

# 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:

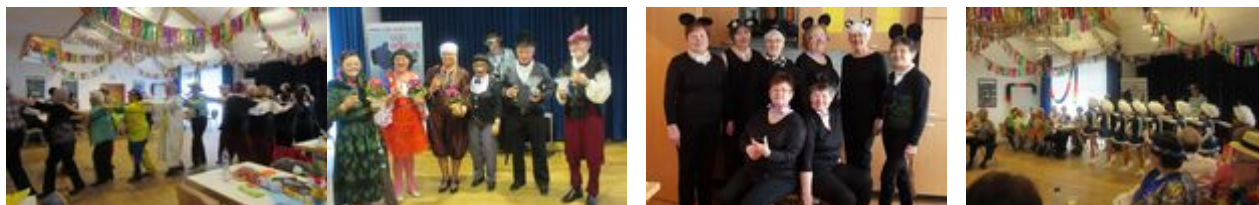
Eine Bushaltestelle des Herzobusses der Linie 279 befindet sich direkt vor dem Pfarrzentrum St. Otto.

## Termine 2017

- 23. Februar Tanz mit Udo Wöhrle
- 27. April Tanz mit Jan Smid
- 11. Mai Tanz mit Walter Rasser
- 22. Juni Tanz mit Heinrich Pfahlert
- 20. Juli Tanz mit Helmut Linke
- 21. September - steht noch nicht fest -
- 19. Oktober - steht noch nicht fest -

- 23. November mit Walter Rasser

## **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.

## **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

## **Filmabende für Generationen 60 plus**



Mit Film und Geselligkeit durch die grauen Wintertage

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

Ab Januar 2017 laden deshalb Seniorenbüro und Generationen.Zentrum die Generationen 60plus in den Monaten Januar, Februar, März, November und Dezember zu einem offenen Filmabend ein.

### **Termine:**

Donnerstag, 2. November 2017  
Comedian Harmonists

Donnerstag, 7. Dezember 2017  
Ziemlich beste Freunde

### **Zeit:**

Einlass ab 17.30 Uhr, Filmbeginn: 18.00 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.

## **Jahresübersicht offenes Seniorecafe im Generationen.Zentrum**



Im offenen Seniorecafe begrüßen wir Sie jeden

Dienstag von 13.00 - 16.00 Uhr.

Wir laden Sie ganz herzlich ein, bei uns einen gemütlichen Nachmittag mit Kaffee und Kuchen zu verbringen.

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

Hier geht es zur [Jahresübersicht](#)

## **Aktionswoche "Zu Hause daheim"- wir sind dabei!**



Nach der Devise "Dahoam is Dahoam" lädt das Generationen.Zentrum vom 5. Mai - 14. Mai 2017 Interessierte aller Generationen ein, das "zu Hause" aus der Perspektive älterer Generationen zu erleben sich zu informieren und sich auszutauschen.

Einladung zur Aktionswoche ["Zu Hause daheim"](#) 2017. Wir sind dabei - Sie auch?

## **Rückblick Osterbrunnen schmücken**

Osterbrunnen als Gemeinschaftswerk



Der Osterbrunnen auf dem Marktplatz wurde 2017 erstmals in Kooperation der INA-Senioren und des Generationen.Zentrums der Stadt Herzogenaurach aufgestellt.



Unter der Anleitung von Werner David, der die Seniorengruppe der INA seit knapp 25 Jahren leitet, stemmten drei INA-Senioren und zwei Mitarbeiter der Stadt das geschmückte Gestell in die Höhe.



Auch dieses Jahr durfte ein handbemaltes Jahres-Ei nicht fehlen, das zwischen zwei Streben der Krone zu finden ist.



Erster Bürgermeister Dr. German Hacker würdigte das große Engagement der freiwilligen Helfer und spendete eine schmackhafte Brotzeit zur Stärkung.