

# Das Seniorenprogramm

## März 2024



# BÜRGERTREFF

### **Montag 4.3. | 15:00 - 16:00 Uhr**

Mit dem Thema ESSEN UND TRINKEN zur Ausstellung von Regina Simon

### **Mittwoch 6.3. | 12:00 Uhr**

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft  
geöffnet ab 10:00 Uhr

### **Montag 11.3. | 15:00 - 16:00 Uhr**

SINGEN mit Heidi und Karo

### **Dienstag 12.3. | 14:30 - 16:30 Uhr**

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

### **Mittwoch 13.3. | 12:00 Uhr**

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft  
geöffnet ab 10:00 Uhr

### **Montag 18.3. | 15:00 - 16:00 Uhr**

FIT100 mit Sylvia Krauß

### **Dienstag 19.3. | 11:00 Uhr**

DER MÄNNERSTAMMTISCH "Alte Uttinger"  
freut sich auch über "Zuagroaste"  
Bitte um Anmeldung: 08806 - 924 164

### **Mittwoch 20.3. | 12:00 Uhr**

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft  
geöffnet ab 10:00 Uhr

### **Montag 25.3. | 15:00 - 16:00 Uhr**

OSTEREIER BATIKEN  
mit Blättern und Blüten

### **Jeden Mittwoch 14:30 - 16:30 Uhr**

 SPIELENACHMITTAG mit Thea  
Brettspiele, Kartenspiele,  
Würfelspiele und sonstige Spiele  
am Tisch in kleinen Gruppen

### OH WELT IN EINEM EI

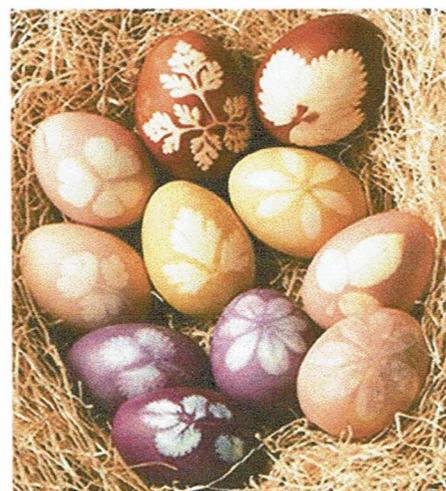
von Joachim Ringelnatz

Oh Welt im Ei, von Haut  
und Schale rings umgeben!  
Wenn dich die Sonne schaut,  
beginnt dein freieres Leben.

Dann lebst du, wie dein Ahne will,  
als Strauß, als Fisch, als Krokodil,  
als Huhn ein Mehrerwachen,

Ein größeres Glück und größere  
Qual in einem weiteren Oval.  
Bis neue Schalen krachen.

O Welt in einem Ei,  
wie Wichtiges entscheidet sich,  
geht deine Wand entzwei,  
vielleicht verschlingt man,  
kocht man dich,  
ißt dich mit Senf, mit Kaviar  
(Störs ungezählten Eiern!)



Und wenn sie Ostern feiern,  
die dich verschlucken roh und gar,  
dann lachen sie und spaßen  
a conto Osterhasen.  
Doch wer von ihnen denkt dabei  
an Dich, Du Mikrowelt in einem Ei!?

### **Jeden Donnerstag | 10:00 - 11:00 Uhr**

FIT100 BEWEGLICH BLEIBEN, STÜRZEN VORBEUGEN  
ein Angebot von FÜREINANDER e.V. und dem UhU  
(Uttinger helfen Uttingern) in Kooperation mit dem  
TSV Utting im Gymnastikraum der Elisabeth Residenz  
Anmeldung: 08806 - 924 164

### **Jeden Montag | 10:00 Uhr**

OFFENER BEWEGUNGSTREFF FÜR SENIOREN im Summerpark  
Jeder ist ohne Anmeldung und kostenfrei willkommen

EIN FAHRDIENST zu den Seniorenveranstaltungen  
und FIT100 kann rechtzeitig unter 08806 - 924 164  
angefordert werden

BÜCHERBÖRSE geöffnet: Jeden Samstag | 10:00 - 12:00 Uhr

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

