

Leben in Seeham

Veranstaltungen
Oktober bis Dezember 2018



© Hemeisberger W.

Handarbeitsrunde

In gemütlicher Runde geben wir unserer Kreativität Raum und erfreuen uns an den selbstgefertigten schönen Dingen und Handarbeiten! Wolle und Handarbeitsmaterialien sind vorhanden.

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Jeden Dienstag

14.00 bis 16.30 Uhr

Seeham, Betreutes Wohnen, Hauptstraße 7
Gemeinschaftsraum



Stammtisch für PensionistInnen

Regelmäßige Treffen in geselliger Runde.

Kontakt: Pensionistenverband Seeham,
Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144

Jeden Dienstag

17.30 Uhr

Seeham, Dorfwirtshaus Eberl



Qigong-Kurs

Qigong ist eine ideale Methode, um mit Körperbewegungen, Atemtechnik und Konzentration wieder in Einklang mit sich selbst zu kommen. Qigong stammt aus einer alten chinesischen Tradition, ist ein Weg zur Stärkung des Körpers, zur Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit, Vitalität und zu einem langen, glücklichen Leben. Die einfachen Übungen sind leicht zu erlernen, ganz gleich welchen Alters.



Leichte Vorkenntnisse erwünscht. Neueinsteigende erhalten eine Einführung.

Mitzubringen: bequeme Kleidung sowie leichte, flache Schuhe

Info und Anmeldung: Greti Brandstätter, Dipl. Qigong-Lehrerin, Tel: 0699-11971729

Jeden Mittwoch, ab 19. September 2018

8.00 bis 9.00 Uhr

Seeham, Haus Gaberhell

Nordic Walking für Junggebliebene

Die Teilnahme ist kostenlos und erfolgt auf eigene Gefahr. Bitte auf geeignetes Schuhwerk achten! Gehzeit: ca. 1 bis 1,5 Stunden

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Jeden Montag

ab 1. Oktober 2018, 9.30 Uhr

Treffpunkt: Seeham, Schmiedbauerhof, Parkplatz



Es ist nie zu spät für Sport und Fitness

Gymnastik für EinsteigerInnen ohne Altersbeschränkung

Regelmäßiges Körpertraining hält Herz und Kreislauf in Schwung, stärkt die Muskulatur, fördert die Beweglichkeit sowie die Koordinationsfähigkeit, und zudem werden die Faszien auf sinnvolle Weise trainiert. Entsprechend der individuellen Fitness werden unter fachkundiger Anleitung wohldosierte Übungen ausgeführt, die Freude an der Bewegung fördern und Entspannung bringen.

Mitzubringen: Matte

Trainerin: **Anna Rausch**, Volkshochschule Seekirchen

Kosten: Euro 48,- für 10 x 1,2 Einheiten

Anmeldung: Volkshochschule Salzburg, Tel: 0662-876151-640,
E-Mail: flachgau@volkshochschule.at (Kurs 1: K73014/Kurs 2: K73015)

Dienstag, 2. Oktober bis 4. Dezember 2018

Kurs 1: 9.00 bis 9.50 Uhr • Kurs 2: 10.00 bis 10.50 Uhr

Seeham, Haus Gaberhell



Stolperfälle Mensch



Ein Workshop zur Sturzprävention im Alltag für die Generation 50+

- Lehrreiches und unterhaltsames Programm mit Tipps, um Stolperfällen im eigenen Wohnraum erkennen und einschätzen zu lernen
- Sensibilisierung für das Thema Fitness und die Rolle der Beweglichkeit bei der Sturzprävention
- Stärkung der Eigenkompetenz zur Erhaltung bzw. Förderung eigenständiger Mobilität
- Empfehlungen, um alltägliche Routinetätigkeiten sicherer und effizienter abzuwickeln
- Kennenlernen von Hilfsmitteln, die den Alltag erleichtern

Info und Anmeldung: Bildungswerk Seeham, Christine Winkler, Tel: 0664-4555612
Max. Teilnehmerzahl: 15 Personen

Mittwoch, 3. Oktober 2018

18.00 bis 20.00 Uhr

Seeham, Haus Barbara, Vereinsraum (Außenstiege oder Lift)

Kegeln in Weikertsham

Keine Anmeldung erforderlich.
Jeder ist herzlich willkommen!

Kontakt: Pensionistenverband Seeham,
Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144

Jeden 1. Freitag im Monat

ab 5. Oktober 2018

14.00 bis 16.00 Uhr

Weikertsham, Gasthof Kobler



© Peter Jägermüller

Stammtisch für Seehamerinnen und Seehamer

Zur Diskussion stehen aktuelle Themen, die uns alle betreffen.

Alle Seehamerinnen und Seehamer sind herzlich willkommen!

Kontakt: Bildungswerk Seeham,
Christine Winkler, Tel: 0664-4555612

**Mittwoch, 10. Oktober
und 14. November 2018**

19.30 Uhr

Seeham, La Pizzeria „Rocco“



Wanderung der Senioren

Die Wanderroute wird vor Ort bekanntgegeben.
Ab 15.30 Uhr Einkehr in der Röhrmoosmühle auf a g'miatlichs Beinondsitzn und Ratschn.
Bei Schlechtwetter entfällt die Wanderung, die Einkehr nicht.

Kontakt: Seniorenbund Seeham, Walter
Kerschbaumer, Tel: 0664-9120080 bzw. 06217-
6188 oder Rudi Lengauer, Tel: 06217-7171



Donnerstag, 11. Oktober 2018

14.00 Uhr

Treffpunkt: Seeham, Schmiedbauerhof

Singrunde

Alle, die gerne singen, sind herzlich eingeladen. Wir singen altbekannte Volkslieder und alte Schlager. Texte sind vorhanden. Liedwünsche können gerne eingebracht werden. Die Teilnahme ist kostenlos, und es sind keine Vorkenntnisse nötig. Mitzubringen sind die Freude am Singen und Musizieren und – wenn vorhanden – Musikinstrumente.



Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Freitag, 12. Oktober, 9. November und 14. Dezember 2018
14.00 bis 16.30 Uhr

Seeham, Betreutes Wohnen, Hauptstraße 7
Gemeinschaftsraum

Frühstück im Rathmacherhof in Lochen

... mit anschließender Wanderung am Tannberg.
Wir bilden Fahrgemeinschaften.

Info und Anmeldung: Pensionistenverband
Seeham, Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144

Freitag, 19. Oktober 2018

Abfahrt: 8.30 Uhr

Seeham, Schmiedbauerhof



Wir sind Europa!

EU-Gespräch mit Diskussion

Diskutieren Sie mit uns über das „große“ und das „kleine“ Europa, dem wir hier im salzburgisch-bayerischen Grenzraum angehören:

- **Mag. Michaela Petz-Michez**, Leiterin des Salzburger Verbindungsbüros zur EU in Brüssel
- **Konrad Schupfner**, Präsident der EuRegio Salzburg – Berchtesgadener Land – Traunstein und Bürgermeister der Stadt Tittmoning oder **Steffen Rubach**, Geschäftsführer der EuRegio Salzburg – Berchtesgadener Land – Traunstein



Moderation: **Dr. Wolfgang Forthofer**, Salzburger Bildungswerk, Fachbereich Europa

Fast 25 Jahre ist es her, dass sich die Mehrheit der Österreicherinnen und Österreicher in einer Volksabstimmung für einen Beitritt zur Europäischen Union ausgesprochen hat. 1995 ist Österreich der EU beigetreten.

Heute sprechen wir oft von der EU – oder von „Brüssel“ –, als wäre diese weit weg von uns und auf einer anderen Ebene. Vergessen Sie bitte nicht: Wir alle bilden die EU! Und wir alle vergessen oft deren Kernaufgaben wie die Friedenssicherung, die Freizügigkeit sowie die Wahrung der demokratischen Grundwerte und unseres Wohlstandes.

1995 wurde auch die EuRegio Salzburg – Berchtesgadener Land – Traunstein gegründet, ein Zusammenschluss von Gemeinden, der sich für gemeinsames Handeln über die Grenze hinweg verantwortlich zeichnet.

Kontakt: Bildungswerk Seeham, Christine Winkler, Tel: 0664-4555612

Mittwoch, 24. Oktober 2018

19.00 Uhr

Seeham, Landgasthof „Zum Altwirt“

Darmgesundheit

Unsere Gesundheit beginnt im Darm!

Wir begeben uns auf die Reise durch unseren Darm. Was können wir beachten? Wie können wir uns Gutes tun, um unsere Gesundheit zu unterstützen?

Für ein Leben voller Vitalität und Lebensfreude mit einem gesunden Darm.

Bei Benutzung des Liftes bitte um Anmeldung.

Referentin: **Mag. pharm. Birgit Schätz**

Info und Anmeldung: Bildungswerk Seeham, Christine Winkler, Tel: 0664-4555612



Mittwoch, 7. November 2018

19.00 Uhr

Seeham, Haus Barbara, Vereinsraum (Außenstiege oder Lift)

Jubiläumskonzert „80 Jahre Postmusik“

Eintritt: Euro 20,- (inkl. Busticket)

Info und Anmeldung: Pensionistenverband
Seeham, Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144

Samstag, 10. November 2018

19.00 Uhr

Treffpunkt und Abfahrt
werden noch bekanntgegeben.



Martins- und Laternenfest

Die Kinder des Kindergartens kommen anlässlich des alljährlichen Martinsfestes mit Liedern, mit Licht und freuen sich, die mitgebrachten Martinskipferl zu teilen.

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Montag, 12. November 2018
16.15 Uhr

Seeham, Betreutes Wohnen, Hauptstraße 7
Gemeinschaftsraum



Krankensalbungs-Gottesdienst

Nach dem Gottesdienst wird in der Volksschule Seeham eine Agape gereicht, zu der ALLE herzlich eingeladen sind.

Organisation Fahrdienst:

Tel: 06217-7234 oder 0664-4744533

Kontakt: Pfarre Seeham, Tel: 06217-7234-10
bzw. Werner Höck, Tel: 0664-5429164

Samstag, 17. November 2018
16.00 Uhr

Seeham, Pfarrkirche



Adler Moden und Schlossadvent

Fahrt nach Wels und Gmunden

Am Vormittag: Besuch der Firma Adler mit Modenschau und Einkaufsmöglichkeit.
Am Nachmittag: Weiterfahrt zur Kunsthandwerksausstellung mit Adventmarkt im Schloss Orth und einer Schiff- und Bummelzugfahrt in zauberhafter Kulisse.

Kontakt: Seniorenbund Seeham, Walter Kerschbaumer, Tel: 0664-9120080, 06217-6188

Freitag, 23. November 2018

Treffpunkt und Abfahrt werden noch bekanntgegeben.

Schreibwerkstatt mit Gerlinde Allmayer

Sie schreiben gern – hin und wieder, vielleicht auch öfter, manchmal mit Absicht, manchmal auch ohne. Doch zeitweise haben Sie das Gefühl, dass Ihren Texten noch etwas fehlt ...

Wir werden ausprobieren, was Spaß macht und Sie weiterbringt, wir spielen mit Sprache, jonglieren mit Worten.

Diese Schreibwerkstatt ist das Richtige für Menschen mit oder ohne Schreiberfahrung, die gerne erfahren möchten, wie beglückend kreatives Schreiben sein kann.



Kosten: Euro 30,-

Teilnehmerzahl: 10 bis 12 Personen

Referentin: **Gerlinde Allmayer**

Info und Anmeldung: Bildungswerk Seeham, Christine Winkler, Tel: 0664-4555612

Samstag, 24. November 2018

9.00 bis 12.00 Uhr und 13.30 bis 16.30 Uhr

Seeham, Haus Barbara, Vereinsraum (Außenstiege oder Lift)

Matinee

Kontakt: Bildungswerk Seeham,
Christine Winkler, Tel: 0664-4555612

Sonntag, 25. November 2018

10.00 Uhr

Seeham, Volksschule, Foyer



Adventschiffahrt mit Galaschiff Regina Danubia

Von Passau nach Engelhartzell und retour

Schiffahrt mit kaltem/warmem Buffet und
Musikbegleitung.

Rückfahrt: Dessertbuffet

Kosten: Euro 65,- (inkl. Bus und Speisen)

Info und Anmeldung: Pensionistenverband
Seeham, Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144

Sonntag, 25. November 2018

Treffpunkt und Abfahrt werden noch bekanntgegeben.



Traditioneller Weihnachtsbasar I

Verkauf von kreativen, kunstvollen und praktischen Handarbeiten sowie hausgemachten kulinarischen Köstlichkeiten zugunsten des Sozialen Hilfsdienstes.

Kreatives und Köstliches aus dem JUZ.

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

15.00 Uhr:

Eröffnung durch die Singrunde des Sozialen Hilfsdienstes.

17.30 Uhr:

Christbaumtauchen: Die Tauchergruppe der Seehamer Wasserrettung taucht einen Christbaum aus dem eisigen Wasser des Obertrumersees.

Entzünden des Dorfchristbaumes: Mit einer Fackel werden symbolisch die Lichter des Dorfchristbaumes beim Schmiedbauerhof (neben Gemeindeamt) entzündet.



Samstag, 1. Dezember 2018

ab 15.00 Uhr

Seeham, Schmiedbauerstadl

Traditioneller Weihnachtsbasar II

Besinnliche Beiträge zur Adventzeit

Die Volksschule Seeham stimmt uns auf die bevorstehende Advent- bzw. Weihnachtszeit ein.

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Sonntag, 2. Dezember 2018

9.30 bis 15.30 Uhr

Seeham, Schmiedbauerstadl



Adventnachmittag der Gemeinde für Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren

Die Gemeinde Seeham lädt alle Seniorinnen und Senioren zu einem gemütlichen Nachmittag ein. Nach dem gemeinsamen Mittagessen erwartet Sie ab 13.30 Uhr ein abwechslungsreiches Nachmittagsprogramm.

Mittwoch, 5. Dezember 2018, ab 12.00 Uhr
Seeham, Landgasthof „Zum Altwirt“

Weihnachtskonzert mit Marc Pircher

Eintritt: Euro 23,-. Wir bilden Fahrgemeinschaften.

Info & Anmeldung: Pensionistenverband Seeham, Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144

Donnerstag, 6. Dezember 2018, Beginn: 15.00 Uhr
Neumarkt, Festhalle

Weihnachtsfeier des Sozialen Hilfsdienstes

Das Programm dieser vorweihnachtlichen Feier wird von der Handarbeits- und Singrunde gestaltet. Für die musikalische Umrahmung sorgen die Schülerinnen und Schüler des Musikums.

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Freitag, 7. Dezember 2018
15.00 Uhr
Seeham, Volksschule, Foyer



Adventsingen in Salzburg

Kosten: Euro 30,-

Bei zahlreicher Anmeldung übernimmt der PVÖ die Buskosten.

Info und Anmeldung: Pensionistenverband
Seeham, Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144

Sonntag, 9. Dezember 2018

Beginn: 14.30 Uhr

Salzburg, Mozarteum, Großer Saal

© eyetronic - Fotolia.com



Weihnachtsfeier des Seniorenbundes

Es erwarten Sie ein Mittagessen sowie ein Hirten-
spiel der Kindergartenkinder mit musikalischer
Umrahmung und Adventgedanken.

Kontakt: Seniorenbund Seeham, Walter Kersch-
baumer, Tel: 0664-9120080 bzw. 06217-6188

Freitag, 14. Dezember 2018

12.30 Uhr: Mittagessen

14.00 Uhr: Besinnlicher Teil

Seeham, Landgasthof „Zum Altwirt“



Kräuter – Düfte – Licht – MeditationsWeg

Zur Ruhe kommen, in Stille bei mir ankommen!

Gemeinsam erwarten wir Weihnachten und machen uns im Lichterschein auf den Weg. Düfte und Klänge rund um das Räucherbrauchtum „Ritual zur Wintersonnenwende – Rauch & Brauch“ im Bio Naturgarten am Thurerhof, besinnliche, adventliche Texte unterstützen und begleiten uns.

Ausklang bei der Kräuter-, Kunst- und Handwerksausstellung und dem Wintersonnwendfeuer am Thurerhof.



© Christine Winkler

Bitte Laternen mitbringen!

Keine Anmeldung erforderlich. Rückfahrgelegenheit vorhanden.

Kontakt: Bildungswerk Seeham, Christine Winkler, Tel: 0664-4555612 oder Tourismusverband Seeham, Renate Schaffenberger, Tel: 06217-5493

Samstag, 22. Dezember 2018

Beginn: 16.00 Uhr

Treffpunkt: Seeham, Tourismusbüro

Für den Inhalt verantwortlich:

Christine Winkler, Bildungswerkleiterin von Seeham

Tel: 0664-4555612 bzw. E-Mail: winklerchristine@gmx.net

Die Broschüre „Leben in Seeham“ wird im Rahmen des Projektes „Altern in guter Gesellschaft“ herausgegeben.



IMPRESSUM

Für Inhalt und Grafik verantwortlich: Gemeindeentwicklung Salzburg, 2018
Salzburger Bildungswerk, ZVR: 200288147 • Strubergasse 18/3 • 5020 Salzburg • Tel: 0662-872691-0 • Fax: 0662-872691-3
E-Mail: office@sbw.salzburg.at • www.salzburgerbildungswerk.at • www.gemeindeentwicklung.at

Bei diesen Veranstaltungen wird evtl. fotografiert. Teilnehmende erklären sich mit der Veröffentlichung der Fotos einverstanden.

Amtliche Mitteilung! An einen Haushalt
Zugestellt durch Post.at