

Leben in Seeham

Veranstaltungen
Juli bis September 2019



Nordic Walking für Junggebliebene

Das Ziel und die Intensität der Tour wird je nach Teilnehmenden individuell abgestimmt.

Gehzeit: ca. 1 bis 1,5 Stunden

Die Teilnahme ist kostenlos und erfolgt auf eigene Gefahr.

Bitte auf geeignetes Schuhwerk achten.

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Jeden Montag

9.30 Uhr

Treffpunkt: Seeham, Schmiedbauerhof, Parkplatz



Handarbeitsrunde

In gemütlicher Runde geben wir der Kreativität Raum und freuen 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 und Pensionisten

Regelmäßige Treffen in geselliger Runde.

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

Jeden Dienstag

17.30 Uhr

Seeham, Dorfwirtshaus Eberl



Schwimmen im See

für Seniorinnen und Senioren

Bei Schönwetter und angenehmen Wassertemperaturen stürzen wir uns ins kühle Nass! Freiwillige Helferinnen und Helfer der Wasserrettung begleiten uns dabei. Sie stellen uns auch Schwimmschlangen zur Verfügung.

Durch den Badelift kommen auch Gehbehinderte ohne Hindernisse ins Wasser!

Kostenfreier Strandbad-Eintritt ist inkludiert.

Herzlichen Dank an den Tourismusverband und die Wasserrettung!

Ein Angebot des Sozialen Hilfsdienstes und der ÖWR Seeham.

Teilnahme auf eigene Gefahr.

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Jeden Mittwoch (Juli/August), ab 3. Juli 2019

8.30 bis 9.30 Uhr

Seeham, Strandbadgelände



Parkfest der ÖWR Seeham

Mitglieder des Seniorenbundes verkaufen Kaffee und Kuchen.

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

**Samstag, 6. Juli 2019
ab 14.00 Uhr**

Seeham, Strandbadgelände
Ausweichtermin: Samstag, 13. Juli 2019



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. Juli, 9. August und 13. September 2019
14.00 bis 16.30 Uhr**

Seeham, Betreutes Wohnen, Hauptstraße 7
Gemeinschaftsraum

Radltour der Seniorinnen und Senioren

mit dem Straßenrad oder E-Bike

Die Strecke wird vor Ort bekannt gegeben. Ab 15.30 Uhr Einkehr auf a g'miatlichs Beinondsitzn und Ratschn. Bei Schlechtwetter entfällt die Radltour, die Einkehr nicht.

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

Donnerstag, **25. Juli 2019**

14.00 Uhr

Treffpunkt: Seeham, Schmiedbauerhof



Gemeinsames Grillfest

von Pensionistenverband, Seniorenbund und Sozialem Hilfsdienst

Für das leibliche Wohl wird wie immer bestens gesorgt.

Das Grillfest findet bei jeder Witterung statt.
Der Eintritt ist frei.

Kontakt: Sozialer Hilfsdienst, Tel: 0664-4744533

Freitag, 2. August 2019

ab 14.30 Uhr

Seeham, Schmiedbauerhof



Ausflug nach Mörbisch

Aufführung: „Land des Lächelns“

Es wird auch ein schönes Rahmenprogramm geboten.

Übernachtung in Illmitz.
Kosten pro Person im DZ: Euro 430,-
Zuschlag EZ: Euro 60,-

Kontakt: Pensionistenverband Seeham,
Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144,
E-Mail: peter.jaegermueller@sbg.at



Reisetermin: 6. bis 9. August 2019

Wanderung der Seniorinnen und Senioren um den Grabensee

Anschließende Einkehr (ab 16.00 Uhr) im Gasthof Grabensee 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, **5. September 2019**

14.00 Uhr

Treffpunkt: Seeham, Schmiedbauerhof

Stammtisch für Seehamerinnen und Seehamer

Zur Diskussion stehen aktuelle Themen, die uns alle betreffen.

Alle Seehamerinnen und Seehamer sind herzlich willkommen!

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

Mittwoch, **11. September 2019**

19.30 Uhr

Seeham, La Pizzeria „Rocco“



70 Jahre PVÖ

Sonderveranstaltung im Rahmen des Rupertikirtages

Genauere Informationen folgen.

Kontakt: Pensionistenverband Seeham,
Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144,
E-Mail: peter.jaegermueller@sbg.at

Dienstag, 17. September 2019
Salzburg



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 18. September 2019
8.00 bis 9.00 Uhr
Seeham, Haus Gaberhell



Herbstausflug der Seniorinnen und Senioren ins Waldviertel

Unterlagen mit Reisebeschreibung wurden bereits zugesandt.

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

Reisetermin:
18. bis 20. September 2019



HIT-Reise nach Dalmatien

Motto: „Zeitreise in das 17. bzw. 18. Jahrhundert und auf den Spuren von Winnetou“

Kosten pro Person im DZ: Euro 419,-
Zuschlag EZ: Euro 60,-

Kontakt: Pensionistenverband Seeham,
Peter Jägermüller, Tel: 0676-6627144,
E-Mail: peter.jaegermueller@sbg.at



Reisetermin: **25. bis 29. September 2019**



Vorschau: 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 und Koordinationsfähigkeit. Entsprechend der individuellen Fitness werden unter fachkundiger Anleitung wohldosierte Übungen ausgeführt.

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: 19-2-73011/Kurs 2: 19-2-73012)

Dienstag, 1. Oktober bis 3. Dezember 2019

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

Seeham, Haus Gaberhell



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, 2019

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