

# Das Seniorenprogramm November 2025



## BÜRGERTREFF

### Montag 3.11. | 15:00 - 16:00 Uhr

FIT100 mit Sylvia Krauß

### Mittwoch 5.11. | 12:00 Uhr

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft

geöffnet ab 10:00 Uhr

### Montag 10.11. | 15:00 - 16:00 Uhr

YOGA AUF DEM STUHL mit Silvia Ruhland

### Dienstag 11.11. | 14:30 - 16:30 Uhr

Mädelstreff UTTINGER FRAUEN

bei Bedarf Abholung unter 08806 - 1653

### Mittwoch 12.11. | 12:00 Uhr

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft

geöffnet ab 10:00 Uhr

### Montag 17.11. | 15:00 - 16:00 Uhr

SINGEN mit Heidi und Karo

### Dienstag 18.11. | 11:00 Uhr

MÄNNERSTAMMTISCH "Alte Uttinger"

auch "Zuagroaste" sind herzlich willkommen

Anmeldung unter: 08806 - 924 164

### Mittwoch 19.11. | 12:00 Uhr

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft

geöffnet ab 10:00 Uhr

### Montag 24.11. | Abfahrt 14:30 Uhr

AUSFLUG ZUR WEIHNACHTSAUSSTELLUNG

und ins Café der Gärtnerei Geier nach Weil

Teilnehmerzahl begrenzt

Anmeldung bis 19.11.

### Mittwoch 26.11. | 12:00 Uhr

MITTAGESSEN in der Gemeinschaft

geöffnet ab 10:00 Uhr

### Jeden Mittwoch 14:00 - 16:00 Uhr



SPIELENACHMITTAG mit Thea



### Weitere regelmäßige Angebote

#### Jeden Montag | 10:00 - 10:30 Uhr

OFFENER BEWEGUNGSTREFF FÜR SENIOREN im Summerpark  
bei jedem Wetter, ohne Anmeldung und Vorkenntnisse

#### Jeden letzten Dienstag im Monat | 15:00 Uhr

SENIORENKINO

#### 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

Ferien bis 5. September

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

Mehr Termine wie z.B. Boarisch Gsunga, Aquarellmalen etc.

finden Sie unter [www.fuereinander-ammersee.de](http://www.fuereinander-ammersee.de) und in unserem Schaukasten

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

