

Veranstaltungen für Senioren

Ob Frühling, Sommer, Herbst oder Winter - im Jahresverlauf finden die verschiedensten Veranstaltungen für Senioren statt.

Neben den "Dauerbrennern" wie Faschingsfeier, Herbstfest und Weihnachtsfeier veranstaltet das Generationen.Zentrum jeden Monat Tagesausflüge, Tanznachmittage oder auch Seniorengymnastik.

Tagesausflüge

Das Generationen.Zentrum organisiert in Zusammenarbeit mit dem "Omnibusbetrieb VOGEL" aus Höchststadt jeden Monat zwei Ausflüge für Senioren. Die Ausflugsziele und Termine werden im [Veranstaltungskalender](#) der Stadt Herzogenaurach bekannt gegeben und stehen auch als Übersicht unter Downloads bereit.

Ebenso unter Downloads gibt es die Teilnahmebedingungen und Anmeldung an den Tagesfahrten.

Downloads

- [Ausflugsziele und Termine](#)
- [Infoblatt](#)

Tanznachmittage

Einmal im Monat, jeweils um 15.00 Uhr, veranstaltet das Generationen.Zentrum einen Tanznachmittag im Saal des Pfarrzentrums St. Otto, Theodor-Heuss-Straße 14.

Im Wechsel übernehmen verschiedene Künstler mit Mikro, Charme und guter Laune die musikalische Gestaltung. Damen vom "Stadttanz" übernehmen ehrenamtlich die Betreuung der Gäste mit leckerem Kuchenbuffet. Alle Seniorinnen und Senioren sind herzlich eingeladen das Tanzbein zu schwingen und die lockere Atmosphäre zu genießen! Der Eintritt ist frei!

Zur Information:

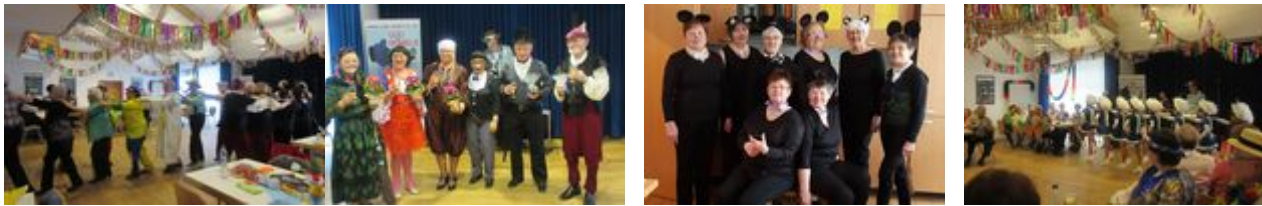
Eine Bushaltestelle des Herzobusses der Linie 279 befindet sich direkt vor dem Pfarrzentrum St. Otto.

Termine 2018

- 11. Januar
- 8. Februar
- 19. April
- 17. Mai
- 21. Juni
- 19. Juli
- 20. September

- 18. Oktober
- 22. November

Rückblick Seniorentanz 23. Februar 2017



Traditionsgemäß lud das Generationen.Zentrum auch dieses Jahr zum Faschingstanz für Senioren ins Pfarrzentrum St. Otto. Nach der Eröffnung und Begrüßung des neuen Musikers Udo Wöhrle durch die zweite Bürgermeisterin Renate Schroff, verwandelte sich die Tanzfläche rasch in einen Platz für Hexen, Helden und Polonaise.

Auch dieses Mal kamen das Kuchenbuffet und der freundliche Service der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen, als Mäuse getarnt, wieder sehr gut an.

Seniorengymnastik

Immer montags von 14.15 - 15.15 Uhr findet im Generationen.Zentrum Seniorengymnastik statt.

Unter dem Motto "Wer rastet - der rostet" zeigt Frau Wegmann einmal wöchentlich im großen Gruppenraum mit einfachen Übungen und abwechslungsreichen Bewegungsspielen mit Musik, wie man im Alter fit und beweglich bleiben kann.

Wer Interesse hat und etwas für die Gesundheit tun will, kann jederzeit dazu kommen. Die Gymnastikrunde findet im Erdgeschoss des Generationen.Zentrums statt.

Offenes Seniorencafé im Generationen.Zentrum



Kommen Sie ins offenen Seniorencafé und verbringen Sie jeden **Dienstag von 13.00 - 16.00 Uhr** ein paar schöne Stunden bei uns. Für Kaffee und Kuchen ist gesorgt.

Neben verschiedenen Gesellschaftsspielen haben Sie regelmäßig die Möglichkeit, bei einem jahreszeitlichen Angebot mit zu machen.

Termine im Herbst / Winter

- 24. Oktober: Wir gestalten Gestecke
- 28. November: Die Adventszeit steht vor der Tür - wir binden einen Adventskranz
- 5. Dezember: Morgen ist Nikolaustag, ins Generationen.Zentrum kommt er schon heute
- 12. Dezember: Einstimmung auf Weihnachten

Hier geht es zur [Jahresübersicht!](#)

Filmabende für Generationen 60 plus



Die Idee, graue Wintertage mit unterhaltsamen Filmen und Geselligkeit aufzuhellen, entstand in der Ideenschmiede der Herzo-Heinzelmännchen (Reparatur-Gruppe des Seniorenbüros).

Regelmäßig laden das Seniorenbüro und das Generationen.Zentrum die Generationen 60plus in den Monaten Januar, Februar, März, November und Dezember zu einem offenen Filmabend ein.

Termine

Donnerstag, 11. Januar 2018, 18.00 Uhr (Einlass 17.30 Uhr)
Donnerstag, 1. Februar 2018, 18.00 Uhr (Einlass 17.30 Uhr)
Donnerstag, 1. März 2018, 18.00 Uhr (Einlass 17.30 Uhr)
Donnerstag, 8. November 2018, 18.00 Uhr (Einlass 17.30 Uhr)
Donnerstag, 6. Dezember 2018, 18.00 Uhr (Einlass 17.30 Uhr)

Eintritt frei!

Treffpunkt:

Generationen.Zentrum, Erlanger Straße 16

Rückblick Filmabende Frühjahr 2017



Mit Startschuss zum 13. Januar 2017 eröffnete Jürgen Jansen, Mitglied des ehrenamtlichen Organisationsteams der HerzoHeinzelmännchen, den mittlerweile dritten Filmabend im Generationen.Zentrum am 2. März 2017. Für die Zuschauer hatte er eine gute und eine schlechte Nachricht im Gepäck. Zwar seien nun die grauen Wintertage zum Glück vorbei, denen die Filmidee zu begegnen sucht. Dies bedeutet aber zugleich auch eine Sommerpause, so dass es mit den Filmabenden erst in acht Monaten, nämlich am 2. November 2017, weitergeht.

Nicht nur eine gelungene Filmauswahl, auch frisch zubereitetes, süßes Popcorn lockte von Januar bis März 2017 insgesamt 196 Zuschauer zu bisher drei kostenfreien Filmabenden.

Auch für die, noch weit entfernten, kommenden Wintermonate ist die Filmcrew gut gerüstet. Herzlich eingeladen sind alle Interessierten der Generationen 60plus!

Informationen und Flyer finden Sie im Generationen.Zentrum und im Seniorenbüro.

Generationen 55 plus - unterwegs im Herbst/Winter 2017/2018



Kommen Sie mit auf eine Reise durch den Herbst und Winter!

Das Team vom Generationen.Zentrum hat viele Erlebnisse vorbereitet: Vorträge, Bewegung für Körper und Geist, kulturelle Ereignisse - machen Sie mit!

Informationen und Anmeldung

Informieren Sie sich in unserem [Programmheft "unterwegs im Herbst/Winter 2017/2018"](#) oder rufen Sie uns an unter Telefon 09132 / 734170.

Die Anmeldung erfolgt im Generationen.Zentrum oder online unter <https://herzogenaurach.feripro.de/>

Rückblick Vorträge "Bewegung und Gesundheit im Alter"

Das Generationen.Zentrum organisiert regelmäßig Vorträge für Senioren.

In der Rubrik „Informatives“ werden von A wie ambulante Unterstützungsleistungen bis V wie Vorsorge für ein sorgenfreies Leben viele lebenspraktische Themen angesprochen. Darüber hinaus finden verschiedene Film- und Diavorträge statt.

Vortrag:



"Bewegung und Gesundheit im Alter" in Zusammenarbeit mit der Fachklinik Herzogenaurach

Unter dem Motto „wer rastet, der rostet“ informierte das Generationen.Zentrum in Kooperation mit

Sportwissenschaftler/innen der m&i Fachklinik Herzogenaurach erstmals zum Thema Bewegung und Gesundheit im Alter(n). In den Bereichen Orthopädie, Kardiologie und Neurologie konnte Wissenswertes zu körperlichen Entwicklungen im Alter und zu Grundlagen bestimmter Krankheitsbilder in den drei genannten Bereichen erfahren werden. Neben nützlichen Praxistipps zu vorbeugenden und therapieunterstützenden Bewegungsmöglichkeiten im Alltag, konnten einige Übungen auch gleich ausprobiert werden.

Mit durchschnittlich 22 Anmeldungen und Lob an die Referenten stießen alle drei Vorträge auf eine positive Resonanz.

Es informierten...



Marc Herzog zum Thema Bewegungsapparat und Kraft am 7. März 2017



Doris Galster zum Thema Herzgesundheit und Ausdauer am 21. März 2017



Daniela Rothe zum Thema Nervensystem und Koordination am 4. April 2017

Seniorenfahrt mit Herrn Ersten Bürgermeister Dr. Hacker

Am Mittwoch, 18. April 2018, wird Herr Erster Bürgermeister Dr. German Hacker bei einer Nachmittags-Busfahrt für Senioren in und um Herzogenaurach interessante und neue Seiten von Herzogenaurach vorstellen. Die Fahrt beginnt um 14.00 Uhr am Generationen.Zentrum und führt über eine Einkehr im Gasthaus Schuh wieder an den Ausgangspunkt zurück. Die Busfahrt ist kostenfrei, Kosten der Einkehr tragen die Teilnehmer/-innen.

Treffpunkt: Generationen.Zentrum, Erlanger Straße 16, Herzogenaurach

Mitfahren können alle Senioren ab 65 Jahren, die Teilnahme ist kostenfrei.

Balance und Kraft für den Alltag mit Bewegung



Einkaufen, Haushalt, mit dem Enkel spielen, "Garteln" oder ein Waldspaziergang - für vieles im Alltag brauchen wir körperliche Kraft und den nötigen Gleichgewichtssinn.

Im Kurs stärken Sie durch gezielte Übungen Ihre Muskelkraft und Balance.

Termin

ab Donnerstag, 15. Februar 2018
insgesamt 15 Einheiten

Zeit

9.30 - 10.30 Uhr

Kosten

30,00 EUR

Ort

Generationen.Zentrum, Erlanger Straße 16

Kursleitung

Simone Voit
Gerontologin (M.A.), zertifizierte Otago-Übungsleiterin

Anmeldung

bis 31. Januar 2018
im Generationen.Zentrum unter 09132 734170

oder unter www.herzogenaurach.feripro.de

Rückblick Ice-cooler Spielenachmittag für Großeltern und Kinder

Mit viel Spaß konnten am Samstag 20. Januar 2018 Oma, Opa und Enkel mit Pingu einen ice-coolen Spielenachmittag erleben. Mit Pingu ging es durch eine Entdeckungsreise in die Welt der Kinderspiele von einst und jetzt!

