

Beratungsangebote

Wohnraumberatung

Mobile kostenlose Wohnraumberatung für altersgerechtes und barrierefreies Wohnen
(Sabrina Müller, Tel. 0174 9590 520)

Informationen durch die Sozialstation St. Vinzenz
(Tel. 9314-0) zu folgenden Themen:

- Häusliche Pflege
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Familienpflege
- Hausnotrufsystem
- Mobiler Menüservice



Die Gemeinde Au und der Seniorenbeirat sind Mitglied im Kreis seniorenrat Rastatt e. V.



Kontaktaten für die Anmeldung

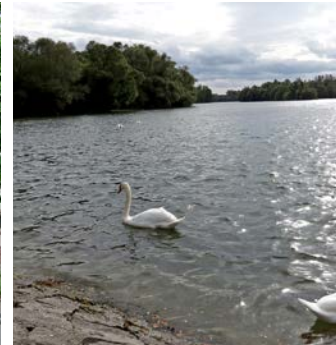
Konrad Roth

Seniorenbeirat Au am Rhein
Telefon: 07245 939511
E-Mail: konrad.roth@googlemail.com

Tatjana Bülow

Gemeinde Au am Rhein
Telefon: 07245 9285-12
E-Mail: tatjana.buelow@auamrhein.de

Au am Rhein – lebens- und liebenswert!



Mehr (er)leben in Au am Rhein – aktive Freizeitgestaltung für die Generation 60+

Programm Januar bis Juni 2018



Es ist wieder soweit ...

... der neue Flyer für das 1. Halbjahr 2018 mit den Angeboten für die Generation 60+ ist fertig. Viele interessante Vorschläge für die aktive Freizeitgestaltung warten auf die Auer. Schauen Sie auch in den Gemeindeanzeiger. Dort finden Sie immer alle aktuellen Informationen.

Wir freuen uns, wenn Sie an vielen Veranstaltungen teilnehmen. Bitte teilen Sie uns Ihre Anregungen und Wünsche für ein interessantes Leben in Au am Rhein mit.

Unser Programm

Montag

- | | |
|--------------------------------|--|
| 15.00 – 16.00 Uhr
(ab März) | Tanzen mit und ohne Rollator in der Rheinauhalle
(Doris Stamerra, Tel. 81796) |
| 20.00 – 22.00 Uhr | Frauen-Gymnastik (Gymnastik, Yoga und Pilates) in der Rheinauhalle
(TV, Herta Schindler, Tel. 81668) |
| 20.00 – 22.00 Uhr | Frauen-Gymnastik mit Dehnungs- und Lockerungsübungen in der Rheinauhalle
(TV, Hannelotte Oschmann, Tel. 1446) |

Dienstag

- | | |
|------------------|--|
| 9.00 – 10.00 Uhr | Frauengymnastik im Vereinsraum E1 in der Rheinauhalle. "Fit bis ins hohe Alter"
(DJK, Bernadette Bauer, Tel. 81753) |
| 9.30 – 10.30 Uhr | Gedächtnistraining
(Vereinsraum E2 Rheinauhalle)
Termine: 30.01., 20.02., 06.03. |

- | | |
|-----------------------------------|---|
| 18.00 – 19.30 Uhr
(Winterzeit) | Nordic Walking am DJK Sportplatz
(Sommerzeit 18.30 – 20.00 Uhr) |
| 20.00 – 21.30 Uhr | Männer-Fitness in der Rheinauhalle.
(TV, Jochen Heinecke, Tel. 918977) |

Mittwoch

- | | |
|------------------------------------|---|
| 12.00 Uhr | Mittagstreff im „Ochsen“ -
jeden 3. Mittwoch im Monat |
| 14.00 – 17.00 Uhr | Café Auer Galepper -
Ambulante Betreuungsgruppe für Menschen mit Gedächtnisstörungen
(Isabelle Behrendt, Tel. 9314-0) |
| 15.00 – 16.30 Uhr
(ab 4. April) | Selbstverteidigung für Senioren
(Volkshochschule) insgesamt 3 Mal |

Donnerstag

- | | |
|--------------------------------------|--|
| 12.00 Uhr | Blaisentreff im Kleintierzuchtverein -
jeden 1. Donnerstag im Monat |
| 14.00 – 17.00 Uhr
(ab 11. Januar) | Streffer-Club
(Anni Bastian, Tel. 81335) |
| 15.30 Uhr | Kartenspielen: Cego und Skat im „Ochsen“ -
alle 14 Tage |
| 20.00 - 21.00 Uhr | Frauengymnastik in der Rheinauhalle:
Für die Gesundheit - Für „jung“ und „alt“
(DJK, Bernadette Bauer, Tel. 81753) |

Freitag

- | | |
|-------------------------------------|--|
| 17.00 – 19.15 Uhr
(ab 13. April) | Android – Smartphone für Senioren
insgesamt 4 Mal |
|-------------------------------------|--|

*Wir freuen uns
auf Sie!*



Einzelveranstaltungen

- | | |
|------------------------|----------------------|
| Sonntag, 04.02.2018 | Seniorenfasenacht |
| Donnerstag, 07.06.2018 | Seniorenausflug |
| Dienstag, 11.09.2018 | Herbsttag |
| Dienstag, 16.10.2018 | Seniorenausflug |
| Dienstag, 11.12.2018 | Seniorenadventsfeier |

Ab April: Englisch für Anfänger für die Generation 60+

Weitere Angebote

Einkaufshilfe

Folgende Geschäfte bieten einen Heimservice für Ihre Einkäufe:

- | | |
|--------------------------------|-----------|
| Antonius Apotheke | Tel. 4058 |
| SB Markt Diehl | Tel. 4308 |
| Metzgerei Weisenburger | Tel. 1553 |
| Bäckerei Schröder | Tel. 2448 |
| Naturendprodukte Rosenberg | Tel. 2153 |
| Floristik und Geschenke Agster | Tel. 2401 |

Für Einkäufe „außerhalb“ können Bestellungen persönlich oder telefonisch aufgegeben werden.

Kontakt: Andrea Klein, Tel. 81815, oder Ute Blach, Tel. 8616

