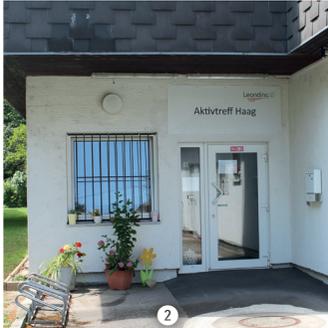
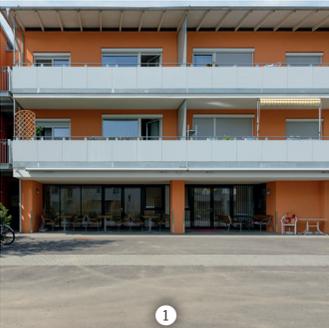


# AKTIVTREFF LEONDING

## DAS JAHRESPROGRAMM 2022/2023

Die fünf Aktivtreffs Leonding bieten die Möglichkeit zu abwechslungsreichen Aktivitäten, geselligen Treffen und informativen Vorträgen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



### Aktivtreffs Leonding:

1. Doppl-Hart
2. Haag
3. Holzheim-Zaubertal
4. Leonding
5. Untergaumberg

Fotos: Fotoklub Leonding



# INHALT

Die Aktivtreffs in Leonding .....	3
Kontakt und Öffnungszeiten .....	4
Praktische Informationen für Senior:innen .....	5
Aktivtreff Doppl-Hart .....	8
Aktivtreff Haag.....	11
Aktivtreff Holzheim-Zaubertal .....	15
Aktivtreff Leonding .....	19
Aktivtreff Untergaumberg .....	22
Jährlicher gemeinsamer Aktivtreffausflug .....	24

## IMPRESSUM:

Verleger und Herausgeber: Stadt Leonding, Stadtplatz 1, 4060 Leonding  
Tel.: 0732/6878-0, [www.leonding.at](http://www.leonding.at), [rathaus@leonding.at](mailto:rathaus@leonding.at)  
Für den Inhalt verantwortlich: Abteilung Bürgerservice und Soziales.  
Gestaltung: Layout Service, Leonding. Fotos: Stadtgemeinde Leonding.  
Programmänderungen und Druckfehler vorbehalten.



# DIE AKTIVTREFFS IN LEONDING

Die 5 Aktivtreffs in Leonding verstehen sich als offene und überparteiliche Begegnungsstätten. Sie bieten ein abwechslungsreiches und vielfältiges Veranstaltungs- und Mitmachprogramm: Angebote wie Fußpflege, Massage, Bewegung, Ausflüge, gemeinsames Handwerken und vieles anders mehr. Die Aktivtreffs sind Treffpunkte zum gemütlichen Zusammenkommen und Beisammensitzen ohne Konsumationszwang bei günstigen Preisen. Der Besuch ist frei und ohne Anmeldung möglich!

Zur besseren Übersicht ist unser Veranstaltungsprogramm 2022/2023 nach alphabetischer Reihenfolge der Aktivtreffs gegliedert:

- **Aktivtreff Doppl-Hart**
- **Aktivtreff Haag**
- **Aktivtreff Holzheim-Zaubertal**
- **Aktivtreff Leonding**
- **Aktivtreff Untergaumberg**

Über das Programm informiert Sie diese Broschüre. Gerne stehen Ihnen auch unsere Ansprechpartner:innen in den Aktivtreffs und im Rathaus Leonding für Ihre Fragen und Anregungen zur Verfügung:



# KONTAKT UND ÖFFNUNGSZEITEN

## **AKTIVTREFF DOPPL-HART**

Remisenstraße 6, 4060 Leonding | Mo-Do 14-18 Uhr, Fr 12-16 Uhr  
Andrea Friedl, Tel. 0732/6878-111001 | email: aktivtreff-doppl@leonding.at

## **AKTIVTREFF HAAG**

In der Flaksiedlung 21, 4060 Leonding | Mo-Do 14-18 Uhr, Fr 13-17 Uhr  
Magda Bäck, Tel. 0732/6878-111101 | Email: aktivtreff-haag@leonding.at

## **AKTIVTREFF HOLZHEIM-ZAUBERTAL**

Johann-Stipanitz-Weg 2, 4060 Leonding | Mo-Fr 14-18 Uhr  
Patricia Gschaider, Tel. 0732/6878-111201  
Email: aktivtreff-holzheim@leonding.at

## **AKTIVTREFF LEONDING**

Ruflingerstraße 12c, 4060 Leonding | Mo-Fr 14-18 Uhr  
Silvia Böhm, Tel. 0732/6878-111301 | Email: aktivtreff-leonding@leonding.at  
Achtung: Parken am Parkplatz des Zentrums für Betreuung und Pflege nur für Angehörige von Heimbewohner:innen möglich! Ausreichend Parkplätze für den Aktivtreff befinden sich am Parkplatz zum Stadtfriedhof, Zufahrt über die Hainzenbachstraße oder den Alhartingerweg.

## **AKTIVTREFF UNTERGAUMBERG**

Rottmayrstraße 33, 4060 Leonding | Mo-Fr 14-18 Uhr  
Ilona Rose, Tel. 0732/6878-111401  
Email: aktivtreff-untergaumberg@leonding.at

## **RATHAUS LEONDING**

Stadtplatz 1, 4060 Leonding | Mo-Fr 8-12 Uhr, Di und Do auch bis 18 Uhr  
Mag. Christian Forster-Gartlehner  
Teamleiter Soziales, Gesundheit und Sport | Tel. 0732/6878-110301  
Email: christian.forster-gartlehner@leonding.at

## Wohnen und Pflege

Die Sozialberatungsstelle im Leondinger Rathaus ist die erste Anlaufstelle für Ihre Fragen rund um die Themen altersgerechtes oder betreubares Wohnen, Wohnen im Pflegeheim und Betreuung im Alter.

In Leonding stehen zwei Zentren für Betreuung und Pflege zur Verfügung. Wenn sie selbst über die Betreuungsmöglichkeit entscheiden möchten, bietet Ihnen die Stadtgemeinde zwei Wohnhäuser mit insgesamt 129 und der Arbeitersamariterbund weitere 39 betreubare Wohnungen. Die Stadtgemeinde hat darüber hinaus die Vergabemöglichkeit über 40 Wohnungen im altersgerechten Wohnen, einer weiteren Form des selbstständigen Wohnens für Ältere.

Auskünfte zu den Themen Pflegeplatz und -geld, Anmeldung und Vergabe von betreubaren und altersgerechten Wohnungen, Mahlzeitendienst „Essen auf Rädern“, der Betreuung zu Hause bzw. Unterstützung durch mobile Pflegedienste sind zu den Öffnungszeiten Montag-Freitag 8-12 Uhr und Dienstag/Donnerstag auch 16-18 Uhr jederzeit telefonisch möglich. Vereinbaren Sie ein persönliches Beratungsgespräch bitte unter 0732/6878-0 oder per email an [soziales@leonding.at](mailto:soziales@leonding.at).

## Mobil mit Aktivpass und Seniorenticket

Mit dem Leondinger Aktivpass und dem Seniorenticket der Linz-Linien sind Sie mit den öffentlichen Verkehrsmitteln Bus, Straßenbahn und S-Bahn in Leonding und der Kernzone sicher und günstig unterwegs: In und durch Leonding fahren die Linz Linien 3, 4, 17, 19, 43, 70, 72, 107, 191 und 192, die S2 (ÖBB) und S5 (Linzer Lokalbahn LILO) sowie die OÖ-Verkehrsverbund Buslinien 600, 601, 609, 615 und 618.

## PRAKTISCHE INFORMATIONEN FÜR SENIOR:INNEN

Falls Sie Pflegegeld beziehen, können Sie den Leondinger Aktivpass bekommen. Mit dem Aktivpass der Stadtgemeinde Leonding können Sie eine Monatskarte der Linz Linien um Eur 13,- erwerben. Da es der Stadtgemeinde ein Anliegen ist, auch einkommensschwächere Personen an der aktiven Teilnahme am gesellschaftlichen Leben zu unterstützen, bekommen Sie den Aktivpass auch, wenn Ihr Einkommen bestimmte Grenzen unterschreitet. Mit dem Aktivpass haben Sie freien Eintritt in das Turm 9 – Stadtmuseum, Gratisleihe in der Stadtbücherei und ermäßigten Eintritt in die Freizeitanlage und das Wellnesscenter im Kürnbergbad Leonding.

Alle Leondingerinnen und Leondinger über 64 Jahre, Jüngere die bereits eine Pension beziehen und Personen ab 59 Jahre, deren Partner/ Partnerinnen eine Eigenpension erhalten, können zudem die Verkehrsmittel der Linz Linien mit der Seniorenmonatskarte um Eur 29,- benutzen.

Auskünfte zu den Vergünstigungen und der Antragstellung erhalten Sie in der Sozialberatungsstelle Leonding unter 0732/6878-0 oder [soziales@leonding.at](mailto:soziales@leonding.at)

### **Carsharing tim – täglich, intelligent, mobil**

Auch Leonding liebt TIM! Mit dem Stadtplatzumbau ist TIM, die Carsharingplattform der Linz AG, nach Leonding gekommen. Elektro- und herkömmliche PKW stehen ihnen direkt bei der Bushaltestelle am Stadtplatz das ganze Jahr über und rund um die Uhr leihweise zur Verfügung. Möchten Sie vom Rad auf eines der Autos umsteigen, können Sie ihr Fahrrad an den neu errichteten, überdachten Abstellplätzen

# PRAKTISCHE INFORMATIONEN FÜR SENIOR:INNEN

sicher parken. Nähere Informationen zu Kosten und Nutzung erhalten Sie im TIM-Servicecenter unter 0732/3400-7733, [office@tim-linz.at](mailto:office@tim-linz.at) oder direkt im Servicecenter in der Wiener Straße 151 in 4020 Linz.

## Geburtstags- und Ehejubiläum

Geburtstagsjubilare werden auf ihren Wunsch in der Stadtgemeinde Leonding zum 90., 95. und ab dem 99. Geburtstag jährlich geehrt. Eine vorherige Anmeldung dazu ist nicht nötig. Sie werden für eine Terminvereinbarung durch das Stadtamt kontaktiert.

Ab dem 50. Ehejahr können Eheleute bei Erreichen der Jubiläumshochzeiten goldene (50 Jahre), diamantene (60 Jahre), eiserne Hochzeit (65 Jahre), Gnaden- (70 Jahre), Juwelen- (72,5 Jahre) und die Kronjuwelenhochzeit (75 Jahre) geehrt werden. Die Anmeldung Ihres Jubiläums geben Sie bitte in der Sozialabteilung unter 0732/6878-0 oder [soziales@leonding.at](mailto:soziales@leonding.at) bekannt.

Nach Terminvereinbarung überbringt Ihnen eine Vertreterin oder ein Vertreter der Stadtpolitik die besten Glückwünsche, einen Geschenkkorb und einen Blumenstrauß.



# AKTIVTREFF DOPPL-HART

## WOCHENPROGRAMM

### **DIENSTAG 14-15 UHR**

Sesselturnen mit Trude

### **MONTAG UND DONNERSTAG AB 14 UHR**

Spiele-Treff

### **MONTAG AB 11 UHR**

Fußpflege bei Stefanie. Anmeldung im Aktivtreff.

## PROGRAMM 2022/2023

**Wenn nicht anders angegeben Mittwoch, Beginn jeweils 14 Uhr**

### **28. SEPTEMBER 2022**

Vorstellung Aktion „Essen auf Rädern“ durch Mahlzeit Vertriebs GesmbH mit Verkostung.

### **12. OKTOBER 2022**

Vorstellung einer Kräuterapotheke. Kräuter und selbstgemachte Salben für das allgemeine Wohl.

### **19. OKTOBER 2022**

Oktoberfest mit Weißwurstparty

## **NOVEMBER 2022**

Smartphone- und Handytraining. Termin wird im Aktivtreff bekannt gegeben.

## **7. DEZEMBER 2022**

Einlass ab 13 Uhr, Beginn 13.30 Uhr  
Weihnachtsfeier

## **25. JÄNNER 2023**

Beratung zur Arbeitnehmerveranlagung. Mit Norbert Eidinger, Versicherungsagent.

## **20. FEBRUAR 2023**

Faschingsfeier am Rosenmontag

## **FRÜHJAHR 2023**

### **TERMIN WIRD NOCH BEKANNTGEGEBEN**

Vortrag zur Sturzprävention: Im Workshop „Trittsicher und mobil“ werden spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen erlernt und wie dadurch Stürzen vorgebeugt werden kann - Anmeldung im Aktivtreff erforderlich, Termin wird im Aktivtreff bekannt gegeben.

Kursdauer: 12 Einheiten zu jeweils 50 min

## **15. MÄRZ 2023**

Beginn 15.30 Uhr

Fotopräsentation unbekannter historischer Aufnahmen aus Leonding. Gemeinsam zurückschauen und unbekanntes Fotomotiven einen Namen geben. Bringen Sie bei dieser Gelegenheit auch Ihre Fotoschätze mit! Mit MMag. Lene Wagner, Leiterin der heimatkundlichen Sammlung der Stadt Leonding.

## **5. APRIL 2023**

Österliche Feier in der Karwoche

## 10. MAI 2023

Busfahrt nach Feuersbrunn am Wagram zum Weinbauer Schäffer.  
Anmeldung im Aktivtreff.

## 11. MAI 2023

Beginn 15 Uhr  
Muttertagsfeier

## 22. JUNI 2023

Sonnenwendfeier zur Jahresmitte mit Musik und Schmankerl  
vom Grill



# AKTIVTREFF HAAG

## WOCHENPROGRAMM

### **JEDEN DIENSTAG 14-18 UHR**

Spiele und Lesenachmittag

### **JEDEN FREITAG 13-16.30 UHR**

Massage „Wellness für den Körper“, Voranmeldung erforderlich

### **JEDEN DONNERSTAG 13-14.30 UHR**

Senior:innenturnen: Bewegungsübungen nach dem Motto „wer rastet der rostet“. Mit Trude Viehböck.

### **JEDEN MITTWOCH 8-12 UHR**

Fußpflege, Voranmeldung erforderlich

### **JEDEN MITTWOCH 13-14 UHR**

Linedance - Gemeinsames Tanzen um im Schwung zu bleiben mit Michaela. Keine Vorkenntnisse nötig, die Teilnahme ist auch ohne Tanzpartner möglich.

### **JEDEN LETZTEN FREITAG IM MONAT AB 9 UHR**

Wir starten mit einem gemeinsamen Genussfrühstück ins Wochenende! Voranmeldung zum Brunch bei Magda im Aktivtreff erforderlich.

# PROGRAMM 2022/2023

## 4. OKTOBER 2022

Zahlenquiz, Beginn 14.30 Uhr

## 18. OKTOBER 2022

„O'zapft is“ am Aktivtreff-Oktoberfest. Mit Weißwürsten aus dem Kessel und Musik. Beginn um 14.30 Uhr, Voranmeldung im Aktivtreff erforderlich.

## 8. NOVEMBER 2022

Ganslessen zum Martinstag in der ASKÖ-Stube in Leonding. Nähere Informationen im Aktivtreff.

## 25. NOVEMBER 2022

Weinverkostung im Aktivtreff mit Weinbauer Schäffer

## 5. DEZEMBER 2022

Einlass ab 13 Uhr, Beginn 13.30 Uhr  
Weihnachtsfeier

## 6. DEZEMBER 2022

Krampuskränzchen mit den Linzer Perchten



Foto: Pixabay

## **14. DEZEMBER 2022**

Aktivtreffausflug zur Konditorei Schwarz in Leonding. Gemeinsames Weihnachtskeksebacken.

## **JÄNNER 2023**

Vortrag zur Sturzprävention: Im Workshop „Trittsicher und mobil“ werden spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen erlernt und wie dadurch Stürzen vorgebeugt werden kann - Anmeldung erforderlich, Termin wird noch bekannt gegeben.

Kursdauer: 12 Einheiten zu jeweils 50 min

## **17. JÄNNER 2023**

„Bewusst sicher im Auto Unterwegs“. Ein Vortrag vom Kuratorium für Verkehrssicherheit (KFV).

Beginn 15 Uhr

## **14. FEBRUAR 2023**

Beratung zur Arbeitnehmerveranlagung. Mit Norbert Eidinger, Versicherungsagent.

## **20. FEBRUAR 2023**

Rosenmontagsfeier mit Musik und Faschingskrapfen. Heute sind viele Narrenkostüme und -verkleidungen erwünscht!

## **22. FEBRUAR 2023**

Traditioneller gemeinsamer Heringsschmaus. Eine Voranmeldung im Aktivtreff ist unbedingt erforderlich.

## **4. APRIL 2023**

Österliche Jause in der Karwoche

### **10. APRIL 2023**

Beginn 15.30 Uhr

Fotopräsentation unbekannter historischer Aufnahmen aus Leonding. Gemeinsam zurückschauen und unbekanntes Fotomotiven einen Namen geben. Bringen Sie bei dieser Gelegenheit auch Ihre Fotoschätze mit! Mit MMag. Lene Wagner, Leiterin der heimatkundlichen Sammlung der Stadt Leonding.

### **3. MAI 2023**

Ausflug auf den Pöstlingberg mit anschließender Einkehr beim Kirchenwirt. Fahrt mit der Pöstlingbergbahn. Treffpunkt im Aktivtreff, mit der Straßenbahn geht es auf den Hauptplatz und von dort weiter auf den Pöstlingberg.

### **9. MAI 2023**

Beginn 13.30 Uhr

Muttertagsfeier

### **13. JUNI 2023**

Ausflug nach Schärding zur Baumgartner Bierbrauerei mit Firmenbesichtigung. Danach Möglichkeit zur Stadtbesichtigung und Einkehr. Treffpunkt im Aktivtreff, Hin- und Rückfahrt mit dem Reisebus.

# AKTIVTREFF HOLZHEIM-ZAUBERTAL

## WOCHENPROGRAMM

### **MONTAG 14.30-15.30 UHR**

Senior:innenturnen mit Mag. Elisabeth Eidingler. Nur nach Terminvereinbarung: Shiatsu Massage.

### **DIENSTAG AB 12 UHR**

Massage und Fußpflege. Terminvereinbarung im Aktivtreff.

### **JEDEN 2. DIENSTAG AB 14 UHR**

Tanzen für Alle mit Dr. med. Isabella Roth. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Die Teilnahme ist auch ohne Tanzpartner:in möglich.

### **MITTWOCH AB 14 UHR**

Handarbeiten nach Themen

### **DONNERSTAG 14-15 UHR**

Gedächtnistraining mit Patricia

### **FREITAG**

Gemütlicher  
Wochenausklang!



# PROGRAMM 2022/2023

## 14. OKTOBER 2022

Beginn 14 Uhr

O'zapft is! Oktoberfest mit zünftiger Musik.

## 18. NOVEMBER 2022

Handwerksnachmittag: Adventkranzbinden, weihnachtliche Gestecke & Tischschmuck

## 23. NOVEMBER UND FREITAG 25. NOVEMBER 2022

Weihnachtskekse backen von A-Z

## 6. DEZEMBER 2022

Einlass ab 13 Uhr, Beginn 15 Uhr

Weihnachtsfeier

## 14. DEZEMBER 2022

Beginn 14 Uhr

Adventlesung

## 13. JÄNNER 2023

Beginn 14 Uhr

Erstes Holzheim-Zaubertaler Aktivtreff-Preisschnapsen. Hauptpreise für die Sieger, attraktive Preise für alle Teilnehmer: innen.



## **AB 1. FEBRUAR 2023 IMMER MITTWOCHS**

Acrylmalerei mit Patricia

### **JÄNNER UND FEBRUAR 2023**

Sturzpräventionstraining. In der Workshopreihe „Trittsicher und mobil“ werden spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen erlernt und wie dadurch Stürzen vorgebeugt werden kann - Anmeldung erforderlich, Termin wird noch bekannt gegeben.

Kursdauer: 12 Einheiten zu jeweils 50 min, kostenlos, begrenzte Teilnehmer:innenzahl.

### **17. FEBRUAR 2023**

Beginn 14 Uhr

Faschingsgschnas im Aktivtreff mit Maskenprämierung und Auftritt der EI-LI-SCHO Kinderfaschingsgilde

### **17. MÄRZ 2023**

Ausflug zur Konditorei Schwarz Leonding zum Osterpinzen backen

### **7. APRIL 2023**

Ostereierpecken mit k. o. System

### **21. APRIL 2023**

Planetenwanderung von Hellmonsödt nach Sonnberg.

Länge ca. 3,5 km.

Mit Wanderwart Anton Scherzer.

Treffpunkt: 9 Uhr Hauptbahnhof (bei den Löwen).

Abfahrt Busterminal Linz nach Hellmonsödt und Wanderung nach Sonnberg.

Mittagessen beim Gasthaus „Auf d`Sunenseiten“, a la carte,

Brad´l in der Rain auf Vorbestellung.

Rückfahrt nach Linz ab ca. 15 Uhr.

## **MITTWOCH 10. MAI 2023**

Beginn 13.30 Uhr

Muttertagsfeier

## **15. MAI 2023**

15.30 Uhr

Fotopräsentation unbekannter historischer Aufnahmen aus Leonding. Gemeinsam zurückschauen und unbekanntem Fotomotiven einen Namen geben. Bringen Sie bei dieser Gelegenheit auch Ihre Fotoschätze mit! Mit MMag. Lene Wagner, Leiterin der heimatkundlichen Sammlung der Stadt Leonding.

## **JUNI 2023, TAG WIRD NOCH BEKANNTGEGEBEN**

Ausflug zum „steirischen Bodensee“ bei Aich in den Schladminger Tauern.

Treffpunkt beim Aktivtreff 8.30 Uhr.

Ca. 1 Stunde barrierefreie Wanderung um den See. Gute Marschierer können in etwa 20 weiteren Minuten bis zum bekannten Schleierwasserfall wandern.

Mittagessen a la Carte nach Vorbestellung ab 12 Uhr im Gasthaus Forellenhof möglich.

Rückfahrt zum Aktivtreff ab ca. 15 Uhr.

Anmeldung erforderlich!

## **WEITERE VERANSTALTUNGEN 2023, DIE TERMINE UND INFORMATIONEN WERDEN IM AKTIVTREFF BEKANNTGEGEBEN:**

Erkennung von und richtiger Umgang mit Demenzerkrankungen auch bereits im Frühstadium

Lesung: Heiteres zum Nachmittagskaffee

Ernährungsberatung für das Fitbleiben auch im Alter. Fachvortrag zu Naturernährung mit Dr. Ehrenberger.

# AKTIVTREFF LEONDING

## WOCHENPROGRAMM

### JEDEN MITTWOCH 14-15 UHR

Senior:innenturnen mit Andrea Hauer

### JEDEN DONNERSTAG AB 14 UHR

Karten und Brettspielnachmittag

## PROGRAMM 2022/2023

### 10. OKTOBER 2022

Beginn 14 Uhr

Ausmalen von Vorlagen mit Bunt- oder Filzstiften, Wasserfarben, Ölkreiden. Eine große Auswahl an verschiedenen Motiven wie Tiere, Blumen, Mandalas usw. ist vorhanden. Anmeldung erforderlich.



Foto: Pixabay

## **22. NOVEMBER 2022**

Beginn 14.30 Uhr

Adventkranzbinden, Weihnachtsgestecke, Tischschmuck: selbstgemachte Weihnachtsdekoration für ein zauberhaft dekoriertes Zuhause. Anmeldung erforderlich.

## **1. DEZEMBER 2022**

Beginn 14 Uhr

Adventlesung von Berta Schwertberger mit Musik. Besinnliche, lustige Geschichten zum Mitmachen. Körperliche Aktivierung und Gedächtnistraining in der stillen Zeit. Anmeldung erforderlich.

## **6. DEZEMBER 2022**

Einlass ab 13 Uhr, Beginn 13.30 Uhr

Weihnachtsfeier

## **20. FEBRUAR 2023**

Beginn 14.30 Uhr

Faschingskräpfenessen: In der Narrenzeit dürfen die runden, mit Marmelade gefüllten Köstlichkeiten keinesfalls fehlen

## **22. FEBRUAR 2023**

Beginn 15.30 Uhr

Fotopräsentation unbekannter historischer Aufnahmen aus Leonding. Gemeinsam zurückschauen und unbekanntes Fotomotiven einen Namen geben.

Bringen Sie bei dieser Gelegenheit auch Ihre Fotoschätze mit! Mit MMag. Lene Wagner, Leiterin der heimatkundlichen Sammlung der Stadt Leonding.

## **FRÜHJAHR 2023, TERMIN WIRD NOCH BEKANNT GEGEBEN**

Vortrag zur Sturzprävention: Im Workshop „Trittsicher und mobil“ werden spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen erlernt und wie dadurch Stürzen vorge-

beugt werden kann - Anmeldung erforderlich.

Kursdauer: 12 Einheiten zu jeweils 50 min

### **13. MÄRZ 2023**

14-16 Uhr

Aktives Mitmachen bei Bewegungs- Sprichwort, Rechen- und Duftgeschichten. Körperliche Aktivierung und Gedächtnistraining. Anmeldung erforderlich.

### **5. APRIL 2023**

Beginn 14.30 Uhr

Traditionelles Ostereierpecken im Aktivtreff in der Karwoche. Wer gewinnt wohl und wird Eierpecken-Champion? Anmeldung erforderlich.

### **11. MAI 2023**

Beginn 13.30 Uhr

Muttertagsfeier

### **1. JUNI 2023**

Beginn: 13 Uhr

Gemeinsames Mittagessen in geselliger Runde bei TiL, dem Treffpunkt im Langholzfeld. Die Anreise erfolgt selbstständig durch Fahrgemeinschaften. Anmeldung erforderlich.



# AKTIVTREFF UNTERGAUMBERG

## WOCHENPROGRAMM

### **JEDEN MONTAG 13.30-14.30 UHR**

Aktivturnen mit Josefine Strbac, Informationen unter: 0664/1445562

### **JEDEN DIENSTAG 10-11 UHR**

Bauchtanzgruppe mit Eleonore Edelmayer, Informationen unter Handy: 0699/11824754

### **JEDEN ZWEITEN DIENSTAG AB 11 UHR**

Fußpflege mit Sabine Seiser. Bitte um telefonische Terminvereinbarung unter 0664/99311818 oder im Aktivtreff.

### **JEDEN MITTWOCH AB 11 UHR**

Selbstständig und Aktiv – SelbA-Training mit Josefine Strbac: Informationen unter 0664/1445562

## PROGRAMM 2022/2023

### **11. OKTOBER 2022**

Oktoberfest mit Weißwurst ohne Musik

### **5. DEZEMBER 2022**

Einlass ab 13 Uhr, Beginn 15 Uhr  
Weihnachtsfeier

## **20. FEBRUAR 2023**

Rosenmontagsfeier

## **22. FEBRUAR 2023**

Heringsschmaus am Aschermittwoch

## **FRÜHJAHR 2023, TERMIN WIRD BEKANNTGEGEBEN**

Vortrag zur Sturzprävention: Im Workshop „Trittsicher und mobil“ werden spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen erlernt und wie dadurch Stürzen vorgebeugt werden kann - Anmeldung erforderlich, Termin wird noch bekannt gegeben.

Kursdauer: 12 Einheiten zu jeweils 50 min

## **7. APRIL 2023**

Eierpecken in der Karwoche

## **AUSFLUGSMONAT MAI 2023**

Ausflugsziele und Termine werden im Aktivtreff bekanntgegeben

## **9. MAI 2023**

Beginn 15 Uhr

Muttertagsfeier

## **12. JUNI 2023**

Beginn 15.30 Uhr

Fotopräsentation unbekannter historischer Aufnahmen aus Leonding. Gemeinsam zurückschauen und unbekanntes Fotomotiven einen Namen geben. Bringen Sie bei dieser Gelegenheit auch Ihre Fotoschätze mit! Mit MMag. Lene Wagner, Leiterin der heimatkundlichen Sammlung der Stadt Leonding.



# JÄHRLICHER GEMEINSAMER AKTIVTREFFAUSFLUG

**30. JUNI 2023**

Fahrt nach Wien ins Heeresgeschichtliche Museum und Führung mit einem Informationsoffizier des österreichischen Bundesheeres. Im Anschluss Mittagessen in der Rossauerkaserne und Bummel durch die Wiener Innenstadt auf den Stephansplatz mit Gelegenheit im legendären AIDA-Kaffeehaus einzukehren.

Abholung mit dem Reisebus bei den Aktivtreffs ab 8 Uhr. Rückkehr ca. 18 Uhr. Anmeldung in den Aktivtreffs.

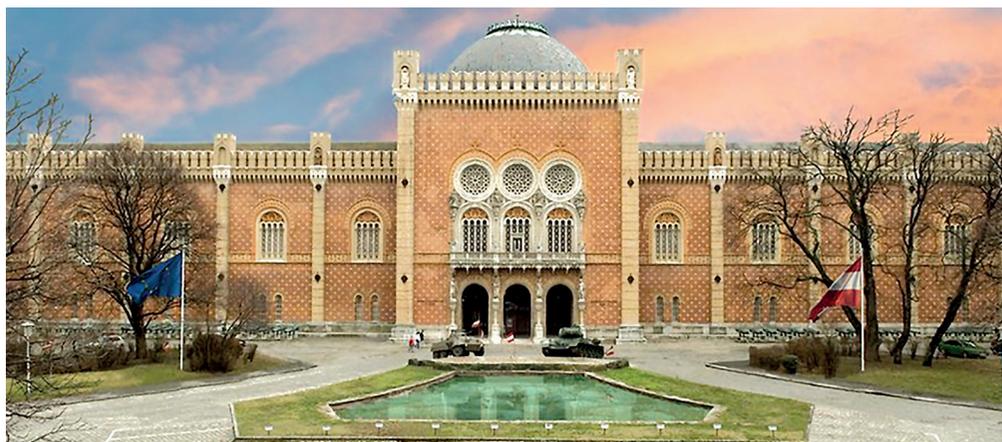


Foto: www.wien.info