Kreuzstraße zum Mangfallbogen
14	Donnerstag	14.00 - 15.00	Miteinander Singen mit Akkordeonbegleitung
14	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit
15	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
17	Sonntag	15.00 - 17.00	Treffpunkt Auszeit
19	Dienstag	9.10 Treffpunkt	Ausflug – mit der Zahnradbahn auf den Wendelstein
			(bei schlechtem Wetter am 26. September 2017)
19	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
21	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
22	Freitag	10.00 / 11.55	Karteln / Weißwurstfrühschoppen
24	Sonntag	15.00 - 17.00	Spiel- und Märchennachmittag im Sonntagscafé
25	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
25	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
26	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
28	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen und Unternehmungen erfolgt grundsätzlich in eigener Verantwortung. Der Seniorentreff „Kaiserstiftung“ übernimmt keinerlei Haftung.

Juli – Dezember 2017
Beschreibung der Angebote

Stricktreff für AnfängerInnen und Geübte

mit Erika Becker und Traudl Feldermann

Entdecken Sie die Lust am Stricken und Häkeln. Mützen, Schals, Stulpen usw. Klöppeln kann auch erlernt werden, einfach bei uns melden. Wir sind keine Profis, können aber so manche Anregung und Hilfestellung geben. Machen Sie unsere Runde komplett, wir freuen uns auf Sie! Und meistens gibt es auch noch Kaffee und Kuchen!

Montag, 14.00 – 16.00 Uhr, 1 – 2 x pro Monat

Kostenloses Angebot.

Termine
10. + 24.07.
28.08.2017
11. + 25.09.
09. + 23.10.
06. + 20.11.
04. + 18.12.

„Jetzt bin ich ohne dich“ – Treffen

mit Ilona Weber, Christa Remig und Luise Dohrer

Jetzt ist das eingetreten, wovor wir alle Angst haben: Plötzlich verlässt mich der geliebte Mensch, der viele Jahre mit mir durch Dick und Dünn gegangen ist. Wie kann ich den vielen leeren Zeiträumen wieder etwas Leben und Freude einhauchen?
Hier bleibt niemand mit seinem Kummer, seiner Einsamkeit allein. Bei uns treffen Sie auf Menschen, denen es genauso ergangen ist wie Ihnen. Bei einer kleinen Brotzeit überlegen wir, was unternommen werden kann - Kino, ein gemeinsamer Spaziergang, ein Bummel durch München ... alles, was uns hilft, wieder Freude empfinden zu können.

Montag, ca. 16.30 – 18.30 Uhr, 1 x pro Monat

Kostenloses Angebot.

Termine
10.07.2017
11.09.2017
09.10.2017
13.11.2017
11.12.2017

Nordic Walking

mit Isolde Hahn

Egal - ob Anfänger oder ‚Profi‘ - wer möchte, kann jeden zweiten Montag mit Frau Hahn an frischer Luft und bei jedem Wetter die Gegend mit Nordic Walking Stöcken erkunden! Wer es erst einmal probieren möchte... wir haben einige Stöcke zum kostenlosen Ausleihen im Seniorentreff „Kaiserstiftung“. Bitte vorher anrufen.

Montag, 9.30 Uhr, ca. 1,5 Stunden

Treffpunkt: „Kaiserstiftung“. Kostenloses Angebot.

Termine
10. + 24.07.
28.08.2017
11. + 25.09.
09. + 23.10.
13. + 27.11.
11.12.2017

Oktober 2017

			Angebote
1	Sonntag	15.00 - 17.00	Sonntagscafé mit Musikquiz
4	Mittwoch	10.00 / 12.00	Gemeinsam Kochen – Gemeinsam Essen
	→ Und am: 11.10., 18.10. und 25.10.		
5	Donnerstag	10.00 - 11.30	Europäische Kreistänze – über die Grenzen hinweg
	→ Und am: 12.10., 19.10. und 26.10.		
5	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
6	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
8	Sonntag	15.00 - 18.00	Tanz in den Herbst mit Franz Büttner
9	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
9	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
9	Montag	16.30 - 18.30	„Jetzt bin ich ohne Dich“-Treffen
10	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
11	Mittwoch	14.00 Treffpunkt	Bewegung tut gut – Luitpoldpark und Petuelpark
11	Mittwoch	15.00 - 16.30	Bewegen und Malen – Malen und Bewegen nach Musik
12	Donnerstag	14.00 - 15.00	Miteinander Singen mit Akkordeonbegleitung
12	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit
15	Sonntag	15.00 - 17.00	Treffpunkt Auszeit
19	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
20	Freitag	10.00 / 11.55	Karteln / Weißwurstfrühschoppen
22	Sonntag	15.00 - 17.00	Reisebericht „Mit dem Auto durch das Baltikum“/Sonntagscafé
23	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
23	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
24	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
25	Mittwoch	15.00 - 16.30	Bewegen und Malen – Malen und Bewegen nach Musik
26	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit
29	Sonntag	15.00 - 17.00	Sonntagscafé mit Wunschfilm
31	Dienstag	10.00	Vorbesprechung Weihnachtsbäckerei

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen und Unternehmungen erfolgt grundsätzlich in eigener Verantwortung. Der Seniorentreff „Kaiserstiftung“ übernimmt keinerlei Haftung.

Juli – Dezember 2017
Beschreibung der Angebote

Ketten aus Glasperlen – ein Hingucker
mit Diana Dissing

Sie können diese besondere Fädel- und Häkeltechnik mit Diana Dissing lernen. Kommen Sie einfach zum Stricktreff (jeden 2. Montag) und informieren sich über das benötigte Material und die möglichen Muster.
Bei Interesse werden eigene Termine für das Glasperlenhäkeln vereinbart.

Montag, 14.00 – 16.00 Uhr, 1-2 x pro Monat

Anmeldung bitte bis spät. 2 Tage vor Termin. Kostenloses Angebot.

Termine
10. + 24.07.
28.08.2017
11. + 25.09.
09. + 23.10.
06. + 20.11.
04. + 18.12.

Bewegung tut gut – bei jedem Wetter
Spaziergänge mit Lore Schildener und Luise Dohrer

Wir unternehmen jeweils am 2. Mittwoch im Monat kleine Ausflüge im MVV-Gebiet, laufen etwa eine Stunde und kehren zwischendurch – wenn möglich – zu einer Tasse Kaffee ein. Bei sehr schlechtem Wetter ggfs. Planänderung (z.B. Museumsbesuch)
Unsere Ziele sind:

12. Juli –	**Durch die Hirschau zum Aumeister**
13. September –	**Von der Kreuzstraße zum Mangfallbogen**
11. Oktober –	**Zum Luitpoldpark und Petuelpark**
08. November –	**Ins Stadtmuseum**
13. Dezember –	**Durch die Stadt zum Christkindlmarkt am Wittelsbacher Platz**

Treffpunkt: jeweils 14.00 Uhr am Seniorentreff „Kaiserstiftung“.
Anmeldung nicht erforderlich - wer da ist, geht mit!
Kostenloses Angebot.

Termine
12.07.2017
13.09.2017
11.10.2017
08.11.2017
13.12.2017

Singen mit Akkordeonbegleitung
mit Ingrid Sepp

Alle, die Freude am Singen und an Musik haben, sind herzlich eingeladen. Alles, was Sie dabei haben sollten, ist Spaß am Singen. Gerne können Sie auch eigene Lieder mitbringen.

Donnerstag, 14.00 – 15.00 Uhr, 1 x pro Monat

Kostenloses Angebot.

Termine
13.07.2017
14.09.2017
12.10.2017
09.11.2017
14.12.2017

November 2017

Angebote

1	Mittwoch	10.00 / 12.00	Gemeinsam Kochen – Gemeinsam Essen
	→ Und am: 8.11., 15.11., 22.11. und 29.11.		
2	Donnerstag	10.00 - 11.30	Europäische Kreistänze – über die Grenzen hinweg
	→ Und am: 9.11., 16.11., 23.11. und 30.11.		
2	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
3	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
5	Sonntag	15.00 - 17.00	Spiel- und Märchennachmittag im Sonntagscafé
6	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
7	Dienstag	10.00	Tüten basteln aus Kalenderblättern
7	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
8	Mittwoch	14.00 Treffpunkt	Bewegung tut gut – Stadtmuseum
9	Donnerstag	14.00 - 15.00	Miteinander Singen mit Akkordeonbegleitung
9	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit
10	Freitag	10.00	Weihnachtsbäckerei
	→ Und am: 11.11., 13.11., 18.11. und 23.11. (13.00 Uhr einpacken)		
12	Sonntag	15.00 - 17.00	Bilderreise auf die Azoren im Sonntagscafé
13	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
13	Montag	16.30 - 18.30	„Jetzt bin ich ohne Dich“-Treffen
14	Dienstag	9.10 Treffpunkt	Ausflug – nach Augsburg
14	Dienstag	15.00 - 16.30	Bewegen und Malen – Malen und Bewegen nach Musik
16	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
17	Freitag	10.00 / 11.55	Karteln / Weißwurstfrühschoppen
17	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
19	Sonntag	15.00 - 17.00	Treffpunkt Auszeit
20	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
21	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
23	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit
25	Samstag	13.00 - 16.00	Marktstandl im Seniorentreff
27	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
28	Dienstag	15.00 - 16.30	Bewegen und Malen – Malen und Bewegen nach Musik

Am Sonntag, den 26. November geschlossen!

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen und Unternehmungen erfolgt grundsätzlich in eigener Verantwortung. Der Seniorentreff „Kaiserstiftung“ übernimmt keinerlei Haftung.

Juli – Dezember 2017
Beschreibung der Angebote

Kegeln – wir schieben (k)eine ruhige Kugel
mit Walter Hartl

Die Kegel stehen für uns bereit. Regelmäßig kommt hier Beides zusammen: Sport und Geselligkeit. Ob Anfänger oder Geübte, alle sind willkommen. Sollten sich genug Interessenten für eine zweite Gruppe finden, könnten wir mit dieser ab Januar 2018 starten.

Jeweils Donnerstag ab 15.00 Uhr, ca. 2 x im Monat

St. Albertus Magnus, Albertus-Magnus-Weg 2 in Ottobrunn.
Anmeldung erforderlich.

Termine
13. + 27.07.
10. + 24.08.
14. + 28.09.
12. + 26.10.
09. + 23.11.
14.12.2017

Treffpunkt Auszeit
mit Waltraud Wagner und ihrem Team

Bei Kaffee und Kuchen sowie interessanter Unterhaltung, schönen Bildern, Gedichten und kleinen Geschichten heißt Sie das Treffpunkt-Auszeit-Team herzlich willkommen. Musikalisch umrahmt wird der Nachmittag von Franz Büttner.

Jeweils 3. Sonntag im Monat, 15.00 – 17.00 Uhr

Kostenloses Angebot.

Termine
16.07.2017
20.08.2017
17.09.2017
15.10.2017
19.11.2017
17.12.2017

Schafkopfen, Rommée, Canasta – Kartl'n mit anschließendem Weißwurstfrühschoppen
Dana Freidank kümmert sich um Sie!

Für alle, die Lust haben zum „Karteln", ganz gleich, ob Sie schon perfekt sind oder von den „Profis" lernen wollen. Und wer anschließend noch Appetit auf Weißwürste hat, sollte sich bitte anmelden.

Freitag, 10.00 Uhr Spielbeginn/11.55 Uhr Weißwurstessen, 1 x pro Monat

Weißwurst-Anmeldung bis Mittwoch vorher. Kosten je nach Verzehr.

Termine
21.07.2017
22.09.2017
20.10.2017
17.11.2017
15.12.2017

Spiel- und Märchennachmittag
mit Lore Schildener

Ob Schreibspiele, wie zu unserer Kinderzeit, ob Brett- oder Kartenspiele – Sie suchen aus, wozu Sie Lust haben. Dazu gibt's Kaffee und Kuchen sowie das eine oder andere Märchen. Alte aus dem Märchenschatz der Völker und neue – von Lore selbst erdacht.

Sonntag, 15.00 - 17.00 Uhr

Kaffee und Kuchen: € 3,00

Termine
30.07.2017
24.09.2017
05.11.2017
03.12.2017

Dezember 2017

			Angebote
3	Sonntag	15.00 - 17.00	Spiel- und Märchennachmittag im Sonntagscafé
4	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
5	Dienstag	10.00	Dankeschön-Brunch für alle Ehrenamtlichen
5	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
6	Mittwoch	10.00 / 12.00	Gemeinsam Kochen – Gemeinsam Essen
	→ Und am: 13.12. und 20.12.		
7	Donnerstag	10.00 - 11.30	Europäische Kreistänze – über die Grenzen hinweg
	→ Und am: 14.12. und 21.12.		
7	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
8	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
10	Sonntag	15.00 - 17.00	Reisebericht „China 1985“ im Sonntagscafé
11	Montag	9.30 - 11.00	Nordic Walking
11	Montag	16.30 - 18.30	„Jetzt bin ich ohne Dich“-Treffen
13	Mittwoch	14.00 Treffpunkt	Bewegung tut gut - Christkindlmarkt Wittelsbacher Platz
14	Donnerstag	14.00 - 15.00	Miteinander Singen mit Akkordeonbegleitung
14	Donnerstag	15.00	Kegeln – Sport und Geselligkeit
15	Freitag	10.00 / 11.55	Karteln / Weißwurstfrühschoppen
15	Freitag	14.30 - 15.30	Ganzheitliches Gedächtnistraining
17	Sonntag	15.00 - 17.00	Treffpunkt Auszeit
18	Montag	14.00 - 16.00	Stricktreff für Anfänger und Geübte
19	Dienstag	15.00 - 16.00	Fitness für die Füße
21	Donnerstag	14.30 - 15.30	„Do you Speak English?“
24	Sonntag	15.00 - 17.00	Weihnachten nicht allein

Der Seniorentreff „Kaiserstiftung“ ist vom 25. Dezember 2017 bis einschließl. 7. Januar 2018 geschlossen.

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen und Unternehmungen erfolgt grundsätzlich in eigener Verantwortung. Der Seniorentreff „Kaiserstiftung“ übernimmt keinerlei Haftung.

Juli – Dezember 2017
Beschreibung der Angebote

Auf geht´s zum Tanz
jeweils mit „Live-Musik“

Sonntag, 23. Juli, 11.00 – 15.00 Uhr – Unser Sommerfest mit Brunch
Die Harmonys singen und spielen live für uns, jetzt fehlen nur noch Sie! Wer möchte ist herzlich eingeladen, zu altbekannten Melodien zu tanzen. Und verpassen Sie nicht unsere selbstgemachte Bowle! Bei hoffentlich schönem Wetter feiern wir natürlich auch auf unserer Terrasse.

Kosten pro Gedeck: € 8,00

Sonntag, 8. Oktober, 15.00 – 18.00 Uhr – Tanz in den Herbst
Franz Büttner spielt live für Sie: Fetzige Musik, Evergreens, Schlager, Hits von Elvis Presley bis Andrea Berg. Stimmen Sie sich mit einer bunten Bowle auf den Herbst ein.

Kosten pro Gedeck: € 6,00

Termine
23.07.2017
08.10.2017

Ausflüge/Besichtigungen
mit Lore Schildener und Luise Dohrer

Dienstag, 25. Juli – Zur Schwaigeralm
Mit BOB und Bus nach Kreuth, Wanderung zur Schwaigeralm.

Anmeldung bis 18. Juli

Dienstag, 19. September – Zum Wendelstein
(bei schlechtem Wetter am 26. September)
Von Brannenburg mit der Zahnradbahn (ca. € 33,00) auf den Wendelstein

Anmeldung bis 12. September

Dienstag, 14. November – Nach Augsburg
Zur Fugger- und Lutherstadt Augsburg

Anmeldung bis 7. November

Treffpunkt jeweils:
9.10 Uhr an der „Kaiserstiftung“ oder 9.15 Uhr S-Bahn Ottobrunn (Abfahrt 9.28 Uhr). Die Fahrtkosten werden bei allen drei Ausflügen anteilig umgelegt.

Termine
25.07.2017
19.09.2017
14.11.2017

Reisebericht – Spaziergänge durch Wien
mit Liesbeth und Wolfgang Hofmann

Die Stadt des Walzers und des Heurigen, aber vor allem auch des Jugendstils und der Kunst, von Zerstörungen des 2. Weltkrieges weitgehend verschont. Impressionen von Spaziergängen durch Wien.

Sonntag, 10. September, 15.00 Uhr

Eintritt: € 1,00, Kaffee und Kuchen: € 3,00

Termin
10.09.2017

Im Wagen von der Linie 8

Ausflug mit Elisabeth Breitenwieser

Termin
05.09.2017

Die 2. Strecke von insgesamt 5 beginnt dieses Mal mit einem Rundgang um den Stachus, bevor wir am Bahnhof in die Linie 19 einsteigen und nach Pasing fahren. Unterwegs steigen wir immer wieder aus, um mehr zu erfahren über interessante Gebäude und die Geschichte Pasings, wo wir auch zu Mittag essen werden.
Zurück geht es dann mit der Linie 18 (und Zwischenstopps) über das Lehel, am Englischen Garten vorbei bis nach Bogenhausen, wo wir wiederum Wissenswertes erfahren. Der Ausflug endet am Herkomerplatz, von dort geht es über den Ostbahnhof wieder nach Hause.

Dienstag, 5. September

Anmeldung bis 31. August
Treffpunkt: 9.45 Uhr an der Haltestelle Robert-Koch-Str., Bus 210
Kosten: MVV-Tageskarte

Bewegen und Malen – Malen und Bewegen nach Musik (Rossini-Methode)

mit Ina Kesseler, Gesundheitsberaterin für Ganzheitliche Gesundheit

Termine
12.09.2017
11.10.2017
25.10.2017
14.11.2017
28.11.2017

Zu unterschiedlicher Musik und Rhythmen, von Klassik über Jazz, Mozart bis Orff, Louis Armstrong, Elvis Presley bis hin zu modernen Balladen u.a. können wir Spannung auf- und abbauen, Höhen und Tiefen aushalten, unterschiedliche Stimmungen zulassen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, jedoch Offenheit, Neugierde und Experimentierfreude.

Bitte beachten Sie: Bei depressiven u/o psychischen Erkrankungen wird von einer Teilnahme abgeraten!
Eine Kurzeinführung und Materialbesprechung findet am 12. September statt.

Dienstag bzw. Mittwoch, 15.00 - 16.30 Uhr

Der Kurs ist auf 10 Teilnehmer begrenzt. Die Kursgebühr (insgesamt € 20,00) ist am 1. Kurstag zu bezahlen.

... in der Weihnachtsbäckerei ...

Termine
31.10.2017
10. + 11.11.
13. + 18.11.
23.11.2017

Unsere selbstgebackenen Plätzchen waren letztes Jahr ein regelrechter Verkaufsschlager. Auch dieses Jahr wollen wir wieder mit viel Freude und Spaß nach alten Rezepten die besten Plätzchen und Lissis Apfelbrot herstellen.

Vorbesprechung: Dienstag, 31. Oktober, 10.00 Uhr

Treffpunkt: jeweils ab 10.00 Uhr, Einpacken am 23.11., 13.00 Uhr

Im Auftrag der Gemeinde Hohenbrunn
AWO Kreisverband München-Land e.V.

Reisebericht – „Mit dem Auto durch das Baltikum“

mit Helga und Gerhard Draugelates

Termin
22.10.2017

Mit Chorgesängen haben die Balten ihre Freiheit den Russen abgetrotzt, jeder der drei Staaten auf seine Weise, in seiner Sprache und mit seiner Kultur.
Die Reise mit ihrem PKW führte sie nach Litauen und weiter über Lettland nach Estland. Besonders eindrucksvoll waren: Die Altstadt Villnius, die Universitätsstadt Tartu/Dorpat, die Hansestadt Riga, der Berg der Kreuze im Norden Lettlands und die Dünenlandschaft der Kurischen Nehrung.
Zu Gast bei der Lutherischen Kirche Estlands erlebten sie als Höhepunkt das große Sängerfest 2005.

Sonntag, 22. Oktober, 15.00 Uhr

Eintritt: € 1,00, Kaffee und Kuchen: € 3,00

Ach, Du meine Tüte!

mit Rotraut Hennings und Hilde Ludwig

Termin
07.11.2017

Wohin mit alten Kalenderblättern? Wir stellen ganz individuelle Taschen, Geschenktüten und kleine Kunstwerke her. Wenn möglich, Schere, Klebstoff und - wenn vorhanden - alte Kalenderblätter, mitbringen. Es gibt auch Material bei uns.

Dienstag, 7. November, 10.00 Uhr

Anmeldung bis zum 31. Oktober.
Kostenloses Angebot.

Bilderreise – Ein Hoch auf die Azoren!

Fotopräsentation mit „regionaler“ Verkostung mit Isolde Ruf

Termin
12.11.2017

Begleiten Sie uns auf einer Bilderreise zum westlichen Außenposten von Europa, zu einer großartigen Inselwelt inmitten des tiefblauen Atlantiks. Lassen Sie sich verzaubern von Vulkanen, Kraterseen, schroffen Küsten, sattgrünen Wiesen und nicht zuletzt von einer unglaublichen botanischen Vielfalt. Die sprichwörtlichen „4 Jahreszeiten an einem Tag“ beeindrucken uns nicht, wir genießen gemeinsam die großartige Natur der Azoren.

Sonntag, 12. November, 15.00 Uhr

Eintritt: € 1,00, Verkostung: 3,00 €

Juli – Dezember 2017
Beschreibung der Angebote

Führung durch das Nationaltheater München

Termin
voraussichtlich
20.11.2017

Es begleitet Sie Elisabeth Breitenwieser

Bei einer Führung durch das Nationaltheater entdecken Sie die Oper von einer neuen Seite. Sie erfahren Wissenswertes über die verschiedenen Abläufe und den Aufwand, der erbracht wird, bevor es heißt „Vorhang auf“. Wir hören Interessantes über die Architektur, die Persönlichkeiten im Laufe der über 350-jährigen Geschichte und besichtigen den Königssaal, die Ionischen Säle, den Zuschauerraum und – wenn möglich – den Bühnenbereich.

Montag, 20. November (voraussichtlich)

Treffpunkt: 12.20 Uhr am Seniorentreff „Kaiserstiftung“
Kosten: MVV-Ticket und € 10,00 Eintritt
Anmeldeschluss: 20. Oktober

Unser Marktstandl im Seniorentreff

Termin
25.11.2017

Jetzt geht’s ans Eingemachte! Marmeladen, Ingwer-Zitronen-Sirup, Plätzchen, Lebkuchen, Apfelbrot – alles aus eigener Hand! Neben naturreinen Köstlichkeiten gibt es auch Mützen, Schals und vieles mehr. Genießen Sie zudem Glühwein, Punsch, Schmalzbrote und eine warme Suppe – natürlich auch von den guten Geistern im Seniorentreff liebevoll zubereitet.

Samstag, 25. November, von 13.00 - 16.00 Uhr

Reisebericht – China 1985

Termin
10.12.2017

mit Liesbeth und Wolfgang Hofmann

Fast keine Autos, dafür Millionen Fahrräder, die Kulturrevolution gerade 5 Jahre vorbei: Impressionen einer Reise durch China am Beginn der Öffnung. Peking, Chinesische Mauer, Wüste Gobi, Kloster Taer, Tonsoldaten in Xian, Yangtse - 3 Schluchten Schifffahrt, Suzhow, Shanghai.

Sonntag, 10. Dezember, 15.00 Uhr

Eintritt: € 1,00, Kaffee und Kuchen: € 3,00

Weihnachten nicht allein

Termin
24.12.2017

Bereits zum 6. Mal laden wir Sie herzlich ein, Heilig Abend nicht alleine zu verbringen. Hören Sie Besinnliches und Lustiges, singen Sie mit uns Weihnachtslieder, hören Sie die Weihnachtsgeschichte und genießen Sie Glühwein, Punsch, Plätzchen, Lebkuchen und Stollen. Eben alles, was zu diesem besonderen Tag gehört. Musikalisch begleitet uns Franz Büttner auf seinem Klavier durch den Nachmittag.

Samstag, 24. Dezember, von 15.00 - 17.00 Uhr

Im Auftrag der Gemeinde Hohenbrunn
AWO Kreisverband München-Land e.V.

Wir danken unseren Ehrenamtlichen für ihr tolles Engagement!

Markus Auer, Christa Baron, Erika Becker, Erwin Breitenwieser, Franz Büttner, Diana Dissing, Luise Dohrer, Helga und Gerhard Draugelates, Edeltraud Feldermann, Isolde Hahn, Liesbeth Hofmann, Wolfgang Hofmann, Daniela Graser, Walter Hartl, Rotraut Hennings, Susanne Holl, Christa Remig, Alfred Rietzler, Isolde Ruf, Lore Schildener, Lissi Schulz, Ingrid Sepp, Fritz Seeger, Waltraud Wagner, Ilona Weber, Margarete Weber, Maria Wieser, Marianne Wintergerst.

KAISERSTIFTUNG
Seniorentreff

Kontakt und weitere Informationen:

Seniorentreff „Kaiserstiftung“
Rudolf-Diesel-Straße 9
85521 Riemerling

Telefon 089/60 80 79 05
Fax 089/60 80 79 13
sbs.riemerling@awo-kvmucl.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 10.00 – 15.00 Uhr
Sonntag von 15.00 – 17.00 Uhr

Leitung:
Mindy Konwitschny

Fragen zur AWO Allgemein?

Sprechen Sie uns an.
Für weitere Informationen erreichen Sie uns unter
Tel. 089/67 20 87-0 oder unter info@awo-kvmucl.de.

Im Auftrag der
Gemeinde Hohenbrunn

AWO
Kreisverband
München-Land e.V.