

Regelmäßige Aktivitäten des Seniorenbeirates Weilrod 2023/2024

Aktivitäten	Tag	Uhrzeit	Informationen / Treffpunkte / Anmeldung
Erzähl-Kaffee	1. Montag im Monat	15:00 - 17:00	Information zum Treffpunkt in der Tagespresse Anmeldung erforderlich Sieglinde Hasselbächer, Tel.: 06083 2286 oder per Mail: hasselbaechers@gmail.com
Wanderung 10 km +	1. Dienstag im Monat	13:30	Information zum Treffpunkt in der Tagespresse oder bei Ulrich Klingen, Tel.: 06083 2366
Wanderung ca. 6 km	3. Dienstag im Monat von März - November	13:30	Information zum Treffpunkt in der Tagespresse oder bei Horst Kaunzner Tel.: 06083 2553
Nordic Walking	jeden Mittwoch Mai - September Oktober - April	09:00 10:00	Information zum Treffpunkt für neue Teilnehmer bei Erika Schmitt, Tel.: 06083 959092, für alle anderen Teilnehmer in der WhatsApp Gruppe

Aktivitäten	Tag	Uhrzeit	Informationen / Treffpunkte / Anmeldung
Seniorengymnastik	jeden Dienstag	10:00 - 11:00	Dorfgemeinschaftshaus Gemünden Anmeldung erforderlich Frau Rudewig, Tel.: 06083 2521
	jeden Donnerstag	09:30 - 10:30	Pfarrscheune an der Kirche, Rod an der Weil Anmeldung erforderlich Frau Heinisch, Tel.: 06083 959938
Spiele und Unterhaltung	jeden 2. und 4. Freitag im Monat	14:30 - 17:00	Treffpunkt: Café im Carpe Diem, Hasselbach Information und Anmeldung bei Erwin Paproth Mobil: 0173 5219020

Weitere Einzelheiten zu den Veranstaltungen entnehmen Sie bitte den folgenden Seiten.

Montag

Erzähl-Kaffee (Anmeldung erforderlich)

Am **1. Montag im Monat** findet von **15:00 - 17.00 Uhr** das **Erzähl-Kaffee** statt.

Die Senioren aus Weilrod werden von einem Bus in ihrem Wohnort abgeholt und zurückgebracht. Bei Kaffee und Kuchen haben die Senioren Gelegenheit zu Gesprächen. Danach gibt es ein wechselndes Programm, mit unterschiedlichen Gästen. Zum Abschluss gratulieren alle gemeinsam, den Geburtstagskindern des vergangenen Monats.

Aufgrund der großen Beliebtheit findet das Erzähl-Kaffee weiterhin an wechselnden Orten in der Gastronomie statt. Informationen zum Treffpunkt erhalten Sie in der Tagespresse und bei den Mitgliedern des Seniorenbeirates.

Anmeldung bei Sieglinde Hasselbächer, Tel.: 06083 2286 oder per Mail: hasselbaechers@gmail.com.



Dienstag

Seniorengymnastik in Gemünden (Anmeldung erforderlich)

Jeden Dienstag findet von **10:00 - 11:00 Uhr** im **Dorfgemeinschaftshaus Gemünden** die Seniorengymnastik, unter Leitung von Frau Rudewig statt.

Eine Anmeldung bei Frau Rudewig, Tel.: 06083 2521, ist erforderlich.



Senioren-Wanderungen (keine Anmeldung erforderlich)

10 km +

Am **1. Dienstag im Monat** findet ab **13:30 Uhr**, unter Leitung von Ulrich Klingen, eine Wanderung über 10 km + statt. Start ist an unterschiedlichen Treffpunkten. Informationen zum Treffpunkt erhalten Sie in der Tagespresse oder bei Ulrich Klingen, Tel.: 06083 2366.



Ca. 6 km

Am **3. Dienstag im Monat** findet von **März - November** ab **13:30 Uhr**, unter Leitung von Horst Kaunzner, eine Wanderung über ca. 6 km in gut gängigem Gelände statt. Informationen zum Treffpunkt erhalten Sie in der Tagespresse oder bei Horst Kaunzner Tel.: 06083 2553.



Mittwoch

Senioren-Nordic-Walking

Jeden Mittwoch findet ganzjährig, bei jedem Wetter, das **Senioren-Nordic-Walking** (ca. 2 Stunden), unter Leitung von Rudi Mohr, statt.

Start ist an unterschiedlichen Treffpunkten. Der nächste Treffpunkt wird am Ende der Tour festgelegt und über die bestehende WhatsApp-Gruppe weitergegeben.

Startzeiten: **Mai - September 09:00 Uhr**
 Oktober - April 10:00 Uhr.

Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen und erhalten von der Vorsitzenden des Seniorenbeirates, Frau Erika Schmitt, Tel.: 06083 959092, Informationen zum Treffpunkt.



Donnerstag

Seniorengymnastik in Rod an der Weil (Anmeldung erforderlich)

Jeden Donnerstag findet von **09:30 - 10:30 Uhr** in der **Pfarrscheune** an der Kirche in **Rod an der Weil** die Seniorengymnastik mit Gleichgewichtstraining und Sturzprophylaxe, unter Leitung von Frau Heinisch und Frau Hill statt.

Eine Anmeldung bei Frau Heinisch, Tel.: 06083 959938, ist erforderlich.



Freitag:

Spiele und Unterhaltung (Anmeldung erforderlich)

Jeden 2. und 4. Freitag im Monat findet von **14:30 - 17:00 Uhr**, im **Café des Carpe Diem, Hasselbach**, unter Leitung von Herrn Erwin Paproth, ein **Spiele-Nachmittag für Senioren aus ganz Weilrod** statt.

Dieses Angebot richtet sich nicht nur an Senioren die an Spielen interessiert sind. Willkommen sind auch Senioren, die Gemeinschaft suchen und sich einfach nur unterhalten möchten.

Anmeldung und Informationen bei Erwin Paproth unter Mobil: 0173 5219020.

Herr Paproth wird Sie gegebenenfalls über die jeweils geltenden Regelungen im Café informieren.



Weitere, nicht regelmäßig stattfindende, Veranstaltungen

des Seniorenbeirates wie Kurse, Ausflüge, Theaterfahrten und Reisen entnehmen Sie bitte der Tagespresse oder dem Veranstaltungskalender der Gemeinde.

<https://www.weilrod.de/rathaus-politik/aktuelles/veranstaltungen/>

Kontaktieren Sie uns oder kommen Sie einfach vorbei und schauen ob etwas für Sie dabei ist.
Der Seniorenbeirat Weilrod freut sich auf neue Teilnehmer bei allen Aktivitäten!

Für Anmeldungen, Fragen zu Terminen, Startorten oder auch andere Themen, steht Ihnen der Seniorenbeirat gerne zur Verfügung.

Bedenken Sie dabei bitte, dass Ihre Ansprechpartner alle ehrenamtlich arbeiten und nicht jederzeit zur Verfügung stehen können. Schreiben Sie uns gerne eine Nachricht per Mail oder nutzen Anrufbeantworter/Mailboxen.

Ihr Seniorenbeirat Weilrod freut sich auf Sie!