

# Veranstaltungen

## **Gesunde Jause mi Infomation**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 11:15 – 12:15

Wir schneiden Frisches Gemüse Produzieren Herzhafte Brotaufstriche Gesunde Jause ist eine ausgewogene Zwischenmahlzeit, die den Körper mit wichtiger Energie und Nährstoffen versorgt. Und wir Sprechen auch wie man sich im Reifen alter Gesund ernährt .Bitte um Anmeldung im Klub

---

## **Baklava trifft Apfelstrudel**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 15:00

Das hier ist ein Termin-Aviso. Mehr Infos zu Eintrittspreisen, Platz-Reservierungen / -Buchungen und Details zur Veranstaltung folgen rechtzeitig vor der Veranstaltung...

---

## **Gymnastik mit Musik**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

---

## **Sitzyoga**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

---

## **Spielenachmittag**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Verschiedene Gesellschaftsspiele

---

## **Kochen**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 13:30

Wir kochen und essen zusammen

## **Gespräche gegen Einsamkeit**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Plaudern und über den Tag reden

---

## **Plaudern**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 16:45

Plaudern bedeutet ,sich ungezwungen und gemütlich zu unterhalten oder unbedacht ein Geheimnis ausplaudern

---

## **Jazzdance**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 13:30

Eine Tanzstunde für alle - gemeinsam schwingen wir die Hüften!

---

## **Herbstfest**

Freitag, 9. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Feier, gemeinsam essen, Musik, Tanzen

---