

SENIORENBOERSE

Rumfordstraße 25, 80469 München

Senioren für Senioren

Büro-Öffnungszeiten:

Tel.: (089) 29 16 24 77 Fax: (089) 29 16 24 78

Mo bis Do 11.00 – 16.00 Uhr

E-Mail: info@muenchner-seniorenboerse.de

Netzwerk

Freitag 11.00 – 14.00 Uhr

Homepage: www.muenchner-seniorenboerse.de

Veranstaltungen im Juli, August und September 2022

Die Teilnahme ist nach den jeweils geltenden Corona-Regeln möglich und eine Anmeldung immer erforderlich.

Juli * Juli * Juli

VERANSTALTUNGEN

- Unter vier Augen.** Gedanken, Fragen, die Sie immer wieder beschäftigen; Konflikte, die Sie gerne klären möchten; Veränderungen, die anstehen und Ihnen Kopfzerbrechen machen – Lösungen zu finden, ist das Ziel von „Unter vier Augen“. Vertrauliches Einzelgespräch von 50 Minuten mit Coach Anne Marie Schleicher. Kosten: € 18,-. **Termine:** Juli, Aug., Sept. nach Absprache. Anmeldung in der Seniorenboerse
- Fr 01.07. 10.00 – 12.00 **Arbeitskreis Wirtschaftsfragen.** Offene Diskussion. Moderation: Jürgen Fesl. Kosten: € 5,-
- Fr 01.07. 15.00 – 16.30 **Mein Leben – ein Buch.** Wie verfasse ich meine eigene Geschichte? Ein Leitfaden. Leitung: Andrea Kästle. Sie wählen unter fachkundiger Anleitung Geschichten aus Ihrer Vergangenheit aus und bringen sie zu Papier. Aus dem gesammelten Material entsteht dann ein Buch. 4 Kurstage: € 30,-, Materialkosten einmalig: € 25,-. **Weitere Termine:** 15.07., 22.07., 05.08.
- Mo 04.07. 09.30 Treff **Große Schiffrundfahrt auf dem Starnberger See.** Leitung: Hannelore Haus-Seuffert. Treff: 9.30 Uhr, Hbf. S-Bahn-Gleis, S6 Ri Starnberg. Abf.: 9.52 Uhr. Mittagessen: Biergarten in Tutzing. Kosten: Rundfahrt € 22,- & SB-Beitrag € 4,-. Tel. f. Notf.: 0176/21 54 07 78
- Mo 04.07. 10.00 – 11.30 **Brush Up Your English – Let's talk!** Konversation. Leitung: Verena Stich. 6 Kurstermine: € 36,-. **Weiterer Termin:** 18.07.
- Di 05.07. 09.30 – 11.00 **Kraftzentrale Gedächtnis A.** Leitung: Nicola Möhring, Gedächtnistrainerin BVGT. 4 Kurstermine: € 48,-. **Weiterer Termin:** 19.07.
- Di 05.07. 11.30 – 12.30 **Kraftzentrale Gedächtnis B.** Leitung: Nicola Möhring, Gedächtnistrainerin BVGT. 4 Kurstermine: € 32,-. **Weiterer Termin:** 19.07.
- Di 05.07. 13.00/14.00/15.00 **Laptop-Sprechstunde.** Fragen rund um den Computer werden im Einzelgespräch von 45 Minuten von Werner Göttlinger beantwortet. Pro Beratung: € 18,-. **Weiterer Termine:** 12.07.
- Di 05.07. 17.00 **Lyrrik und Prosa zum Mitmachen.** Leitung: Gerhard Salz. Sie sind herzlich willkommen in unserem offenen Lesekreis.
- Mi 06.07. 15.00 – 16.30 **Französisch für Fortgeschrittene Kurs A.** Leitung: Christine Roy. Lektüre und Konversation. 6 Kurstermine: € 36,-. **Weiterer Termin:** 20.07.
- Mi 06.07. 17.00 – 19.00 **„Das Gespräch“ Gruppe A.** Lassen Sie sich von unserem neuen Gesprächskreis begeistern! Machen Sie mit!
- Do 07.07. 10.30 – 12.00 **Buchbesprechung.** Robert Louis Stevenson „Das Licht der Flüsse“. Leitung: Karin Schwenk-Wolfrum
- Do 07.07. 14.30 – 16.00 **Parlare Italiano.** Leitung: Signor Gino. Vorkenntnisse erwünscht. 4 Kurstermine: € 24,-. **Weiterer Termin:** 21.07.
- Mo 11.07. 10.30 – 12.00 **Practise Your English – Let's talk!** Konversation. Leitung: Brigitte Heucke. 6 Kurstermine: € 36,-. **Weiterer Termin:** 25.07.
- Di 12.07. 12.15 Treff **Modern & lebenswert! Führung durch das neue Stadtquartier Domagkpark.** Ltg.: Maria Rappel. Erleben Sie einen neuen Stadtteil mit genossenschaftlichem Wohnen. Zu Beginn Mittagessen in Münchens einzigem genossenschaftlichen Gasthaus Domagk. Treff: 12.15 Uhr, U6 Hst Alte Heide, Fahrtrichtung vorn auf Bahnsteig. Nach Führung Kaffee & Kuchen (€ 3,-) bei FrauenWohnen eG möglich. SB-Beitrag: € 4,-
- Di 12.07. 17.00 **Spiele-Nachmittag.** Leitung: H. Haus-Seuffert. Treff für Brett- und Kartenspiele (Scrabble, Rummy Cup u.v.m.). **Weiterer Termin:** 26.07.
- Mi 13.07. 15.00 – 16.30 **Französisch für Fortgeschrittene Kurs B.** Leitung: Christine Roy. Lektüre und Konversation. 5 Kurstermine: € 30,-. **Weiterer Termin:** 27.07.
- Mi 13.07. 17.00 – 19.00 **Stammtisch.** Diskutieren, Plaudern, Ratschen. Leitung: Michaela Sitzmann. **Weiterer Termin:** 27.07.
- Do 14.07. 10.30 – 12.00 **Frauentreff II.** Leitung: Hannelore Haus-Seuffert. **Weiterer Termin:** 28.07. (in der Seniorenboerse)
- Fr 15.07. 10.00 – 12.00 **Arbeitskreis Wirtschaftsfragen.** „Ungarn nach der Wahl – Orban triumphiert, die Opposition resigniert“. Referent: Jochen Zellner, stellv. Leiter Europäische Akademie Bayern. Kosten: € 5,-
- Sa 16.07. 15.00 – 17.00 **Sommerfest mit Musik, Kaffee und Kuchen** im schattigen Innenhof der Seniorenboerse. Unser Gitarrenduo „Dieter und Harri“ spielt und singt für Sie. Um eine Spende von € 8,- wird gebeten.
- Di 19.07. 09.00 Treff **Leben in München.** Leitung: Manfred Kleeberger. Führung im Museum Franz Xaver Stahl in Erding. Treff: 9.00 Uhr Marienplatz – an der Mariensäule. Dauer: ca. 1,5 Std., Kosten: SB-Beitrag € 4,- & Spende für das Museum. Anschließend Mittagessen und Altstadttrudgang.
- Mi 20.07. 10.00 – 11.00 **Schnupperstunde Yoga.** Leitung: Nicole Gubler. Kosten: € 8,-
- Mi 20.07. 17.00 – 19.00 **„Das Gespräch“ Gruppe B.** Lassen Sie sich von unserem neuen Gesprächskreis begeistern! Machen Sie mit!
- Do 21.07. 10.30 – 12.00 **Kultur gemeinsam erleben.** Wir planen und besprechen Besuche von kulturellen Veranstaltungen. Leitung: Hannelore Haus-Seuffert
- Do 21.07. 16.30 – 18.30 **Digital Dabei Sein!** Haben auch Sie den Wunsch, digital dabei zu sein? Wollen Sie mit Freunden skypen, online einkaufen, im Internet stöbern und Emails versenden? In einer Gruppe von 4 Personen lernen Sie an 6 Terminen: Wie funktioniert mein Laptop? – Wie komme ich ins Internet? – Wie richte ich Emails ein? – Wie verwende ich meinen Laptop als Bildtelefon? – Wie nutze ich einen Online-Shop? – Wie verwende ich das Internet zur Unterhaltung? Laptops vorhanden. Bei der Auswahl eines eigenen Laptops und der Installation zu Hause wird geholfen. Referent: Stefan Schneider. Kosten: 6 x € 18,-. (Nur im Ganzen buchbar). **Weitere Termine:** 28.07., 04.08., 11.08., 18.08., 01.09.
- Mo 25.07. 15.00 – 17.00 **Die Dinge des Lebens.** „Das Fliegen als Technik in der Natur und beim Menschen“. Bildervortrag. Referent: Dr. Harald Jugel. Kosten: € 5,-
- Fr 29.07. 10.00 – 12.00 **Arbeitskreis Wirtschaftsfragen.** Offene Diskussion. Moderation: Gerhard Grosch. Kosten: 5,-
- ### WANDERUNGEN 9-Euro-Ticket oder MVV-Abo wird vorausgesetzt!
- Di 05.07. 10.00 Treff **Wandern rund um München.** Leitung: Ingrid Goebel. Rundwanderung Schondorf – Utting – Schondorf. Ca. 14 km, Abkürzung möglich. Treff: 10.00 Uhr, Mü. Hbf. vor Gleis 32. Einkehr in Utting am See. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0151/42 85 92 37
- Fr 08.07. 08.30 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Leitung: Heidrun Essig. Chiemsee Schiffsrundfahrt. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Fr 08.07. 08.15 Treff **S-Bahn-Wandern (S7).** Leitung: Anke Würfel. Von Glonn nach Feldkirchen-Westerham, 12 km. Getränk & Brotzeit mitbringen, keine Einkehr möglich. Treff: 8.15 Uhr, Karlsplatz, unten vor Central Apotheke. Abf.: 8.29 Uhr, S7 Ri. Kreuzstr. SB-Beitrag: € 4,-. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Mi 13.07. 09.00 Treff **7–9 km Mitwandern.** Leitung: Heidrun Essig. Tegernseer Höhenweg. 140 Hm. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Mo 18.07. 07.30 Treff **NEU! Wanderausflug.** Leitung: Heidrun Essig. Pfahlbautenmuseum am Bodensee. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Mo 18.07. 09.55 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Von Olching nach Fürstenfeldbruck, 12 km. Einkehr in FFB möglich. Treff: 9.55 Uhr, Bfh Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 10.09 Uhr mit S3. SB-Beitrag: € 4,-. Tel. für Notf.: 0175/112 98 62
- Di 19.07. 09.20 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Von Grafrath nach Türkenfeld, 12 km. Einkehr im Café in Türkenfeld. Treff: 9.20 Uhr, Bfh Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 9.33 Uhr mit S4. SB-Beitrag: € 4,-. Tel. für Notf.: 0175/112 98 62
- Mi 20.07. 08.45 Treff **S-Bahn-Wandern (S7).** Ltg.: Anke Würfel. Von Bad Heilbrunn über d. Buchberg nach Bad Tölz, 12–14 km. Getränk & Brotzeit, Einkehr in Bad Tölz. Treff: 8.45 Uhr, Karlsplatz, vor Central Apotheke. Abf.: 9.12 Uhr, S7 Ri. Wolfratshausen. SB-Beitrag: € 4,-. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Do 21.07. 08.45 Treff **Bergwanderung.** Leitung: Christa Neukirchinger u. Jürgen Bernhard. Von Bayrischzell (800 m) auf den Seebergkopf (1.538 m). Ca. 5 Std., ca. 730 Hm. Brotzeit & Getränke für den Gipfel. Einkehr in Bayrischzell, vorher nur Getränke auf der Neuhüttenalm (1.232 m). Bergstiefel obligatorisch, Stöcke empfohlen. Treff: 8.45 Uhr, Mü. Hbf., BRB-Schalter. Kosten: € 5,-. Notf.-Tel.: 0172/149 00 45 oder 0151/50 28 61 24
- Fr 22.07. 08.30 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Leitung: Heidrun Essig. Salzburg: Festung Hohensalzburg. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Mo 25.07. 11.00 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Führung Bavaria Filmstadt, 2 Std., anschl. Wanderung nach Pullach, 7 km. Einkehr in Pullach. Treff: 11.00 Uhr, Tram-Hst Bavaria Filmplatz. Mögl. Hinfahrt: 10.38 Uhr Tram 25 Rosenheimer Platz nach Grünwald. Eintritt € 20,- & SB € 4,-
- Mi 27.07. 08.30 Treff **7–9 km Mitwandern.** Leitung: Heidrun Essig. Salzburg: Kapuzinerberg Rundweg. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Fr 29.07. 10.05 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Von Steinebach nach Herrsching, 14 km. Brotzeit einpacken. Treff: 10.05 Uhr, Bfh Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 10.17 Uhr mit S8. SB-Beitrag: € 4,-. Tel. für Notf.: 0175/112 98 62

August * August * August

Im August ist die Seniorenborse mittwochs von 11.00 Uhr bis 14.00 Uhr geöffnet. Außerhalb der Geschäftszeiten sprechen Sie bitte auf Anrufbeantworter.

VERANSTALTUNGEN

- Mo 01.08. 10.00 – 11.30 **Brush Up Your English – Let's talk!** Konversation. Leitung: Verena Stich. 6 Kurstermine: € 36,-. **Weiterer Termin: 29.08.**
- Di 02.08. 09.30 Treff **Sommerfrühstück** mit H. Haus-Seuffert. 1.Treff: Café Rischart am Viktualienmarkt. **Weitere Termine: 09.08., 16.08. 23.08., 30.08.**
- Mi 03.08. 15.00 – 16.30 **Französisch für Fortgeschrittene** Kurs A. Ltg.: Christine Roy. Lektüre & Konversation. 6 Termine: € 36,-. **Weitere Termine: 17.08., 31.08.**
- Mo 08.08. 10.30 – 12.00 **Practise Your English – Let's talk!** Konversation. Leitung: Brigitte Heucke. 6 Kurstermine: € 36,-. **Weiterer Termin: 22.08.**
- Mi 10.08. 15.00 – 16.30 **Französisch für Fortgeschrittene** Kurs B. Leitung: Christine Roy. Lektüre und Konversation. 5 Kurstermine: € 30,-. **Weiterer Termin: 24.08.**
- Mi 10.08. 17.00 – 19.00 **Stammtisch.** Diskutieren, Plaudern, Ratschen. Leitung: Michaela Sitzmann. **Weiterer Termin: 24.08.**
- Fr 12.08. 20.30 Treff **Besuch der Sternwarte.** Ltg.: H. Haus-Seuffert. Treff: U-Bhf. Karl-Preis-Platz (U2), Bahnsteig in Fahrtrichtung vorn. Kosten: € 8,- & SB € 4,-

WANDERUNGEN 9-Euro-Ticket oder MVV-Abo wird vorausgesetzt!

- Mo 01.08. 08.15 Treff **NEU! Wanderausflug.** Leitung: Heidrun Essig. Wiesent / Nepal-Himalaya-Park. 130 Hm. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Di 02.08. 09.40 Treff **Wandern rund um München.** Leitung: Ingrid Goebel. Rundwanderung um Penzberg. Ca. 14 km, Abkürzung möglich. Treff: 9.40 Uhr, Mü. Hbf. vor Gleis 27. Einkehr in Penzberg. SB-Beitrag: € 4,-. Notf.-Tel.: 0151/42 85 92 37
- Fr 05.08. 08.30 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: Heidrun Essig. Starnb. See: Schifffahrt & Rundweg Bernried. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB o. online
- Mi 10.08. 08.00 Treff **7–9 km Mitwandern.** Leitung: Heidrun Essig. Bad Kohlgrub: Hörnle Rundweg. 320 Hm. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Do 11.08. 08.15 Treff **Bergwanderung.** Leitung: Christa Neukirchinger u. Jürgen Bernhard. Von Oberammergau auf den Großen Aufacker (1.542 m). Ca. 5,5 Std., ca. 690 Hm. Brotzeit & Getränke für den Gipfel. Einkehr erst in Oberammergau möglich. Feste Wanderschuhe mit guter Profilsohle obligatorisch, Stöcke empfohlen. Treff: 8.15 Uhr, Mü Hbf., BRB-Schalter. Kosten: € 5,-. Notf.-Tel.: 0172/149 00 45 oder 0151/50 28 61 24
- Fr 12.08. 08.50 Treff **S-Bahn-Wandern (S6).** Leitung: Anke Würfel. Alxing – Herrmannsdorf – Zinneberg – Glonn, 12 km. Getränk & Brotzeit, Einkehr in Glonn. Treff: 8.50 Uhr, Karlsplatz, Stachus unten vor Central Apotheke. Abf.: 9.11 Uhr, S6 Ri. Grafing. SB-Beitrag: € 4,-. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Mi 17.08. 08.30 Treff **Gemeinsam Wandern.** Ltg.: T. Berg. Geltendorf – Türkenfeld mit Führung St. Ottilien mit Pater Lazarus, 11 km. Einkehr: Gasthaus St. Ottilien. Treff: 8.30 Uhr, BfH Pasing, Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.47 Uhr, mit Zug, Gleis 4, € 4,- & Spende f. Führung. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 19.08. 08.00 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: Heidrun Essig. Bad Kohlgrub: Hörnle Rundweg. 320 Hm. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Fr 19.08. 09.20 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Von Grafrath nach Türkenfeld. 12 km. SB-Beitrag: € 4,-. **Siehe 19.07.**
- Mi 24.08. 08.45 Treff **S-Bahn-Wandern (RB).** Leitung: Anke Würfel. Reichersbeuern – Ellbach – Walgerfranz, 12 km. Getränk & Brotzeit, Einkehr: „Schützenwirt“ in Ellbach. Treff: 8.45 Uhr, Hbf, Starnberger Bf. Abf.: 9.00 Uhr, RB 56 Ri. Lenggries. SB-Beitrag: € 4,-. Tel. f. Notf.: 0162/744 73 16
- Mi 24.08. 09.00 Treff **7–9 km Mitwandern.** Leitung: Heidrun Essig. Freising Weltwald / Europa & Amerika. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Mo 29.08. 08.30 Treff **NEU! Wanderausflug.** Ltg.: Heidrun Essig. Salzburg – Hellbrunn Rundgang. 120 Hm. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online

September * September * September

VERANSTALTUNGEN

- Do 01.09. 10.30 – 12.00 **Buchbesprechung.** Rutger Bregman „Im Grunde gut“. Leitung: Karin Schwenk-Wolfrum
- Mo 05.09. 10.30 – 12.00 **Practise Your English – Let's talk!** Konversation. Leitung: Brigitte Heucke. 6 Kurstermine: € 36,-. **Weiterer Termin: 19.09.**
- Mo 05.09. 15.00 – 16.30 **Musikertreff.** Musikfreunde kommen zusammen zum Musizieren und auch Zuhören. Bitte Noten mitbringen. Digitalpiano ist vorhanden.
- Di 06.09. 09.30 Treff **Besuch der Ausstellung „Rudi Hurzlmeier“** im Buchheim-Museum. Leitung: Hannelore Haus-Seuffert. Treff: 9.30 Uhr, Hbf, Starnberger Bahnhof, Mittagessen im Buffi. Kosten: Eintritt Museum € 10,- & SB-Beitrag € 4,- zzgl. Werdenfels-Ticket. Tel. f. Notf.: 0176/21 54 07 78
- Di 06.09. 13.00/14.00 **Laptop-Sprechstunde.** 45 Minuten Beratung mit Werner Göttlinger. Pro Beratung: € 18,-. **Weitere Termine: 13.09., 20.09., 27.09.**
- Di 06.09. 17.00 **Lyrik und Prosa zum Mitmachen.** Leitung: Gerhard Salz. Sie sind herzlich willkommen in unserem offenen Lesekreis.
- Mi 07.09. 11.30 – 12.30 **BGZ – Bewegung für die Grauen Zellen. Termin zum Kennenlernen.** Ltg.: Karin Hellwig. Beschreibung siehe nächste Zeile. Kosten: € 8,-
- Mi 07.09. 13.00 – 14.00 **BGZ – Bewegung für die Grauen Zellen.** Leitung: Karin Hellwig. Mit diesem Gehirntraining verbessern Sie Koordination, Konzentration, Gleichgewicht und körperliche Beweglichkeit. 4 Kurstermine: € 32,-. **Weitere Termine: 14.09., 21.09., 28.09.**
- Mi 07.09. 15.00 – 16.30 **Französisch für Fortgeschrittene** Kurs B. Leitung: Christine Roy. Lektüre und Konversation. 5 Kurstermine: € 30,-
- Do 08.09. 10.30 – 12.00 **Frauentreff II.** Leitung: Hannelore Haus-Seuffert. **Auswärtstermin: 22.09.**
- Fr 09.09. 10.00 – 12.00 **Arbeitskreis Wirtschaftsfragen.** „Steuern, Steuerbetrug und Steuerverschwendung“. Referent: Hans-Werner Dünnebacke. Kosten: € 5,-
- Sa 10.09. 11.00 – 15.00 **Basar.** Bei Kaffee und Waffeln wird verkauft und getauscht. Tischmiete: € 4,-. Neue Verkäufer sind willkommen.
- Mo 12.09. 10.00 – 11.30 **Brush Up Your English – Let's talk!** Konversation. Leitung: Verena Stich. 6 Kurstermine: € 36,-. **Weiterer Termin: 26.09.**
- Mo 12.09. 15.00 – 17.00 **Die Dinge des Lebens.** „Lesende Frauen in der Kunst. Warum Lesen glücklich macht.“ Vortrag mit Bildern von lesenden Frauen in Gemälden und Fotografien. Referentin: Karin Schwenk-Wolfrum. Bildpräsentation: Manfred Patzke. Kosten: € 5,-
- Di 13.09. 09.30 – 11.00 **Kraftzentrale Gedächtnis A.** Leitung: Nicola Möhring, Gedächtnistrainerin BVGT. 4 Kurstermine: € 48,-. **Weiterer Termin: 27.09.**
- Di 13.09. 11.30 – 12.30 **Kraftzentrale Gedächtnis B.** Leitung: Nicola Möhring, Gedächtnistrainerin BVGT. 4 Kurstermine: € 32,-. **Weiterer Termin: 27.09.**
- Mi 14.09. 17.00 – 19.00 **„Das Gespräch“** Gruppe A. Lassen Sie sich von unserem Gesprächskreis begeistern! Machen Sie mit!
- Do 15.09. 10.30 – 12.00 **Kultur gemeinsam erleben.** Wir planen und besprechen Besuche von kulturellen Veranstaltungen. Leitung: Hannelore Haus-Seuffert
- Do 15.09. 14.30 – 16.00 **Parlare Italiano.** Leitung: Signor Gino. Vorkenntnisse erwünscht. 4 Kurstermine: € 24,-. **Weiterer Termin: 29.09.**
- Fr 16.09. 11.00 – 12.30 **Spanisch-Konversation.** Leitung: Marlies Hundius. 2 Kurstermine: € 12,-. **Weiterer Termin: 30.09.**
- Mi 21.09. 10.00 Treff **Leben in München.** Ltg.: Manfred Kleeberger. Unbekanntes München? Wanderung auf grünen Wegen von Giesing nach Thalkirchen. Treff: 10.00 Uhr U-Bhf. Untersbergstr. (U2) auf Bahnsteig. Ca 1,5 Std., SB-Beitrag € 4,-. Anschl. Einkehr: Biergarten d. Naturfreunde in Thalkirchen
- Mi 21.09. 17.00 – 19.00 **Stammtisch.** Diskutieren, Plaudern, Ratschen. Leitung: Michaela Sitzmann.
- Fr 23.09. 10.00 – 12.00 **Arbeitskreis Wirtschaftsfragen.** Offene Diskussion. Moderation: Wolfgang Heilmann. Kosten: € 5,-
- Sa 24.09. 14.30 – 16.30 **Informationsnachmittag.** Bei Kaffee und Kuchen unterhalten und informieren wir **neue** Interessentinnen und Interessenten. Kosten: € 5,-
- Mo 26.09. 15.00 – 16.30 **Fit & Gesund.** „Wie kann ich fit und gesund bleiben und meinem Leben mehr Jahre schenken?“ Referentin: W. Al Nasser-Winkler. € 5,-
- Di 27.09. 17.00 **Spiele-Nachmittag.** Leitung: H. Haus-Seuffert. Treff für Brett- und Kartenspiele (Scrabble, Rummy Cup u.v.m.)
- Mi 28.09. 15.00 – 16.30 **Französisch für Fortgeschrittene** Kurs A. Leitung: Christine Roy. Lektüre und Konversation. 6 Kurstermine: € 36,-
- Mi 28.09. 17.00 – 19.00 **„Das Gespräch“** Gruppe B. Lassen Sie sich von unserem Gesprächskreis begeistern! Machen Sie mit!

WANDERUNGEN

- Fr 02.09. 09.00 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Leitung: Heidrun Essig. Freising Weltwald / Asiatischer Teil. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Di 06.09. 09.45 Treff **Wandern r. um München.** Ltg.: I. Goebel. Deisenhofen – Gleißbachtal – Deininger Weiher – Großdingharting. 14 km, Einkehr am See. Treff: 9.45 Uhr, Marienpl., Gleis S3 Ri. Holzkirchen in Fahrtri. vorne. Zone M & 1 Streifen f. Bus zurück vorausgesetzt. € 4,-. 0151/42 85 92 37
- Fr. 09.09. 07.45 Treff **S-Bahn-Wandern (RB).** Ltg.: Anke Würfel. Rundweg Habach – Aidlinger Höhe – Habach, 8–9 km. Getränk & Brotzeit, Einkehr. Gutes Schuhwerk & evtl. Stöcke. Treff: 7.45 Uhr, Hbf, Starnberger Bf. Abf.: 7.59 Uhr, RB 66 Ri. Kochel. SB-Beitrag: € 4,-. Tel. f. Notf.: 0162/744 73 16
- Mo 19.09. 10.05 Treff **Gemeinsam Wandern.** Ltg.: T. Berg. Von Steinebach nach Herrsching, 14 km. SB-Beitrag: € 4,- zzgl. Ticket Zonen 1–2. **Siehe 29.07.**
- Mi 21.09. 09.30 Treff **S-Bahn-Wandern (RE).** Leitung: Anke Würfel. Besuch des Weltwaldes Freising. Getränk & Brotzeit. Einkehr, wenn möglich. Bequemes Schuhwerk. Treff: 9.30 Uhr, Hbf, vor Gleis 27, Abf.: 9.44 Uhr, RE 50, Ri. Freising, SB-Beitrag: € 4,-. Tel. f. Notf.: 0162/744 73 16
- Fr 30.09. 08.00 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: H. Essig. Zugspitze – Rundfahrt. Zahnrad- & Gletscherbahn, Seilbahn. 01577/312 57 57. Infos SB o. online

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist eigenverantwortlich.

Wenn Sie handwerklich begabt sind oder Seniorinnen und Senioren anderweitig helfen können, melden Sie sich bitte im Büro. Wenn Sie Hilfe brauchen, melden Sie sich ebenso!

Die Münchner **SENIORENBÖRSE** wird gefördert und unterstützt von:



Landeshauptstadt München
Sozialreferat



Verein für Fraueninteressen e.V.
Altheimer Eck 13
80331 München



