

Das Seniorenprogramm Januar 2025

BÜRGERTREFF

Mittwoch 8.1. | 12:00 Uhr

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft
geöffnet ab 10:00 Uhr

Montag 13.1. | 15:00 - 16:00 Uhr

YOGA AUF DEM STUHL
mit Silvia Ruhland

Dienstag 14.1. | 14:30 - 16:30 Uhr

Mädelstreff **UTTINGER FRAUEN**
bei Bedarf Abholung unter 08806 - 1653

Mittwoch 15.1. | 12:00 Uhr

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft
geöffnet ab 10:00 Uhr

Montag 20.1. | 15:00 - 16:00 Uhr

SINGEN mit Heidi

Dienstag 21.1. | 11:00 Uhr

DER MÄNNERSTAMMTISCH "Alte Uttinger"
freut sich auch über "Zuagroaste"

Mittwoch 22.1. | 12:00 Uhr

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft
geöffnet ab 10:00 Uhr

Montag 27.1. | 15:00 - 16:00 Uhr

FIT100 mit Sylvia Krauß

Mittwoch 29.1.2025

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft
geöffnet ab 10:00 Uhr



Weitere regelmäßige Angebote

Jeden Montag | 10:00 - 10:30 Uhr

OFFENER BEWEGUNGSTREFF FÜR SENIOREN im Summerpark
ohne Anmeldung und Vorkenntnisse

Jeden Mittwoch | 17:00 - 18:30 Uhr

(außer in den Schulferien)

HILFE BEI HANDY, TABLET, LAPTOP für Seniorinnen und Senioren
ein Angebot vom UhU (Uttinger helfen Uttingern)

Jeden Donnerstag | 10:00 - 11:00 Uhr

FIT100 BEWEGLICH BLEIBEN, STÜRZEN VORBEUGEN
in Kooperation von FÜREINANDER e.V. und TSV Utting
finanziert vom UhU (Uttinger helfen Uttingern)
bei besonderem Bedarf Einzelstunden mit Hausbesuch möglich
Info und Anmeldung unter 08806 - 924 164

Jeden Freitag | 10:00 - 12:00 Uhr

(außer in den Schulferien)

BÜRGERTREFFPUNKT: Sich informieren, ratschen, Zeitung lesen,
in Büchern blättern ... bei Kaffee und Semmeln "mit was drauf"

Mehr Termine wie z.B. Kreativwerkstatt, Boarisch Gsunga, Aquarellmalen etc.
finden Sie unter www.fuereinander-ammersee.de und in unserem Schaukasten

Jeden Mittwoch 14:30 - 16:30 Uhr



SPIELENACHMITTAG mit Thea

INDIVIDUELLE BERATUNG für Senioren und deren Angehörige bei Fragen zum Leben im Alter
und zur Pflegeeinstufung: 08806 - 924 164