

## Fit und aktiv im Alter:

### Seniorengymnastik

14-tägig dienstags, 13.30 Uhr,  
vhs-Gebäude, Kirchengasse 1  
Gymnastikraum 202  
(Bitte Sportschuhe mitbringen!)

Ausnahme sind Schulferien und  
Feiertage



Für alle  
Veranstaltungen  
bitte örtliche  
Tagespresse beachten!



## Wir über uns:

Liebe Seniorinnen  
und Senioren,

mit unserem Seniorenpro-  
gramm möchte die Stadt  
Schwandorf die Gestaltung  
Ihres Alltags bereichern. Unser  
abwechslungsreiches Programm lädt Sie ein,  
mit Gleichgesinnten gemeinsam etwas zu  
unternehmen. Geselligkeit hat oberste Prio-  
rität – seien Sie gespannt auf die interessan-  
ten Angebote des Schwandorfer Seniorenb-  
beirates, bei denen gesungen, gespielt und  
gelacht wird. Ich wünsche Ihnen viel Freude  
beim Besuch der Veranstaltungen!



Andreas Feller  
Oberbürgermeister

## Kontakt und Rückfragen:

Vorsitzende des Seniorenbeirates  
Elisabeth Beer-Klatt  
Marie-Curie-Str. 3, 92421 Schwandorf,  
Tel.: 09431 990606

Stadt Schwandorf  
Sabine Brunner  
Spitalgarten 1, 92421 Schwandorf  
Tel.: 09431 45-123  
seniorenbeirat@schwandorf.de

[www.schwandorf.de/seniorenbeirat](http://www.schwandorf.de/seniorenbeirat)



Seniorenbeirat  
Schwandorf

Herausgeber: Stadt Schwandorf, Gestaltung: Konzept Media Conzept, ISSN 1439-0894, Fotos: S. Brunner, C. Seitz, Stockphoto@Tazero, Pressefoto: R. Kretschke, A. Hertle, Fotografin: J. Resnick, Heli-Dück, Kammarsbrück



SENIOREN-  
2024 PROGRAMM



Seniorenbeirat  
Schwandorf

## Filmnachmittage in der Spitätkirche:

Immer mittwochs um 14:00 Uhr



**21. Februar:** Mamma Mia

**20. März:** Wer früher stirbt ist länger tot

**17. April:** Das doppelte Lottchen

**18. September:** Grace von Monaco

**16. Oktober:** Unterwegs mit Jacqueline

**20. November:** Ich denke oft an Piroschka

(Filmleihgabe: Landesmediendienste Bayern)



## Seniorenkaffee im Jugendtreff

**Jeden 1. Montag im Monat**

K3, Adolf-Kolping-Platz 3

Ausnahme sind Schulferien und Feiertage



## Kreativ und kulinarische Veranstaltungen:

Immer mittwochs



**13. März:**

Virtuelle, kulinarische Reise nach Bayern

**März:** Kreativer Nachmittag „Frühlings- oder Ostergesteck“

**3. Juli:** Sommerfest

**9. Oktober:** Oktoberfest

**November:**

Kreativer Nachmittag „Adventsgesteck“



Ort und genaue Informationen werden in der örtlichen Presse bekanntgegeben und auf unserer Homepage:  
[www.schwandorf.de/seniorenbeirat](http://www.schwandorf.de/seniorenbeirat)

## Ausflüge, Besichtigungen, Vorträge:



**8. April 14.30 Uhr**

Vortrag: „Sicherheit für Seniorinnen und Senioren – Betrugsmaschen am Telefon und im Internet“

**15. Mai und 19. Juni, 14 Uhr**

Besuch bei der Eisdielen Pellegrin mit Führung und anschließender Verkostung

**12. Juni**

Halbtagesausflug in die Höollohe, Teublitz

**14. Juli**

Halbtagesausflug zum „Oberpfälzer Volksmusiktag“ ins Oberpfälzer Freilandmuseum

