



Monatsprogramm Oktober 2026

Zeit für Wichtiges

Mittwoch, 07.10.2026 | 16.15-17.30 Uhr Vortrag „Beckenboden und Blasengesundheit“ mit Karin Schmid

Donnerstag, 08.10.2026 | 15-16.30 Uhr Vortrag: „Ernährung für ein starkes Herz“ mit Jutta Löbert

Samstag, 10.10.2026 | 15.-16.30 Uhr Vortrag „Island im Winter“ mit Frank Brasch

Donnerstag, 22.10.2026 | 15-16.30 Uhr Vortrag: „Gut vorbereitet für den Ernstfall“ mit Benedikta Unangst

Zeit für Kultur

Montag, 05./19.10.2026 | 13.30-15 Uhr Plauderrunde auf Italienisch mit Alice Bennati

Dienstag, 06.10.2026 | 10-11.30 Uhr Gesprächsrunde für Frauen mit Claudia Coduro-Schreiber

Montag, 19.10.2026 | 15.30-17.30 Uhr Übungen in Achtsamkeit und Beisammensein mit der Familie Willenberg

Donnerstag, 22.10.2026 | 10-11.30 English Circle mit Sharon Nolan

Zeit für Kreatives

Freitag, 02./09./16./23./30.10.2026 | 14-16 Uhr Stricken mit Christine Eiglmaier

Dienstag, 06./20.10.2026 | 14-16 Uhr Gemeinsam kreativ mit M. Kaufmann, B. Milde-Schmitz und I. Borchert

Zeit zusammen

Montag, 05./12./19./26.10.2026 | 10-13 Uhr Spieletreff mit E. Angelaes und L. Schmitz

Mittwoch, 07./21.10.2026 | 14-16 Uhr Sport und Beisammensein mit Marlis Bömerl

Mittwoch, 14.10.2026 | 14-16 Uhr Handy- und Tabletberatung für Senioren mit Peter Bitter

Samstag, 24.10.2026 | 12-14 Uhr Suppentratsch mit Familie Willenberg !Nur mit Anmeldung während der Öffnungszeiten im Senioren Zentrum!

www.vaterstetten.de/seniorenzentrum

Alle Angebote sind für Sie kostenfrei durch die Gemeinde Vaterstetten, den Seniorenbeirat Vaterstetten und den Verein aktiver Bürger e.V.

Senioren Zentrum • Bahnhofplatz 1 • 85598 Baldham