



# *Programm*

*Januar - April 2025*

*129. Ausgabe*

- *Bildung*
- *Geselligkeit*
- *Gestalten*
- *Kultur*
- *Reisen*
- *Spiel*
- *Sport*



# Inhaltsverzeichnis

Datenschutz	Seite 2
Editorial	Seite 3 - 4
Einladung zur Mitgliederversammlung	Seite 5
Wir über uns	Seite 6
Seniorentreff-Infos	Seite 7 - 8
Was findet regelmäßig statt?	Seite 9 - 11
Kursgebühren	Seite 12
Termine nicht gebührenpflichtiger Kurse	Seite 13
Einzelveranstaltungen	Seite 14 - 53
Fahrten/Reisen	Seite 54 - 55
Reisebericht „Lausitz“	Seite 56 - 58
Aktuelle Infos	Seite 59 - 66
Aktion Hoffnungsbären	Seite 67
PC-, Internet-, Handyberatung	Seite 68
Programm einzelner Gruppen	
• Radwandergruppe	Seite 69 - 71
• Skifahrergruppe	Seite 72 - 74
• Bergwandergruppe	Seite 75 - 78
Ende einer Verseschmiede	Seite 79 - 82
„Mitgliedernachrichten“	Seite 83
Impressum	Seite 84

## Datenschutzordnung und Informationspflicht nach Artikel 13 und 14 DSGVO

Die Datenschutzordnung des Seniorentreffs Ravensburg e. V. und die Informationspflichten gem. DSGVO sind auf unserer Homepage [www.seniorentreff-rv.de](http://www.seniorentreff-rv.de) veröffentlicht (Der Verein – Datenschutz - Informationspflichten). Beide Dokumente sind auch im Büro einsehbar.

## Editorial

Das erste Programm für Terial 1/2025 ist bereits die Nummer 129 unseres Angebots für Sie. Dies zeigt uns, liebe Mitglieder, wie ‚lebendig‘ der Seniorentreff noch immer ist. In der vorliegenden Ausgabe wird dies wieder ersichtlich.

Besonders herauszuheben ist unsere Mitgliederversammlung mit Vorstandswahlen am Dienstag, 8. April 2025, um 14.00 Uhr im Matthäusgemeindehaus in der Weinbergstraße. Eine Einladung mit Tagesordnung finden Sie in diesem Heft auf Seite 5. Da keine gesonderten Einladungen verschickt werden, empfehle ich Ihnen, den Termin in Ihrem Kalender festzuhalten.

Neben den bewährten Angeboten, die gewissermaßen als „Dauerläufer“ sich durch Ihr nachhaltiges Interesse auszeichnen, ist zu verweisen auf die sich neu zu formierende Gruppe der „Bio-Biker“, die sich erstmals am 19. März 2025, um 10 Uhr, im Café des Seniorentreffs zusammenfindet. Wenn Sie ohne ‚elektrische Unterstützung‘ in einer Gruppe radeln möchten, sind sie herzlich zu diesem Treffen eingeladen.

Was noch neu ist: Es wurde eine Box eingerichtet, die im Eingangsbereich neben dem Veranstaltungsbrett hängt. In diese können Sie Anregungen und Ideen einwerfen. So bleibt unser Seniorentreff dynamisch, weil Sie, liebe Mitglieder, dadurch unser Programm bereichern!

Es sei darauf verwiesen, dass mit Herrn Manfred Till die Deutsche Schreibschrift („Sütterlin“) gelesen werden kann.

Herr Jürgen Pippir wird über die Möglichkeit von Vorsorgeverfügungen informieren.

## Editorial

Die Feste und Schließtage für 2025 sind im Infoteil ersichtlich. Die Termine der offenen Sonntage am 09. Februar (afrikanische Trommelgruppe), am 09. März (Die Welt des Kaffees) und am 16. März (Küchenliederleute) sind ausführlich unter den Monaten nachzulesen.

Zu erwähnen ist noch, dass der Seniorentreff Ravensburg mit Studierenden der Dualen Hochschule, Studiengang Mediendesign, unter ihrem Leiter Professor Dr. Rathgeb, kooperiert. Ziel ist es, das Design und relevante Elemente unserer Außendarstellung zu aktualisieren. Zu gegebener Zeit informieren wir Sie über die Ergebnisse dieses Projekts.

Ich möchte Sie noch darauf hinweisen, dass durch den Beschluss der Mitgliederversammlung vom 23. April 2024 die Mitgliedsbeiträge ab Januar 2025 leicht angehoben werden, und zwar für Einzelmitglieder auf 40 Euro und für Lebensgemeinschaften auf 70 Euro.

Liebe Ehrenamtliche, ich möchte mich bei Ihnen, die Sie mit dazu beitragen, unser Vereinsangebot in der differenzierten und bewährten Weise interessierten Mitgliedern anzubieten, sehr herzlich bedanken. Dieser Dank schließt auch die engagierte Arbeit von Frau Zinke, Frau Paul, Frau Sander und den gesamten Vorstand ein.

Ich wünsche allen Vereinsmitgliedern ein gutes Jahr 2025, vor allem Gesundheit, Erfolg und viele glückliche Momente! Ein weiteres Jahr gemeinsamer Aktivitäten, tollen Erlebnissen und engagierter Zusammenarbeit kennzeichnet den Seniorentreff im Hirschgraben – lassen wir uns von den Herausforderungen des neuen Jahres nicht entmutigen, sondern gemeinsam daran wachsen.

Ihr Dr. Jürgen Lackmann

# Einladung zur Mitgliederversammlung 2025

*An alle Mitglieder*

## **MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2025**

Unsere diesjährige Mitgliederversammlung findet statt am

**Dienstag, 8. April 2025, um 14.00 Uhr**

**im Saal des Matthäusgemeindeshaus, Weinbergstraße 12.**

Hierzu laden wir Sie herzlich ein. Wie Sie der Tagesordnung entnehmen können, ist dieses Jahr die Neuwahl des Vorstandes vorgesehen. Sie können Wahlvorschläge für die Vorstandswahl unterbreiten.

Wir bitten Sie, diese bis zum 21. März 2025 schriftlich einzureichen.

Falls Sie sich aufgrund von Einschränkungen abholen lassen möchten, rufen Sie bitte im Seniorentreff an, Telefon 3 27 47

Mit freundlichen Grüßen

Ihr



Dr. Jürgen Lackmann

Vorsitzender

## **TAGESORDNUNG**

1. Musikalische Einleitung
2. Begrüßung des Vorsitzenden
3. Grußworte
4. Jahresbericht des Vorsitzenden
5. Aussprache
6. Bericht der Rechnungsprüfer
7. Entlastung des Vorstands
8. Wahl eines Rechnungsprüfers
9. Wahl eines Wahlleiters für die Vorstandswahl
10. Vorstellung der Kandidaten – Wahl des Vorstands
11. Ehrungen
12. Verschiedenes
13. Ausklang

Wahlvorschläge für die Wahl des Vorstands werden Ihnen im Rahmen der Mitgliederversammlung bekannt gegeben.

**Nach der Veranstaltung ist noch ein gemütliches Beisammensein in der Begegnungsstätte vorgesehen.**

## Wir über uns

- **Das Haus** am Hirschgraben 7 ist eine selbstverwaltete Begegnungsstätte von, mit und für Bürger ab 55 Jahren. Träger ist der Seniorentreff Ravensburg e. V., finanziell und personell unterstützt durch die Stadt Ravensburg.



- **Das breitgefächerte Veranstaltungsprogramm** wird zu einem großen Teil von den Mitgliedern selbst gestaltet, die dabei Kenntnisse und Fertigkeiten aus Beruf und Hobby einbringen oder ihre Zeit in sinnvoller Tätigkeit zur Verfügung stellen. Auch soziale Aufgaben werden in freiwilligem Engagement übernommen.



- **Unser Büroteam** mit Sabine Zinke (Dipl. Sozialarbeiterin/Dipl. Sozialpädagogin FH, M.A.), und Anita Paul (Büroangestellte) ist während der Bürozeiten für Fragen, Anliegen, Vorschläge, Kritik usw. für Sie da. Es bietet beratende und praktische Hilfe an und vermittelt bei Bedarf weitergehende Hilfen. Zudem unterstützt es die freiwillig Engagierten bei ihrer Arbeit.



- **Der Vorstand** setzt sich wie folgt zusammen:

Prof. Dr. Jürgen Lackmann	Vorsitzender
Bruno Unger	1. Stellvertreter
Ursula Höhn	2. Stellvertreterin
Beate Kleb	Schatzmeisterin
Doris Herzog	Schriefführerin

### Beisitzer:

Wolfgang Altendorfer-Munzinger, Karl Kirchner, Josef Kopold, Stanislaus Lazar, Margarete Zinser

## Seniorentreff-Infos

Wir weisen darauf hin, dass die maskuline Schreibweise in diesem Programmheft alle Personen weiblichen, männlichen und diversen Geschlechts einschließt.

- **Bürozeiten / Telefonische Erreichbarkeit**

Montag bis Donnerstag	9:00 Uhr bis 12:00 Uhr 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Freitag	9:00 Uhr bis 12:00 Uhr

- Der Seniorentreff ist in der Mittagszeit von 12:30 – 13:30 Uhr geschlossen.

- **Sie erreichen uns**

Telefon:	0751 32747
E-Mail:	<a href="mailto:kontakt@seniorentreff-rv.de">kontakt@seniorentreff-rv.de</a>
Homepage:	<a href="http://www.seniorentreff-rv.de">www.seniorentreff-rv.de</a>

- **Bei Notfällen in der Begegnungsstätte** wenden Sie sich bitte an das Büroteam. Ein Erste-Hilfe-Kasten hängt neben der Herrentoilette im Erdgeschoss sowie gegenüber ein Defibrillator. Im Wintergarten im Erdgeschoss steht außerdem eine aufklappbare Notliege. Feuerlöscher finden Sie im Treppenhaus sowie in der Herrentoilette im EG und in den WC's im OG.
- **Der Mindestjahresbeitrag** beträgt  
für Einzelmitglieder: 40 Euro  
für Lebensgemeinschaften: 70 Euro  
Ein freiwillig höherer Beitrag Einzelpersonen in 5er-Schritten, Lebensgemeinschaften in 10er-Schritten bis zu beliebiger Höhe (steuerlich abzugsfähig) ist möglich.  
Bei niedrigem Einkommen kann in einem vertraulichen Gespräch eine Beitragsermäßigung vereinbart werden.  
Scheuen Sie sich in diesem Fall nicht, den Vorstandsvorsitzenden oder Frau Zinke anzusprechen.

## Seniorentreff-Infos

- **Unser Haus** ist barrierearm und hat einen Aufzug sowie behindertengerechte WCs. Rollatoren- und Rollstuhlfahrer gelangen über eine Rampe und einen separaten Eingang mit Klingelanlage ins Erdgeschoss.



- **Im Café** können Sie es sich jederzeit bequem machen, sich mit jemandem treffen oder in Ruhe die ausgelegten Zeitungen und Zeitschriften lesen. Dort finden Sie auch unseren Puzzletisch sowie Schach-, Karten- oder Gesellschaftsspiele. Zudem steht im Erdgeschoss ein Münzautomat für Kaffee und weitere heiße Getränke bereit. Bitte beachten Sie, dass Getränke immer vom Seniorentreff abgenommen werden müssen.



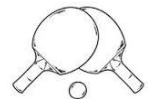
- **Den Garten** können Sie jederzeit aufsuchen; Gartenmöbel und eine Markise sind vorhanden.



- **Im Bücherzimmer** (Erdgeschoss, Teil 1 des Kleinen Saals) können Sie, soweit es frei ist, ohne Formalitäten Bücher ausleihen.



- **Im Tischtennisraum** (Keller) wird jeden Montag (nach Absprache) von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr in der Gruppe gespielt. Außerhalb dieser Zeit können Sie sich selbstständig zu einem Spiel verabreden.



- **Wir werden gefördert** durch die Stadt Ravensburg, die Katholische Erwachsenenbildung Kreis Ravensburg e. V. und durch die Bürgerstiftung des Landkreises Ravensburg. Die Förderung einzelner Projekte ist bei der jeweiligen Veranstaltung aufgeführt.



# Was findet regelmäßig statt?

## Montag

- 9:00 Aquarellmalen (Fr. Schlegat, Hr. Wild)
- 10:00 Français facile (Fr. Wilibald-Guntram / online)
- 10:00 English Popsongs (Hr. Frambach)  
Termine siehe Seite 13
- 👉 11:00 Wirbelsäulengymnastik I (Fr. Purschke-Fehr)
- 👉 11:50 Wirbelsäulengymnastik II auf dem Stuhl  
(Fr. Purschke-Fehr)
- 13:30 Singen im Chor (Hr. Stein)  
Termine siehe Seite 13
- 👉 14:00 PC-, Internet-, Handyberatung (Hr. Gebele)  
siehe Seite 68
- 14:00 Tischtennis (Tischtennisraum im Keller)
- 14:00 Stricken für soziale Zwecke (Fr. Wiedler)
- 15:00 Singen für alle (Fr. Koll)

## Dienstag

- Bergwanderung siehe Seiten 75 - 78
- 9:00 Französische Literatur (Fr. Schadt)
- 👉 9:00 Wirbelsäulengymnastik III (Fr. Purschke-Fehr)
- 9:30 Everyday English (Fr. Wilibald-Guntram)
- 👉 9:50 Wirbelsäulengymnastik IV (Fr. Purschke-Fehr)
- 10:15 leichte Italienisch - Konversation  
(Fr. Steinhäuser) Termine siehe Seite 13
- 10:00 Französisch III (Fr. Schadt)
- 10:45 Western- und Countrytanz (Fr. Ohlinger)
- 14:00 Gesellschaftsspiele in festen Gruppen  
(Karten, Gesellschaftsspiele, Skat, Binokel, Rummy  
u. a. Bei Interesse bitte im Büro melden)

👉 **Veranstaltung mit Gebühr**

**Siehe Übersicht mit Kursbeginn und Gebühr auf Seite 12.**

## Was findet regelmäßig statt?

### Mittwoch

- ♣8:30 Mit Meditation in den Tag starten (Fr. Alt)  
siehe Seite 13
- ♣9:15 PC-, Internet-, Handyberatung  
(Hr. Altendorfer-Munzinger) siehe Seite 68
- ♣9:30 Veeh-Harfen-Ensemble (Fr. Bucher)
- 9:30 Handarbeiten für soziale Zwecke  
(Fr. Walter, Fr. Wertheimer)  
14-tägig, gerade Wochen
- 10:00 Erlebnistanz für Senioren  
(Fr. Sander, Fr. Prinz)
- ♣10:00 Spanisch für Fortgeschrittene (Fr. Rittler)
- ♣11:00 Spanisch für Anfänger (Fr. Rittler)
- ♣11:30 Ballett für Senioren (Fr. Schneider)
- 13:00 Radwandern siehe Seiten 69 - 71
- 13:30 Boule im Hirschgraben (Hr. Stelter)  
(Beginn Sommerzeit: 14:00 Uhr)
- ♣14:00 Aquafit im Hallenbad (Fr. Purschke-Fehr)
- 14:30 Zeichnen (Fr. Herold)  
Termine siehe Seite 13
- 14:30 Spaziergänger (Fr. und Hr. Pizzutilo)  
Treffpunkt: Vor dem Seniorentreff  
Termine siehe Seite 13

## Was findet regelmäßig statt?

- Donnerstag**
- 🕒 8:30 Yoga (Fr. Weskott)
  - 🕒 9:00 PC-, Internet-, Handyberatung  
(Fr. Traub, Hr. Winkel, Hr. Berger) siehe Seite 68
  - 9:45 Italienisch für Fortgeschrittene (Fr. Traub)
  - 10:00 Offenes Holzwerken (Hr. Salai)
  - 10:00 Englisch für Fortgeschrittene (Fr. Hughes)
  - 10:00 Tanzen im Sitzen (Fr. Wachter)  
Termine siehe Seite 13
  - 10:00 Nordic-Walking (Fr. Wäschle, Fr. Weigel-Klaus)  
Treffpunkt: Parkplatz Turnhalle Weißenau
  - 11:00 Französisch für Fortg. Anfänger (Fr. Hughes)
  - 11:00 Italienisch mit Vorkenntnissen (Fr. Ohlinger)
  - 🕒 11:15 Stepptanz (Fr. Schneider)
  - 14:00 Strick- und Häkelgruppe
  - 14:15 Aktiv-Gymnastik im Sitzen  
(Fr. Blank, Fr. Krause) Termine siehe Seite 13
- Freitag**
- 8:30 Walking, näheres im Büro (Fr. Wolfram)  
Treffpunkt: Weststadt, Vogelhäusle, Wanderparkplatz
  - 🕒 8:30 Qigong I (Fr. Gröger)
  - 9:00 Töpfern (Fr. Link)
  - 🕒 9:30 Qigong II (Fr. Gröger)
  - 10:00 Englisch (Fr. Heinz)
  - 10:45 Blockflötenensemble (Fr. Wagner)
  - 15:00 Gedächtnistraining (Fr. Zinser, Hr. Gleichauf)  
Termine siehe Seite 13
  - 14:30 Schachtreff (Hr. Hämmerle)
  - 15:00 Kegeln im Kegelzentrum-Palace (Fr. Volz)  
Termine siehe Seite 13

## Gebühren für gebührenpflichtige Kurse ☝

### Eine Unterrichtseinheit (UE) dauert 45 Minuten

<u>Kurs</u>	<u>Beginn</u>	<u>UE</u>	<u>Kosten</u>
Wirbelsäulengymnastik Kurs I / Kurs II Fr. Purschke-Fehr	13.01.	12 UE =	18,00 €
Wirbelsäulengymnastik Kurs III / IV Fr. Purschke-Fehr	14.01.	12 UE =	18,00 €
Spanisch für Anfänger und Fortgeschrittene / Fr. Rittler	08.01.	16 UE =	24,00 €
Mit Meditation in den Tag starten Fr. Alt	08.01.	10 UE =	15,00 €
Veeh-Harfen-Ensemble / Fr. Bucher	15.01.	8 UE =	80,00 €
Ballett / Fr. Schneider	08.01.	14 UE =	21,00 €
Steptanz / Fr. Schneider	09.01.	14 UE =	21,00 €
Qigong I und II / Fr. Gröger	24.01.	10 UE =	20,00 €
Yoga / Fr. Weskott	23.01.	10 UE =	40,00 €

### **Ausfall, Rücktritt oder Nicht-Teilnahme bei Ausflügen, Exkursionen oder Veranstaltungen mit Teilnahmegebühren.**

Bei mangelnder Beteiligung, Ausfall der Kursleitung oder aus anderen Gründen kann der Seniorentreff Ravensburg e. V. die Veranstaltungen absagen.

In diesen Fällen wird die Teilnahme- bzw. Kursgebühr zurückbezahlt. Weitergehende Ansprüche an den Seniorentreff sind ausgeschlossen. Eine Anmeldung zu unseren Veranstaltungen ist verbindlich.

Bei Rücktritt oder Nicht-Teilnahme wird die Kursgebühr nicht zurückerstattet. Sollte es eine Warteliste und einen Ersatzteilnehmer geben, wird die Kursgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 2 Euro zurückbezahlt.

Der Seniorentreff Ravensburg e. V. kann im Pandemiefall andere Regelungen treffen.

Tagesfahrten und Reisen, die von Frau Höhn organisiert werden, siehe Bestimmungen Seite 55.

## Termine nicht gebührenpflichtiger Kurse

Januar	Februar	März	April
--------	---------	------	-------

### Montag

Fotogruppe mit Systemkamera 9:30 Uhr

20.	17.	17.	14.
-----	-----	-----	-----

English Popsongs 10:00 Uhr

13. / 20. / 27.	3. / 10. / 17. / 24.	17. / 24. / 31.	7. / 28.
-----------------	----------------------	-----------------	----------

Singen im Chor 13:30 Uhr

13. / 27.	10. / 24.	10. / 24.	7. / 28.
-----------	-----------	-----------	----------

### Dienstag

Leichte Italienisch-Konversation 10:15 Uhr (Level A1 / A2)

14. / 21. / 28.	4. / 11. / 18. / 25.	11. / 18. / 25.	1.
-----------------	----------------------	-----------------	----

### Mittwoch

Spaziergänger 14:30 Uhr

8. / 22.	5. / 19.	5. / 19.	2. / 16.
----------	----------	----------	----------

Zeichnen 14:30 Uhr

15. / 22. / 29.	5. / 12. / 19.		
-----------------	----------------	--	--

### Donnerstag

Tanzen im Sitzen

23. / 30.	6. / 13. / 20. / 27.	13. / 20.	3. / 10. / 24.
-----------	----------------------	-----------	----------------

Aktiv-Gymnastik im Sitzen 14:15 Uhr

16. / 23. / 30.	6. / 13. / 20.	6. / 13. / 20.	3. / 10. / 24.
-----------------	----------------	----------------	----------------

### Freitag

Gedächtnistraining 14:30 Uhr

17. / 24. / 31.	7. / 14. / 21.	14. / 21. / 28.	4. / 11. / 25.
-----------------	----------------	-----------------	----------------

Kegeln im „Kegelzentrum Palace“ 15:00 Uhr

3. / 17. / 31.	14. / 28.	14. / 28.	11. / 25.
----------------	-----------	-----------	-----------

**Dienstag**  
7. Januar

**Die Begegnungsstätte ist wieder geöffnet**

**Montag**  
13. Januar



9:30 Uhr **Politisches Frühstück** – mit aktuellem Zeitgeschehen und Diskussion. Dr. Günther Mario Gunzelmann und Josef Kopold bieten ein Forum, in dem die Teilnehmer bei einem Brezelfrühstück ihre Erfahrungen und Ansichten einbringen und zu einem lebhaften Austausch beitragen können.

**Dienstag**  
14. Januar

9:00 Uhr **Bädertour:** Fahrt ins Thermalbad Bad Waldsee. Näheres und Anmeldung im Büro; Fahrtkosten 7 Euro. Um 10:00 Uhr findet im Thermalbad eine Wassergymnastik (ca. 20 Minuten) statt, an der Sie kostenlos teilnehmen können.  
**Bitte melden Sie sich im Büro an.**

**Mittwoch**  
15. Januar

14:30 Uhr **Gemütlicher Nachmittag** mit Kaffee und Kuchen sowie gemeinsames Singen mit Franz Hanßler.

**Freitag**  
17. Januar

14:30 Uhr

## **Mit Tanzimprovisation und Entspannung ins Wochenende**

mit Renate Boda.

Bewegen Sie sich gerne zur Musik? Können Sie sich auf verschiedene Rhythmen einlassen, mal schnell, mal langsam, mal ruhig, mal schwungvoll, mal modern, manchmal klassisch? Haben Sie Spaß daran, Schrittkombinationen und Bewegungen auszuprobieren und eigenen Bewegungsimpulsen zu folgen?

Kommen Sie tanzend gerne in Kontakt mit anderen, dem Raum oder den eigenen Empfindungen?

Haben Sie den Wunsch nach individuellen Pausen, ohne das Gefühl des Tanzens zu verlieren?

Hilft Ihnen Musik dabei, in eine tiefe Entspannung zu kommen?

Brauchen Sie eine geführte Anleitung, um zur Ruhe zu kommen oder finden Sie wohltuende Ruhe in einer Phase der gemeinsamen Stille?

Während der 1 1/2 Stunden werden Sie von der Kursleiterin viele tänzerische Anregungen erhalten, aber auch genug Freiraum, um nach eigenen Vorstellungen zu tanzen.

Auch Stühle können bei Bedarf genutzt werden. Nach einer guten Stunde bleiben dann etwa 20 Minuten Zeit für eine abschließende Entspannung. Bringen Sie bitte eine Wolldecke und wenn vorhanden eine Bodenmatte mit.

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro**

### **Montag**

20. Januar

9:30 Uhr **Fotogruppe**

Wir sind eine Gruppe von interessierten Laien, die sich einmal im Monat trifft. Wir fotografieren mit Systemkameras, nicht mit Handys.

Unser Ziel ist es, sich mit den vielfältigen Möglichkeiten unserer Kameras auseinanderzusetzen – weg von der Automatik, hin zu den manuellen Einstellungen. Ebenso geht es um die Regeln der Bildgestaltung und Bildkomposition. Wir beschäftigen uns nicht nur mit der Theorie, sondern wollen dies auch in der Praxis umsetzen (Fototouren).

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**



**Mittwoch**  
22. Januar

13:00 Uhr **Kunst vor der Tür – Großes vor Ort**  
mit Elisabeth Klass:

## **Eine Einführung in die Kunstgeschichte Oberschwabens.**

### **Kunstexkursion:**

Eine kleine aber sehr feine private Galerie und Sammlung versteckt sich in Kisslegg in einer unscheinbaren Nebenstraße. In loser Folge präsentiert der Galerist und Sammler Ausstellungen die ganz oder nur teilweise aus seiner Sammlung stammen. Dieses Mal zeigt er „eigene Arbeiten“. Von seinem Beruf als Flaschner verfügt er über einen großen Fundus an Teilen von Kupferverkleidungen von historischen Gebäuden. Teilweise stammen diese von bedeutenden sakralen oder profanen Gebäuden.

Die Arbeiten beeindrucken sowohl von seinem künstlerischen wie von seinem handwerklichen Können. Anschließend besuchen wir die bauliche Anlage mit Kirche des nahegelegenen Flecken Bärenweiler mit der Möglichkeit dort einzukehren.

Treffpunkt: 13:00 Uhr auf dem Parkplatz der Begegnungsstätte

Kosten: 12 Euro.

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**



Foto: E. Klass

**Montag**  
27. Januar

9:30 Uhr **Gesprächskreis**

## **Das Geschenk des Älterwerdens**

mit Thomas Wirth-Essig

Wir haben uns bereits von einigen Aufgaben und Rollen verabschiedet, sind aus dem Berufsleben ausgeschieden, haben evtl. die Erziehungsaufgabe beendet u.v.m., mit dem wir uns früher identifiziert haben.

Und mit was kann ich mich jetzt identifizieren? Was bleibt übrig, wenn ich Vieles losgelassen habe?

Diesen Fragen will ich mich gemeinsam mit Ihnen im Gespräch und mit Übungen stellen, die unser seelisches und geistiges Wachstum fördern. Weitere Termin 24. Februar und 24. März jeweils von 9:30 bis 11 Uhr.

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

14:30 Uhr **„Auf eine Tasse Tee mit Frau Zinke“  
– Auf ein gutes neues Jahr**

Wir treffen uns, jeder zuhause vor seinem PC, Laptop oder Tablet, und verbringen eine gemütliche virtuelle Zeit miteinander. Lassen Sie sich überraschen! Genießen Sie dabei eine frisch gebrühte Tasse Tee oder einen guten Kaffee.

Sie sind herzlich zu dieser virtuellen Veranstaltung eingeladen. Sie erhalten den Link dazu in der Woche vorher. Zur Anmeldung benötigen Sie eine E-Mail-Adresse, für die Teilnahme PC, Laptop oder ein Tablet.

**Anmeldung im Büro.**



© Seniorentreff

**Dienstag**  
28. Januar

9:00 Uhr **Bädertour:** Fahrt ins Thermalbad Bad Waldsee. Näheres und Anmeldung im Büro; Fahrtkosten 7 Euro. Um 10:00 Uhr findet im Thermalbad eine Wassergymnastik (ca. 20 Minuten) statt, an der Sie kostenlos teilnehmen können.  
**Bitte melden Sie sich im Büro an.**

14:15 Uhr **EDV-Arbeitsgruppe Handy1**  
mit Wolfgang Gebele  
Für Laien die noch nie ein modernes Handy bzw. Smartphone genutzt haben. Bitte eigenes Android-Handy oder Tablet mitbringen, keine Apple-Geräte.  
Haben Sie noch kein eigenes Gerät, kommen Sie bitte ohne ein solches. Sie brauchen kein Gerät speziell für diese Veranstaltung kaufen!  
Wir bieten gegen Ende der Veranstaltung eine Beratung an.  
(Näheres siehe Seite 63)  
Teilnahmegebühr 2 Euro  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Mittwoch**  
29. Januar

14:30 Uhr **Bilder elektronisch präsentieren**  
Einführung in Powerpoint-Präsentation (Microsoft, Open Office)  
mit Wolfgang Altendorfer-Munzinger.

Sie möchten gerne Ihre digital vorliegenden Bilder einer kleinen Gruppe von Zuschauern kurzweilig vorführen? Eine Präsentation mit entsprechenden Bildübergängen – vielleicht sogar mit musikalischer Untermalung – ist sehr leicht zu erstellen.

In diesem Workshop lernen Sie Bilder in eine Präsentation einzubauen, Übergänge zwischen den Bildern zu gestalten und die Präsentation automatisch ablaufen zu lassen.

Tablet oder Laptop erforderlich und muss mitgebracht werden.

Weitere Termine: 12. und 26. Februar  
jeweils von 14:30 – 16:30 Uhr

Teilnehmergebühr: 6 Euro

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Donnerstag** 14:30 -  
30. Januar 16:00 Uhr

**Stadtbücherei**  
Ravensburg



© DFA Digital, Stadtbücherei  
Ravensburg, Munzinger, Brockhaus,  
freegal, Onleihe, filmfreund, mundo,  
pressreader

## **Digitale Bücherei? – Was ist das?**

Filme schauen, Hörbuch hören, Bücher und Zeitung lesen, auch wenn die Bücherei geschlossen ist?

Mit unserer digitalen Bücherei stehen Ihnen eine Vielzahl an Medien online zur Verfügung – egal wo und wann. Schnuppern Sie an diesem Nachmittag unverbindlich in unsere digitalen Angebote rein.

Die Veranstaltung findet unter der Leitung des „Digi.Kompass“ statt, dem Support-Team für die Digitale Bücherei der Stadtbücherei Ravensburg. Veranstaltungsort ist das **Booky** in der Stadtbücherei.

Bitte bringen Sie ihr Smartphone und/oder Tablet mit. Gerne auch Ihren e-Reader.

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Freitag** 14:30 Uhr  
31. Januar



<https://wallpaper-cave.com/wp/wp9881189.jpg>

## **Senioren-Disco**

### **„Generation 55 plus“**

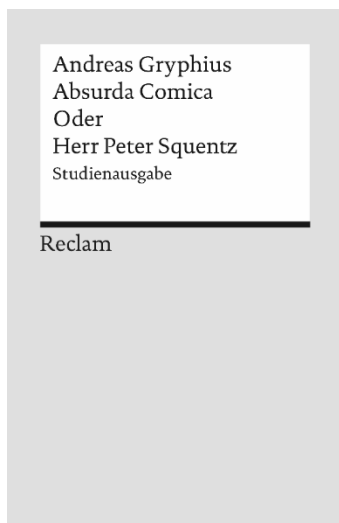
Um im Alter lange fit und gesund zu bleiben, ist ausreichende Bewegung besonders wichtig. Spaß und Unterhaltung sollen dabei nicht zu kurz kommen. Mach **mit** und du bleibst länger **fit**! Bei einer Disco handelt es sich im Allgemeinen um einen Free-style-Spaßanz, für den **kein Partner erforderlich ist**. Sie können in der Disco allein, im Duo oder in einer großen Gruppe tanzen.

**Montag**  
3. Februar



9:30 Uhr **Politisches Frühstück** – mit aktuellem Zeitgeschehen und Diskussion. Dr. Günther Mario Gunzelmann und Josef Kopold bieten ein Forum, in dem die Teilnehmer bei einem Brezelfrühstück ihre Erfahrungen und Ansichten einbringen und zu einem lebhaften Austausch beitragen können.

**Mittwoch**  
5. Februar



11:15 Uhr **Absurda Comica Oder Herr Peter Squentz von Andreas Gryphius** im Literaturkreis mit Peter Schütz Nach schwerer Roman-Kost haben wir uns für den Februar für leichte dramatische Kost entschieden! Wir lesen (und spielen) ein hochbarockes 'Schimpfspiel' in der Tradition der Handwerker-Posse, eine Persiflage auch des 'hohen' Theaters. Es ist eine Umsetzung der klassischen Geschichte von Pyramus und Thisbe, die die Handwerker ihrem König vorspielen wollen. Aber dabei übernehmen sie sich etwas... Vielleicht kennen Sie diese Posse auch aus Shakespeares 'Sommernachtstraum'. Wir treffen uns mittwochs, also am 5., 12., 19. und 26. Februar 2025 um 11:15 Uhr. Den Text gibt es als 'Studienausgabe' mit Erläuterungen bei Reclam.

[https://www.reclam.de/detail/978-3-15-014337-7/Gryphius\\_Andreas/Absurda\\_Comica\\_Oder\\_Herr\\_Peter\\_Squentz](https://www.reclam.de/detail/978-3-15-014337-7/Gryphius_Andreas/Absurda_Comica_Oder_Herr_Peter_Squentz)

**Mittwoch**  
5. Februar

14:30 Uhr **Handy Fotografie und Bild-Bearbeitung** mit Rüdiger Klein. Für das Betriebssystem Android bzw. Samsung Handy. Sie wollten schon immer etwas bessere Bilder am Handy machen? Der Nachmittag soll eine Einführung in die Grundlagen der Handy-Fotografie sein. Geeignet für Anfänger, die mehr als nur Knipsen möchten und auch Kenntnisse in der Bearbeitung der Bilder erwerben wollen. Wir sprechen über Grundeinstellungen, Einstellungen beim Fotografieren und Möglichkeiten erweiterter Einstellungen. Wir besprechen auch Möglichkeiten, die Bilder im Handy weiter zu bearbeiten. Es sind keine Kenntnisse erforderlich. Bei Bedarf kann individuell geholfen werden.  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Donnerstag**  
6. Februar

14:15 Uhr **EDV-Arbeitsgruppe Handy2** mit Wolfgang Gebele. Für Anfänger und etwas Fortgeschrittenere. Bitte eigenes Android-Handy oder Tablet mitbringen, keine Apple-Geräte. (Näheres siehe Seite 63)  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

- Donnerstag** 14:30 Uhr **Lektürekurs zu Friedrich Schillers „Die Jungfrau von Orleans“**  
6. Februar mit Joachim Merkt-Weskott.
- Die Geschichte der Jeanne d´Arc hat im Laufe der Jahrhunderte zahlreiche Künstler und Dichter beschäftigt. So auch Friedrich Schiller, der die romantische Tragödie „Die Jungfrau von Orleans“ um 1801 in Weimar verfasste und in Leipzig uraufführen ließ. Zu Lebzeiten Schillers schon ein großer Bühnenerfolg, wird es bis heute immer wieder gespielt. Goethe hielt angeblich „Die Jungfrau von Orleans“ für Schillers bestes Werk.
- 
- Bis zum Start sollten Sie folgende Ausgabe kaufen:  
*Friedrich Schiller: Die Jungfrau von Orleans.*  
*Textausgabe mit Kommentar und Materialien: Reclam XL – Text und Kontext*  
*ISBN-13 978-3150161456*
- Wir werden den Text gemeinsam mit verteilten Rollen laut lesen. Wer will, kann aber auch nur zuhören. Auftauchende Verständnisfragen werden wir gemeinsam klären.
- Dieser Kurs hat ausdrücklich keinen wissenschaftlichen Anspruch. Deshalb ist er auch für Interessierte geeignet, die einfach nur neugierig auf Schillers Theaterstück sind. Ganz im Mittelpunkt soll die gemeinsame Lektüre stehen.
- Weitere Termine: 13, 20, 27. Februar jeweils von 14:30 Uhr bis 16 Uhr.  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**



**Sonntag**  
9. Februar

14:30 Uhr **Offener Sonntag**  
mit Akongo Percussion  
Hoadealo Serafim Akongo möchte Sie mit seiner Gruppe musikalisch mitnehmen in sein Heimatland Togo. Lassen Sie sich mitreißen von afrikanischen Rhythmen. Genießen Sie die Lebenslust und die Freude der Rhythmen, die Ihnen auf afrikanischen Trommeln, den Djemben, dargeboten werden.  
Möchten Sie es auch einmal ausprobieren? Dann haben Sie am Samstag, 5. April 2025, dazu Gelegenheit. Da gibt Herr Akongo, genannt Prince, einen Trommelworkshop hier im Seniorentreff.  
Das Haus ist ab 13:30 Uhr geöffnet.



Quelle: Marcus Steinger

**Montag**

10. Februar

10:00 Uhr **Ökumenischer Gesprächskreis**

Was ist derzeit los mit den etablierten christlichen Kirchen in Europa?

Was ist los mit Glaubenspraxis und Religion?

Warum verlassen Jahr für Jahr mehrere hunderttausende Gläubige ihre angestammten Kirchen? Ist es nur aus Frust und Ärger über die Reformresistenz derer in Rom und in mancher Bischofsresidenz? Oder ist es das aus der Zeit gefallene Machtgefälle der Katholiken zwischen Klerikern und Laien? Oder ist Vielen irgendwie und irgendwann sogar ihr Gott abhandengekommen?

Viele Probleme.

Das größte Problem aber dürfte sein, diesen nicht zu leugnenden Negativtrend endlich zu stoppen und ganz neue Zugänge zu Gott zu finden.

Etwa durch das Staunen über die gewaltige Größe und Schönheit des Kosmos oder über die Wunderwelt allen Lebens auf dieser Welt. Wer löst noch die letzten Fragen aller Wissenschaft nach dem Woher und Wohin der ganzen Schöpfung?

Darüber möchten wir gerne miteinander ins Gespräch kommen.

Zweiter Termin am 17. Februar.

Gesprächsleitung: Werner Walter und Stephan Zilker

## Februar 2025

- Dienstag**  
11. Februar
- 9:00 Uhr **Bädertour:** Fahrt ins Thermalbad Bad Waldsee. Näheres und Anmeldung im Büro; Fahrtkosten 7 Euro. Um 10:00 Uhr findet im Thermalbad eine Wassergymnastik (ca. 20 Minuten) statt, an der Sie kostenlos teilnehmen können.  
**Bitte melden Sie sich im Büro an.**
- 10:00 Uhr **Programmausschuss**  
→ Sie haben Ideen oder Vorschläge für das nächste Programm des Seniorentreffs?  
→ Sie möchten sich aktiv an der Programmgestaltung beteiligen?  
... dann sind Sie im Programmausschuss richtig!  
**Bitte melden Sie sich dafür im Büro an.**
- Mittwoch**  
12. Februar
- 11:15 Uhr **Absurda Comica Oder Herr Peter Squentz von Andreas Gryphius**  
Fortsetzung des Literaturkreises mit Peter Schütz (siehe Seite 22)
- 14:30 Uhr **Bilder elektronisch präsentieren**  
Einführung in Powerpoint (Microsoft) / Präsentation (Open Office)  
(siehe Seite 20)
- 14:30 Uhr **Gemütlicher Nachmittag** mit Kaffee und Kuchen im Cafè.
- Donnerstag**  
13. Februar
- 14:30 Uhr **Fortsetzung Lektürekurs zu Friedrich Schillers „Die Jungfrau von Orleans“** mit Joachim Merkt-Weskott (siehe Seite 24)

## Februar 2025

- Freitag**  
14. Februar 14:30 Uhr **Mit Tanzimprovisation und Entspannung ins Wochenende**  
mit Renate Boda  
(Näheres siehe Seite 15)
- Montag**  
17. Februar 9:00 Uhr **Anmeldung für die Reise in die Wachau vom 5. – 9. Mai 2025.**  
(Näheres siehe Seite 55)
- 10:00 Uhr Fortsetzung (Teil 2) des **Ökumenischen Gesprächskreises**  
Was ist derzeit los mit den etablierten christlichen Kirchen in Europa?  
Was ist los mit Glaubenspraxis und Religion?  
Gesprächsleitung: Werner Walter und Stephan Zilker.  
(Näheres unter Teil 1 Seite 26)
- Dienstag**  
18. Februar 14:15 Uhr **EDV-Arbeitsgruppe Handy3**  
mit Wolfgang Gebele,  
Für Fortgeschrittene bzw. Nutzer mit längerer Übung im Gebrauch.  
Bitte eigenes Android-Handy oder Tablet mitbringen, keine Apple-Geräte. (Näheres siehe Seite 63)  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Mittwoch**  
19. Februar

11:15 Uhr **Absurda Comica Oder Herr Peter Squentz von Andreas Gryphius**  
Fortsetzung des Literaturkreises mit Peter Schütz (siehe Seite 22)

10:00 Uhr **Kunst vor der Tür – Großes vor Ort**  
mit Elisabeth Klass:

**Eine Einführung in die Kunstgeschichte Oberschwabens.**

**Kunst-Exkursion nach Vaduz**

Besuch der privaten Kunstsammlung Hilti. Diese Sammlung wird seit 2015 in den eigenen Museumsräumlichkeiten der Hilti Art Foundation in Vaduz der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Zurzeit wird eine Auswahl von 40 Werken exklusiv aus der eigenen Sammlung präsentiert. „Die ganze Palette“, so der Titel dieser ‚Ausstellung umfasst die schönsten Werke der Malerei, zu denen bekannte Bilder von Picasso, Beckmann, Hodler, Schmidt-Rottluff...gehören‘

(Aus „Die ganze Palette“ Saalinformation. Text Dr. Wieczorek).

Jedoch sind auch zeitgenössische Künstler vertreten wie Gerhard Richter...

Die „ganze Palette“ bietet somit eine überraschende Vielfalt an kunsthistorisch bedeutenden Werken an.

Zudem werden 24 der 40 Arbeiten in diesem Rahmen erstmalig gezeigt.

Treffpunkt: 10:00 Uhr auf dem Parkplatz der Begegnungsstätte.

Teilnahmegebühr: 34 Euro

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**



P.Picasso „Femme au chien“ Foto:

<https://www.hiltiartfoundation.li/de/ausstellung/>

**Donnerstag**  
20. Februar

13:00 Uhr

### **Besuch der Kaffeerösterei Kißlegg**

Leitung: Irmtraud Kirsch-Bürker  
„Guter Kaffee ist wie gute Musik –  
beides berührt die Seele“  
(Roger Cicero).

Ein guter Tag beginnt mit einer Tasse  
gutem Kaffee.

Das Unternehmen stellt erfolgreich  
Kaffee her. Hierfür werden aus-  
schließlich Kaffeebohnen nachhalti-  
ger Landes- und Plantagenkaffees  
der besten Qualität geordert und im  
schonenden Langzeit-Trommel-  
röstverfahren geröstet. Mühe die  
sich lohnt und Qualität, die man  
schmeckt: Viele der mittlerweile über  
40 Kaffeesorten sind mit Medaillen  
prämiert. Eine traditionell, handwerkli-  
che Kaffeerösterei und ein Integrati-  
onsprojekt der Oberschwäbischen  
Werkstätten, in denen es Menschen  
mit Handicap ermöglicht wird, am  
Arbeitsmarkt teilzuhaben.

Nach einer informativen Führung  
durch die Produktion können wir vor  
Ort, im Café, eine gute Tasse Kaffee  
und Kuchen für 5 Euro genießen.

Treffpunkt: 13:00 Uhr auf dem Park-  
platz der Begegnungsstätte

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 19 Euro.

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**



<https://www.cafesito.de/ueber-cafesito>

14:30 Uhr

**Fortsetzung Lektürekurs zu  
Friedrich Schillers „Die Jungfrau  
von Orleans“** mit Joachim Merkt-  
Weskott (siehe Seite 24)

**Montag**

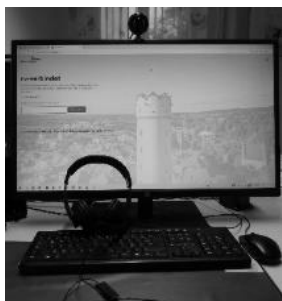
24. Februar

9:30 Uhr Fortsetzung **Gesprächskreis  
Das Geschenk des Älterwerdens**  
mit Thomas Wirth-Essig  
(Nähers siehe Seite 18)

14:30 Uhr **„Auf eine Tasse Tee mit Frau Zinke“  
– Rezeptaustausch von früher**

Wir treffen uns, jeder zuhause vor seinem PC, Laptop oder Tablet, und verbringen eine gemütliche virtuelle Zeit miteinander. Lassen Sie sich überraschen! Genießen Sie dabei eine frisch gebrühte Tasse Tee oder einen guten Kaffee.

Sie sind herzlich zu dieser virtuellen Veranstaltung eingeladen. Sie erhalten den Link dazu in der Woche vorher. Zur Anmeldung benötigen Sie eine E-Mail-Adresse, für die Teilnahme PC, Laptop oder ein Tablet.  
Anmeldung im Büro.



© Seniorentreff

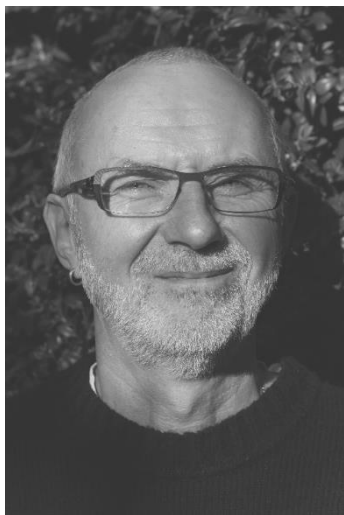
**Dienstag**  
25. Februar

9:00 Uhr **Bädertour:** Fahrt ins Thermalbad Bad Waldsee. Näheres und Anmeldung im Büro; Fahrtkosten 7 Euro. Um 10:00 Uhr findet im Thermalbad eine Wassergymnastik (ca. 20 Minuten) statt, an der Sie kostenlos teilnehmen können.  
**Bitte melden Sie sich im Büro an.**

14:30 Uhr **Die Verfügungen – Vollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung** – sind dann wichtig und notwendig, wenn jemand, aufgrund einer Erkrankung, Behinderung oder eines Unfalles nicht mehr selbst entscheiden kann. Dies betrifft alle volljährigen Personen.

Ab dem 1. Januar.2023 gibt es das erweiterte Vertretungsrecht für Ehegatten, die sich nun gegenseitig vertreten können, ohne dass eine vorsorgende Vollmacht vorliegt. Diese Vertretung ist aber nur im Bereich der **Gesundheitsfürsorge** möglich und gilt **nur** 6 Monate.

Jürgen Pippir (Dipl.Soz.Arb., MBA), ehemaliger Geschäftsführer Betreuungsverein Landkreis Biberach und Ehrenamtlicher der Freiwilligenagentur, informiert Sie zu diesem Thema, zum Inhalt und den Konsequenzen der rechtlichen Vertretung mit einer gesetzlichen Betreuung oder einer Vollmacht und den Wirkungen und Inhalten einer Patientenverfügung.



©Jürgen Pippir



**Mittwoch**  
26. Februar

11:15 Uhr **Absurda Comica Oder Herr Peter Squentz von Andreas Gryphius**  
Fortsetzung des Literaturkreises mit Peter Schütz (siehe Seite 22)

14:30 Uhr **Bilder elektronisch präsentieren**  
Einführung in Powerpoint (Microsoft) / Präsentation (Open Office)  
(siehe Seite 20)

**Donnerstag**  
27. Februar

14:30 Uhr **Fortsetzung Lektürekurs zu Friedrich Schillers „Die Jungfrau von Orleans“** mit Joachim Merkt-Weskott (siehe Seite 24)

**Freitag**  
28. Februar

14:30 Uhr **Senioren-Disco „Generation 55 plus“**  
Um im Alter lange fit und gesund zu bleiben, ist ausreichende Bewegung besonders wichtig. Spaß und Unterhaltung sollen dabei nicht zu kurz kommen. Mach **mit** und du bleibst länger **fit!** Bei einer Disco handelt es sich im Allgemeinen um einen Free-style-Spaßanz, für den **kein Partner erforderlich ist**. Sie können in der Disco allein, im Duo oder in einer großen Gruppe tanzen.



<https://wallpaper-cave.com/wp/wp9881189.jpg>

**Mittwoch**  
5. März

14:30 Uhr **Deutsche Schreibschrift („Sütterlin“) lesen lernen** mit Manfred Till.  
Beim Stöbern in alten Briefen, Dokumenten und Rezeptbüchern findet man die Deutsche Schreibschrift als Kurrent- oder Sütterlinschrift aus den vorigen Jahrhunderten noch häufig. Die oft sehr fremd anmutenden, meist gestochen und sauber geschriebenen Handschriften sehen zwar schön aus, doch lesen können – das ist leider oft nicht möglich!  
Mit diesem **dreistufigen aufbauenden Kurs** soll angestrebt werden, diese Schriften zu verstehen und selbst lesen zu können.  
**Stufe 1:** Einführung in die Schriften  
**Stufe 2:** gemeinsame Leseübungen mit vorgegebenen Schriftstücken  
**Stufe 3:** (unterstützendes) Lesen von teilnehmer-eigenen Schriftstücken  
Bitte bringen Sie liniertes Schreibpapier und einen Schreibstift mit.  
Kopien werden gegen Kostenersatz ausgegeben.  
Weitere Termine: 26. März (Stufe 2) und 2. April (Stufe 3)  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

Veranstaltungen aus diesem Programm, für die eine Anmeldung im Büro erforderlich ist, finden am Tag der Veranstaltung **nur** für angemeldete Teilnehmende statt.

**Donnerstag** 14:30 Uhr **Gesprächskreis**  
6. März

**Diakonie**   
Oberschwaben  
Allgäu Bodensee

**„Aus Groß mach Klein“**

Bei dem Gesprächskreis „Aus groß mach klein“ soll es um die emotionale Seite, um die bewusste Bearbeitung des Gedankens „Wie sähe die Zukunft in einer kleineren Immobilie aus?“ gehen. Der Leitgedanke ist „Ich will umziehen, nicht ich muss umziehen“.

Es geht ausdrücklich nicht um rechtliche Schritte und notwendige Formalitäten bei einem Verkauf einer Immobilie oder bei einem Umzug. Sondern um die Fragen: Wie kann ich mich vorbereiten? Gibt es Rituale? Wie gehe ich mit dem Abschied und mit Veränderungen um?

Der Gesprächskreis ist eine Kooperation der Diakonie Oberschwaben Allgäu Bodensee (OAB) und dem Seniorentreff.

Leitung des Gesprächskreises:  
Diakon Gerd Gunßer, Diakonie OAB  
Wolfgang Altendorfer-Munzinger,  
Seniorentreff.

Weitere Termine: 20. und 27. März

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Sonntag**  
9. März

14:30 Uhr **Offener Sonntag**

## **„Ei, wie schmeckt der Coffee süße, lieblicher als 1000 Küsse“**

Von Johann Sebastian Bachs  
Kaffeekantate bis zur Wiener  
Kaffeehausmusik

Ein musikalischer Streifzug durch die  
Erfolgsgeschichte des Kaffees in  
Wort, Bild und Ton mit

Dr. Inge Steinsträsser

Der phänomenale Siegeszug des  
Kaffees in Europa rief sowohl nam-  
hafte Komponisten wie Johann  
Sebastian Bach sowie auch die  
Schöpfer der leichten Muse auf den  
Plan. Vom köstlichen Duft des mun-  
termachenden Getränks inspiriert,  
werden verschiedene Beispiele aus  
der Musikgeschichte in Wort, Bild und  
Ton präsentiert. Dargeboten werden  
in lockerer Reihenfolge u.a. musikali-  
sche Einlagen aus der Wiener  
Kaffeehauskultur oder ein Streifzug  
durch die Cafétradition der Fünfziger-  
jahre des 20. Jahrhunderts. Auch die  
oberschwäbische Kaffeekultur soll zur  
Geltung kommen.

Dabei soll der gemütliche Teil des ge-  
meinsamen Kaffeegenusses, serviert  
mit wohlschmeckendem Kuchen,  
nicht zu kurz kommen.

Aktives Mitmachen des Publikums ist  
willkommen.

Das Haus ist ab 13:30 Uhr geöffnet.



**Montag**  
10. März



9:30 Uhr **Politisches Frühstück** – mit aktuellem Zeitgeschehen und Diskussion. Dr. Günther Mario Gunzelmann und Josef Kopold bieten ein Forum, in dem die Teilnehmer bei einem Brezelfrühstück ihre Erfahrungen und Ansichten einbringen und zu einem lebhaften Austausch beitragen können.

**Dienstag**  
11. März

9:00 Uhr **Bädertour:** Fahrt ins Thermalbad Bad Waldsee. Näheres und Anmeldung im Büro; Fahrtkosten 7 Euro. Um 10:00 Uhr findet im Thermalbad eine Wassergymnastik (ca. 20 Minuten) statt, an der Sie kostenlos teilnehmen können.  
**Bitte melden Sie sich im Büro an.**

**Mittwoch**  
12. März

14:30 Uhr **Fotobuch gestalten – Auffrischungstermin** mit Anne Munzinger und Wolfgang Altendorfer-Munzinger. Dieser Nachmittag richtet sich an Personen die schon einmal an einem Kurs „Fotobuch gestalten“ im Seniorentreff bei den beiden Referenten teilgenommen haben. An diesem Nachmittag wollen wir Kenntnisse auffrischen und Neuheiten besprechen sowie Fragen beantworten, die sich bei Ihnen ergeben haben.  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Donnerstag** 13:00 Uhr  
13. März



Bild: Käserei Leupolz



Bild: B.Unger

## **Kaffee & Kultur Allgäuer Emmentalerkäserei in Leupolz bei Wangen**

(Leitung: Bruno Unger)

Wir besichtigen bei einer etwa einstündigen Führung die Emmentaler-Käserei in Leupolz. Die im Jahre 1960 gegründete Demeter Käserei legt Wert auf traditionelle Handwerkskunst, moderne Technologie und Technik, um besonders aromatische Käsespezialitäten in bester Qualität herzustellen. Wir erleben in einer 60 minütigen Führung die einzelnen Schritte der traditionellen Käseherstellung von Allgäuer Bergkäse und Allgäuer Emmentaler Käse.

Im Anschluss an die Führung können wir auch die Produkte – Käse und Milch – verköstigen.

Je nach Öffnungszeit, können Sie im Anschluss an die Führung, die Produkte und die Produkte der Partner im Werksverkauf erwerben.

Nach dem Besuch in der Käserei kehren wir im Gasthaus Hirsch in Leupolz ein.

Treffpunkt: 13:00 Uhr auf dem Parkplatz der Begegnungsstätte.

(Mit Rollator geeignet).

Teilnehmergebühr: 17 Euro

(Fahrt und Führung mit Verköstigung)

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Sonntag**  
16. März

14:30 Uhr **Offener Sonntag mit den Küchenliederleuten** von der Museumsgesellschaft Ravensburg e.V.. Dem Erhalt und der Pflege alten Kulturgutes widmen sich die „Küchenliederleute“, die regelmäßig in der Region auftreten und ihr Publikum begeistern. Küchenlieder sind ein Stück „Dienstbotenkultur“. Sie bekamen ihren Namen, weil sie vor allem von den Dienstmädchen in den (gründerzeitlichen) Herrschaftshäusern gesungen werden. Verbreitet haben sie u.a. reisende Drehorgelmänner. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Nachmittag mit der Darbietung dieses Kulturgutes. Das Haus ist ab 13:30 Uhr geöffnet.

**Montag**  
17. März

9:00 Uhr **Anmeldebeginn** für den Besuch der **Bregenzer Festspiele** zur Aufführung der Oper „Der Freischütz“ am Sonntag, 3. August 2025. (Näheres siehe Seite 54)

**Dienstag**  
18. März

14:30 Uhr

**„Lichtwirkungen“** – naturwissenschaftliche und medizinische Gesichtspunkte. Sonnen-Licht, Glühlampen-Licht, LED-Licht.

Ein Vortrag mit Dieter Roth.

Licht kann heilen oder auch krankmachen. Ärzte und Therapeuten wissen und nutzen das. Von entscheidender Bedeutung ist hierbei die Art der Lichtquelle. Wir alle kennen von Kindesbeinen an die heilende Kraft des Sonnenlichtes. Oft nachgebildet mit Infrarotlampen für therapeutische Zwecke. Wie verhält es sich aber mit den heutigen modernen Lichtquellen wie etwa das LED-Licht? Wie unterscheiden sich die Lichtquellen vom Sonnenlicht über die Glühfadenlampe und das Neonlicht hin bis zum LED-Licht? Welche Auswirkungen haben die Lichtquellen auf unsere Gesundheit und Psyche? Fragen welche uns die Naturwissenschaft und die Medizin beantworten können. Mit Hilfe einer Power-Point-Präsentation möchte der Referent Antworten zu vorstehenden Fragen präsentieren und die Zuhörer zu eigenen Überlegungen anregen.



Quelle: Dieter Roth

**Mittwoch**  
19. März

10:00 Uhr

**Bio-Biker aufgepasst!**

Sie möchten ohne elektrische Unterstützung in einer Gruppe radeln? Interessierte treffen sich heute im Café des Seniorentreffs. Aus diesem Treffen kann eine selbstorganisierte Gruppe entstehen, die gerne Touren plant und in Gemeinschaft radelt.



<https://de.m.wikipedia.org/wiki/Datei:Fahrrad.svg>



**Mittwoch**  
19. März

10:00 Uhr **Kunst vor der Tür – Großes vor Ort**  
mit Elisabeth Klass:  
**Eine Einführung in die Kunstgeschichte Oberschwabens.**  
**Kunstexkursion nach Neu-Ulm zur Walther-Collection**



Bild: Homepage Walter Collection

Völlig überraschend trifft man mitten im Wohngebiet in Burlafingen/Neu-Ulm auf den Campus der Walther-Collection. In drei Ausstellungshäusern werden in Wechselausstellungen jeweils Teile der umfangreichen Sammlung präsentiert. Es handelt sich um internationale historische Fotografien aus dem 19. Und 20. Jahrhundert. Die Bestände werden durch Forschung und wissenschaftliche Publikationen aufgearbeitet, mit dem Ziel, die soziale Bedeutung und Funktion der Fotografie zu erkunden und die Geschichte der Fotografie zu erweitern. Die aktuelle Ausstellung trägt den Titel: „Wer wir sind. Porträts und vernakulare Fotografie“. Nach einer Einkehr-Pause in der „Seeberger Genusswelt“ besuchen wir die aktuelle Ausstellung in der Villa Rot bei Burgrieden mit dem Thema: „Glänzende Aussichten“. Gezeigt werden Installationen, Wandobjekte, Skulpturen, Fotografien, Zeichnungen sowie Arbeiten aus den Bereichen Film und Kinematografie aus zeitgenössischer Kunst.

Die Ausstellung ist doppeldeutig im Sinne von brilliant, wertvoll, jedoch auch mit skeptischen Elementen.

**Treffpunkt: 10:00 Uhr auf dem Parkplatz der Begegnungsstätte.**

**Rückkehr ca. 16:30 Uhr**

**Teilnahmegebühr: 34 Euro**

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

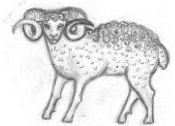
**Donnerstag** 14:30 Uhr Fortsetzung **des Gesprächskreises**  
20. März „**Aus Groß mach Klein**“  
(Näheres siehe Seite 35)

**Freitag** 14:30 Uhr **Mit Tanzimprovisation und**  
21. März **Entspannung ins Wochenende**  
mit Renate Boda  
(Näheres siehe Seite 15)

**Montag** 9:30 Uhr Fortsetzung **Gesprächskreis**  
24. März **Das Geschenk des Älterwerdens**  
mit Thomas Wirth-Essig  
(Nähers siehe Seite 18)

**Dienstag** 9:00 Uhr **Bädertour:** Fahrt ins Thermalbad  
25. März Bad Waldsee. Näheres und Anmel-  
dung im Büro; Fahrtkosten 7 Euro.  
Um 10:00 Uhr findet im Thermalbad  
eine Wassergymnastik  
(ca. 20 Minuten) statt, an der Sie  
kostenlos teilnehmen können.  
**Bitte melden Sie sich im Büro an.**

14:30 Uhr **Geburtstagsfeier**  
für die Sternzeichen Steinbock,  
Wassermann, Fische, Widder, Stier  
und Zwillinge. Es werden **keine per-  
sönlichen** Einladungen versendet.  
**Bitte melden Sie sich im Büro an.**



Die Zeichnungen der Sternzeichen sind von unserer Zeichengruppe bei Frau Herold gestaltet worden.

**Mittwoch**  
26. März

9:00 Uhr **Ostereier aus Garn und ohne Ei basteln** unter Anleitung von Gabriela Wachter.  
Wie bastelt man aus einem Luftballon ein Osterei? Mit Wolle und etwas Kleister. Luftballon aufblasen und zu-knoten. Den Wollfaden (getränkt mit Kleister) am geknoteten Ende des Ballons festbinden.  
Die Wolle kreuz und quer um den Ballon wickeln. Danach 24 h trocknen lassen, Ballon platzen und schon sind die Deko-Eier fertig.  
Wir basteln zusammen - in Gemein-schaft macht es doppelt Spaß.  
Zweiter Termin: 27. März  
Teilnahmegebühr: 2,50 Euro.  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

14:30 Uhr **Deutsche Schreibschrift („Sütterlin“) lesen lernen** mit Manfred Till.  
**Stufe 2:** gemeinsame Leseübungen mit vorgegebenen Schriftstücken.  
(Näheres siehe Seite 34)

**Donnerstag**  
27. März

9:00 Uhr **Ostereier aus Garn und ohne Ei basteln** unter Anleitung von Gabriela Wachter.  
(Näheres siehe 26. März)

14:30 Uhr Fortsetzung **des Gesprächskreises „Aus Groß mach Klein“**  
(Näheres siehe Seite 35)

**Freitag**  
28. März

14:30 Uhr

## **Senioren-Disco**

### **„Generation 55 plus“**

Um im Alter lange fit und gesund zu bleiben, ist ausreichende Bewegung besonders wichtig. Spaß und Unterhaltung sollen dabei nicht zu kurz kommen. Mach **mit** und du bleibst länger **fit!** Bei einer Disco handelt es sich im Allgemeinen um einen Free-style-Spaßanz, für den **kein Partner erforderlich ist**. Sie können in der Disco allein, im Duo oder in einer großen Gruppe tanzen.



<https://wallpaper-cave.com/wp/wp9881189.jpg>

**Montag**  
31. März



9:30 Uhr **Politisches Frühstück** – mit aktuellem Zeitgeschehen und Diskussion. Dr. Günther Mario Gunzelmann und Josef Kopold bieten ein Forum, in dem die Teilnehmer bei einem Brezelfrühstück ihre Erfahrungen und Ansichten einbringen und zu einem lebhaften Austausch beitragen können.

14:30 Uhr **„Auf eine Tasse Tee mit Frau Zinke“ – Osterbräuche**



© Seniorentreff

Wir treffen uns, jeder zuhause vor seinem PC, Laptop oder Tablet, und verbringen eine gemütliche virtuelle Zeit miteinander. Lassen Sie sich überraschen! Genießen Sie dabei eine frisch gebrühte Tasse Tee oder einen guten Kaffee.

Sie sind herzlich zu dieser virtuellen Veranstaltung eingeladen. Sie erhalten den Link dazu in der Woche vorher. Zur Anmeldung benötigen Sie eine E-Mail-Adresse, für die Teilnahme PC, Laptop oder ein Tablet. Anmeldung im Büro.

**Dienstag**  
1. April

14:30 Uhr **Bestattungsvorsorge heute**

Was sollte alles geregelt sein, damit mein Begräbnis nach meinem Willen stattfinden kann und welche finanziellen Möglichkeiten der Absicherung gibt es?

Vieles können wir bereits zu Lebzeiten regeln und vorsorgen. Dies gilt auch für alle Bereiche rundum das Thema „Bestattung“.

Wer vorausplant und wichtige Aspekte der eigenen Beisetzung bereits zu Lebzeiten festlegt, schafft Sicherheit für sich und seine Angehörigen. Die Familie weiß – wenn es soweit ist – in einer emotional herausfordernden Situation, dass sie im Sinne des oder der Verstorbenen handelt. Das ist eine große Entlastung und kann Unstimmigkeiten vorbeugen.

**Thomas Trunz**, Bestattermeister aus Altshausen, wird in seinem Vortrag auf alle Themen eingehen, die sich vorab regeln lassen. Er stellt unter anderem Bestattungsarten und Grabformen vor. Er geht auf die Grabpflege ein und auch auf das sehr wichtige Thema der Finanzierung. In Kooperation mit der Kath. Erwachsenenbildung Ravensburg (KEB)



Katholische Erwachsenenbildung  
Kreis Ravensburg e.V.

**Mittwoch**  
2. April

14:30 Uhr

**Deutsche Schreibschrift („Sütterlin“) lesen lernen** mit Manfred Till.  
Stufe 3: (unterstützendes) Lesen von teilnehmer-eigenen Schriftstücken.  
(Näheres siehe Seite 34)

**Donnerstag**  
3. April

14:30 Uhr

**Austauschtreffen der Kurs- und Gruppenleitungen.**  
Sie erhalten eine separate Einladung.

**Samstag**  
5. April

15.30 Uhr  
bis 17:00 Uhr

**Trommel-Workshop mit Prince Akongo.**

Sie lieben Rhythmen? Sie probieren gerne mal was aus?  
Hier haben Sie die Gelegenheit afrikanische Trommelmusik auszuprobieren. Wir stellen die Djemben, Sie bringen die Bereitschaft mit etwas Neues zu erlernen. Prince Akongo trommelt mit Ihnen und teilt mit Ihnen die Freude an afrikanischer Musik. Machen Sie mit!

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**



Quelle: Marcus Steininger

**Dienstag**  
8. April

14:00 Uhr

**Mitgliederversammlung**

im Saal des Matthäusgemeindehaus,  
Weinbergstraße 12.

Die Belegungsstätte ist nachmittags bis zum Ende der Veranstaltung geschlossen. Anschließend findet dort ein gemütliches Beisammensein statt.

**Es wird keine persönliche Einladung mehr versendet!**

(Näheres siehe Seite 5)



©Seniorentreff

**Mittwoch**  
9. April

14:30 Uhr

## **Seniorenakademie Ravensburg**

Referent: Dr. Jürgen Lackmann

### **Wenn Fische baden gehen.**

*Gesunde Ernährung und Artenvielfalt in Gefahr.*

#### **Erläuterung**

Auf dem Erdgipfel von Rio de Janeiro 1992 wurde u.a. eine „Biodiversitätskonvention“ beschlossen, um die globale Ausrottung von Tier- und Pflanzenarten zu stoppen. Die Agenda 21 liefert einen grundsätzlichen Rahmen zur Beachtung eines umweltethischen Vorsorgeprinzips. Auch die Agenda 2030 für eine nachhaltige Entwicklung aus dem Jahr 2015 formuliert im Ziel 14 („Leben unter Wasser“) eine Beachtung von ethischen Nachhaltigkeitsgrundsätzen für die maritime Mitwelt. Heute muss jedoch festgestellt werden, dass konkrete Umsetzungsschritte dem ökonomischen Zeitgeist geopfert wurden. Diese „Tragik der Allmende“ fordert deshalb Verbraucherinnen und Verbraucher heraus.

Im Vortrag soll deshalb am Beispiel des „Brotfisches“ Kabeljau die Übernutzung natürlicher Ressourcen aufgezeigt werden. Die Diskussion ermöglicht einen Austausch und eine kritische Selbstvergewisserung eigenen Konsumentenverhaltens.

Gebühr: 5 Euro

**Kath. Erwachsenenbildung in Zusammenarbeit mit Seniorentreff**  
**Anmeldung erforderlich im KEB.**



Katholische Erwachsenenbildung  
Kreis Ravensburg e.V.



**Donnerstag**  
10. April

14:30 Uhr

## **Stadtspaziergang**

**mit Baubürgermeister Dirk Bastin**

Führung zur Baugeschichte rund um die Altstadt Ravensburg mit Bürgermeister Dirk Bastin, Leiter des Dezernates III (städt. Bau- und Umweltverwaltung/Recht/Digitalisierung).

Es besteht die Möglichkeit den Raum des ehemaligen Wasserkraftwerkes unter dem Gespinstmarkt zu besichtigen. Der Zugang ist nicht barrierefrei und nur über enge Kellertreppen erreichbar.

**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**



© Stadt Ravensburg/ Fotografin: Anja Köhler

**Freitag**  
11. April

14:00 Uhr

## **Die Klosterbäckerin –**

### **Eine köstliche Kostümführung**

Barock: Der Himmel auf Erden – könnte man meinen! Viel weiß die Klosterbäckerin Theresa Wagner von Altdorf, seinen Bewohnern und deren Leben zu erzählen: Von kuriosen Ereignissen teuflischer Orgelbauer über betrügerische Machenschaften und baulustige Kirchenfürsten bis hin zu kleinen Gaunereien. Gemeinsam mit ihrer musizierenden Freundin Cecilia Pfeiffer gibt sie manch ungeahnte gesellschaftliche Verhältnisse preis.

Lassen Sie sich in die Zeit des barocken Klosterbaus entführen und begleiten Sie die Wagnerin auf eine ebenso spannende wie unterhaltsame Reise durch die Vergangenheit. Treffpunkt: Im Garten des Stadtmuseums im Schloßle, Scherzachstr. 1, Weingarten, bitte kommen Sie pünktlich zur Führung um 14:00 Uhr  
Teilnehmergebühr 9,50 Euro.

**Anmeldung ab 13.01.2025**

**Anmeldeschluss 26.03.2024**



©Marius Hartinger

**Montag**  
14. April

9:30 Uhr

## **Politisches Frühstück –**

mit aktuellem Zeitgeschehen und Diskussion. Dr. Günther Mario Gunzelmann und Josef Kopold bieten ein Forum, in dem die Teilnehmer bei einem Brezelfrühstück ihre Erfahrungen und Ansichten einbringen und zu einem lebhaften Austausch beitragen können.



## April 2025

- Dienstag**  
15. April
- 14:30 Uhr **EDV-Arbeitsgruppe Laptop**  
mit Wolfgang Gebele, für Anfänger mit Grundkenntnissen und auch gerne für etwas Fortgeschrittenere.
- Bitte eigenen Windows-Laptop mitbringen, keine Apple-Geräte.  
(Näheres siehe Seite 63)  
**Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**
- Mittwoch**  
16. April
- 14:30 Uhr **Treffen der Neumitglieder**  
zur Information und geselligem Beisammensein. Sie werden zu dieser Begegnung schriftlich eingeladen (nach Stichtag).
- Dienstag**  
22. April
- 9:00 Uhr **Bädertour:** Fahrt ins Thermalbad Bad Waldsee. Näheres und Anmeldung im Büro; Fahrtkosten 7 Euro. Um 10:00 Uhr findet im Thermalbad eine Wassergymnastik (ca. 20 Minuten) statt, an der Sie kostenlos teilnehmen können.  
**Bitte melden Sie sich im Büro an.**
- Mittwoch**  
23. April
- 14:30 Uhr **Gemütlicher Nachmittag** mit Kaffee und Kuchen im Café.

## Donnerstag

24. April

Wir schauen einem Braumeister mal über die Schulter.



© Brauerei Clemens Härle



© Brauerei Clemens Härle

**Kaffee & Kultur – Führung durch die Brauerei Clemens Härle, Leutkirch** (Leitung: Dr. Jürgen Lackmann) Gottfried Härle leitet in der vierten Generation die Traditionsbrauerei Härle in Leutkirch. Seit Kurzem ist Esther Straub Mitglied der Geschäftsführung. Mit Fug und Recht kann die Firma als „Grüne Brauerei“ beschrieben werden. Kennzeichnend dafür ist, den Schutz unserer natürlichen Lebensgrundlagen zu einem wichtigen Unternehmensziel zu erklären. Aber nicht nur auf dem Papier, sondern vor allem in der alltäglichen Praxis. So zählt das Bekenntnis zur Region und die damit verbundenen kurzen Transportwege zur Unternehmungspraxis: Die gesamte Braugerste stammt ausschließlich aus Oberschwaben, und die Biere gibt's vor allem im Allgäu und in Oberschwaben zu erwerben. Die Handelswaren werden fast ausschließlich von regionalen Lieferanten bezogen. Dies spart Treibstoff und unserer Umwelt eine Menge an schädlichen Emissionen. Auf diesem Hintergrund wird bei einer Führung durch die Brauerei ein Einblick in die Brauqualität und in die nachhaltige, regional ausgerichtete Unternehmenskonzeption gegeben. Eine Einkehr ist vorgesehen. Treffpunkt: 13:00 Uhr auf dem Parkplatz der Begegnungsstätte. Gebühr für Fahrt und Eintritt 22 Euro. **Anmeldung ab 13.01.2025 im Büro.**

**Freitag**  
25. April

14:30 Uhr

## **Senioren-Disco**

### **„Generation 55 plus“**

Um im Alter lange fit und gesund zu bleiben, ist ausreichende Bewegung besonders wichtig. Spaß und Unterhaltung sollen dabei nicht zu kurz kommen. Mach **mit** und du bleibst länger **fit!** Bei einer Disco handelt es sich im Allgemeinen um einen Free-style-Spaßstanz, für den **kein Partner erforderlich ist**. Sie können in der Disco allein, im Duo oder in einer großen Gruppe tanzen.



<https://wallpaper-cave.com/wp/wp9881189.jpg>

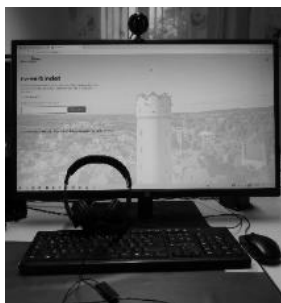
**Montag**  
28. April

14:30 Uhr

## **„Auf eine Tasse Tee mit Frau Zinke“**

Wir treffen uns, jeder zuhause vor seinem PC, Laptop oder Tablet, und verbringen eine gemütliche virtuelle Zeit miteinander. Lassen Sie sich überraschen! Genießen Sie dabei eine frisch gebrühte Tasse Tee oder einen guten Kaffee.

Sie sind herzlich zu dieser virtuellen Veranstaltung eingeladen. Sie erhalten den Link dazu in der Woche vorher. Zur Anmeldung benötigen Sie eine E-Mail-Adresse, für die Teilnahme PC, Laptop oder ein Tablet. Anmeldung im Büro.



© Seniorentreff

**Dienstag**  
29. April

14:30 Uhr

**Saisonabschluss** der Skifahrergruppe im großen Saal.

**Am Freitag, 2. Mai, ist die Begegnungsstätte geschlossen.**

## Fahrten / Reisen

**Sonntag**  
03.08.2025

**Fahrt** (Bus) zu den Bregenzer Festspielen „**Der Freischütz**“ von **Carl Maria von Weber**  
„Der Freischütz“ zählt seit der Uraufführung 1821 zu den populärsten Opern im deutschsprachigen Raum. Erzählt wird die uralte Geschichte vom Pakt mit dem Teufel. Den schließt der Gerichtsschreiber Max ab, um mit einem erfolgreichen Probeschuss um die Hand von Agathe anhalten zu können, der Tochter des Erbförsters. Regisseur Philipp Stölzl hat die Texte dieser Volksooper nach seinen Vorstellungen überarbeitet und damit gründlich entstaubt. Entstanden ist eine spektakuläre Aufführung dieser Oper. Durch frühe Bestellung der Karten können wir wieder die guten, zusammenhängenden Plätze im Block C wie bisher anbieten.

**Anmeldung im Büro ab Montag, 17. März 2025**

(Leitung: Ursula Höhn)

Frau Höhn will nach der Reise in die Wachau keine Reisen mehr organisieren. Wir suchen deshalb eine Nachfolge, die unsere Reisen plant und mit Busunternehmen als Veranstalter organisiert sowie durchführt. Auch für unsere Tagesausflüge, die nur mit Bus oder Zug möglich sind, suchen wir Verstärkung.

Für nähere Informationen wenden Sie sich bitte an das Büro.

## Frühjahrsreise des Seniorentreff 2025:

(Leitung: Ursula Höhn)

### 5. – 9. Mai 2025 “Wachau“

Frühling an der Donau in einem ihrer schönsten Abschnitte – der Wachau. Barocke Klöster, mittelalterliche Burgruinen, reizvolle Winzerdörfer in der von Weinreben übersäten Terrassenlandschaft, geschichtsträchtige Plätze. Dazu eine gute Küche und beste Weine – alles zusammen ein Erlebnisland für Genießer.

Unser Quartier ist in Emmersdorf am Donauufer gegenüber von Melk im \*\*\*\* „Hotel zum Schwarzen Bären“, einem traditionellen Familienbetrieb, seit 1908 im Besitz der Familie Pritz. Von dort führen die Tagestouren u.a. nach Krems, Dürnstein, den Stiften Göttweig und Melk, zum Kloster Altenburg mit dem Kloster unter dem Kloster und zur Burgruine Aggstein. Und natürlich wird auch eine Schifffahrt auf der Donau nicht fehlen.

Die Ausschreibung soll Ende Januar 2025 vorliegen.

**Anmeldung im Büro ab Montag, 17. Februar 2025**

#### Bitte beachten Sie bei unseren Tagesfahrten und Reisen:

- Die Teilnahme an allen Ausfahrten/Reisen erfolgt auf eigenes Risiko ohne Haftung der Reiseleitung oder des Vereins – außer in Fällen von Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit.
- Es gelten die in der Ausschreibung angegebenen Kosten/Bedingungen.
- Zu Anmeldung und evtl. Rücktritt beachten Sie bitte die Angaben bei den einzelnen Angeboten.
- Am ersten Tag der Anmeldung werden ausschließlich persönliche Anmeldungen angenommen.  
Telefonische oder elektronische Anmeldungen (Mails) sind erst ab dem zweiten Tag möglich.  
Bei Mails wird der zeitliche Eingang ab dem zweiten Tag der Anmeldung berücksichtigt. Vorher eingegangene Mails werden gelöscht.  
Für Nichtmitglieder ist die Anmeldung ab der zweiten Woche nach Anmeldungsbeginn möglich.
- Es können von einer Person maximal 2 Teilnehmer angemeldet werden.
- Die Tagesfahrten können nur bar bezahlt werden.

Aus organisatorischen Gründen (Gleichberechtigung der Mitglieder, Abläufe im Büro, Abrechnung) können von diesen Voraussetzungen keine Ausnahmen gemacht werden.

## Reise in die Lausitz vom 6. – 13. Oktober 2024

### Reise aus der Türmestadt Ravensburg in die Türmestadt Bautzen

Am Sonntag, 06. Oktober verließen wir früh um 7 Uhr Ravensburg. Bei einer ersten Pause an einer Raststätte genossen wir Kaffee und herrliches Rosinenzopfbrot. Die Fahrt ging über Ulm, Nürnberg, Bayreuth, vorbei an Chemnitz. Unweit von Dresden besuchten wir mit Führung das Barockschloss Rammenau, eine der schönsten Landbarockanlagen Sachsens. Gegen 18 Uhr bezogen wir unsere Zimmer im Best Western Hotel in Bautzen, direkt an der Altstadt gelegen, das mit sehr gutem Frühstücks- und Abendbuffet für unser Wohl sorgte.

Montag, der 07. Oktober bot gleich drei eindrucksvolle Ausflugsziele. Zunächst wurde bei einer Führung in Herrnhut der weiße Kirchensaal als Vorbild für Kirchengebäude der Brüdergemeinde weltweit vorgestellt. Danach besuchten wir den Gottesacker mit den gleich aussehenden Grabplatten und anschließend die Schauwerkstatt der Herrnhuter Sterne. Weiter auf der Fahrt durch die Oberlausitz gelangten wir nach Obercunnersdorf mit ca. 250 Umgebendehäusern. Bei dem geführten Rundgang entdeckten wir Türstöcke aus Granit, kunstgerecht vergitterte Haus- und Gewölbefenster, abwechslungsreich gestaltete Verschiefungen, Fensterverkleidungen und Umgebendesäulen. Besonders in Erinnerung wird das älteste Umgebendehaus bleiben, das „Schunkelhaus“, welches bis 1990 bewohnt war. Auf dem Rückweg nach Bautzen besichtigten wir auf dem Löbauer Berg den grazilen und einzigen gusseisernen Turm Europas von 1854, von dem aus bei 448 Meter ü.d.M. ein atemberaubender Blick auf das Oberlausitzer Bergland möglich war.

Der busfreie Dienstag, 08. Oktober war der Besichtigung von Bautzen gewidmet. Die über 1000-jährige Stadt mit 17 Türmen und Bastionen ist das kulturelle Zentrum der Sorbischen Minderheit. Die Beschriftungen der Schilder an Straßen, Orteingängen, Bahnhöfen und öffentlichen Gebäuden sind zweisprachig deutsch und sorbisch und sind das sichtbarste Zeichen, dass seit Jahrhunderten Sorben in der Region zu Hause sind. Eine Stadtführung mit Besichtigung des Doms St. Petri, der größten Simultankirche Deutschlands, und der Aufstieg auf den Matthiasturm gab interessante Einblicke.

Mittwoch, 09. Oktober fuhren wir nach Zittau. Die Stadt am Fuße des Zittauer Gebirges beherbergt einzigartige sakrale Schätze. Im Mittelalter war es üblich, den Chorraum der Kirchen in der vorösterlichen Fastenzeit mit großen Tüchern zu verhängen. In Zittau sind zwei dieser Tücher erhalten geblieben.



## Reise in die Lausitz vom 6. – 13. Oktober 2024

Das Kleine Zittauer Fastentuch mit 4,30 Meter Höhe und 3,40 Meter Breite ist im einstigen Franziskanerkloster ausgestellt. Das Große Zittauer Fastentuch mit 8,20 Meter Höhe und 6,80 Meter Breite wurde uns in der größten Museums vitrine der Welt in der eigens dafür sanierten Kirche zum Heiligen Kreuz präsentiert. Im Naturpark Zittauer Gebirge besichtigten wir mit einer Führung die Bergkirche, auch genannt das „Hochzeitskirchlein“. Einige Teilnehmer „kletterten“ hoch zu den romantischen Ruinen der böhmischen Königsburg und des Klosters Oybin, weithin bekannt gemacht durch Maler der Romantik.

Am Donnerstag, 10. Oktober sahen wir auf der Fahrt nach Görlitz eine Formation von Kranichen auf dem Flug gen Süden. Originale und inzwischen aufwändig sanierte Bauwerke aus mehr als fünf Jahrhunderten haben das Antlitz von Görlitz an der Neiße geprägt. Görlitz war Drehort für einige erfolgreiche Kinofilme. Nach einer Stadtführung durch die Altstadt genossen wir in der Peterskirche ein Orgelkonzert mit der berühmten Sonnenorgel. Der restliche Tag blieb zur freien Verfügung, zum Beispiel für einen Besuch im Schlesischen Museum im Schönhof, einem der beeindruckendsten Renaissancebauten der Görlitzer Altstadt oder einem Spaziergang über die Neiße hinüber ins polnische Zgorzelec.

Am Freitag, 11. Oktober ging es nach Norden in die Niederlausitz, zuerst zum Schloss Branitz mit Park, wo in einer der beiden Pyramiden, im Tumulus, das Herz des Fürsten von Pückler-Muskau und seine Gattin bestattet sind. Die Mittagspause verbrachten wir in Cottbus. Der Ortsname erinnerte sogleich an den Zungenbrecher „Der Cottbuser Postkutscher putzt den Cottbuser Post-Kutsch-Kasten“. Am Nachmittag ging die Fahrt weiter nach Bad Muskau, in den berühmten Fürst-Pückler-Park. Er gilt als der wohl schönste Park auf dem Kontinent. Am Spätnachmittag lag über dem Park eine friedliche Stimmung, sogar ein Regenbogen zeigte sich. Die Rückfahrt verlief vorbei an Spremberg mit der „Schwarzen Pumpe“, einem Braunkohle-Großkraftwerk.

Am Samstag, 12. Oktober besuchten wir das Kloster St. Marienstern am Rand von Panschwitz-Kuckau. Das Zisterzienserinnenkloster ist eine der ältesten Klosteranlagen der Oberlausitz. Wir hatten dort eine recht humorvolle Führung in der Kirche und in der Schatzkammer, wo sich auch zwei Figuren einer schwangeren Muttergottes befinden. Mittags fuhren wir in die Geburtsstadt Lessings, nach Kamenz. Bei einer Stadtführung lernten wir die vierschiffige Hauptkirche St. Marien kennen, wo Lessings Vater Pfarrer war.

## Fahrten / Reisen

In der ehemaligen Klosterkirche St. Annen/Sakralmuseum bewunderten wir die fünf spätgotischen Schnitzaltäre. Sie bilden mit der benachbarten Abtei St. Marienstern eine Doppelstation an der Via Sacra, welche einzigartige sakrale Bauwerke und Kunstschätze in der Oberlausitz, Niederschlesien und Nordböhmen verbindet.

Am Rückreisetag, Sonntag 13. Oktober besichtigten wir nahe Chemnitz das Schloss Lichtenwalde. Das dreiflügelige Barockschloss ist von einem der schönsten Barockgärten Deutschlands umgeben und punktet zurzeit mit einer großen Kürbisausstellung. Nach dem Mittagessen im Schlossgasthaus Lichtenwalde ging die Heimfahrt vorbei an herbstlich gefärbten Bäumen. Dank der angenehmen Fahrweise von Herrn Bodenmüller erreichten wir Ravensburg gegen 20 Uhr. Es war wieder eine gelungene Reise, von Frau Höhn bis ins Kleinste geplant und vorbereitet. Wir danken ihr alle sehr dafür.

*Bericht und Foto: Doris Herzog*



## Aktuelle Infos

Bitte denken Sie daran, dass unsere E-Mail-Adresse schon länger geändert wurde. Wir sind unter [kontakt@seniorentreff-rv.de](mailto:kontakt@seniorentreff-rv.de) erreichbar. Bitte beachten Sie dies und ändern die Adresse, falls noch nicht erfolgt. Bitte schauen Sie nach, ob Sie unsere aktuelle E-Mail-Adresse abgespeichert haben.

Denken Sie bitte auch daran, dass Sie uns Änderungen Ihrer Kontaktdaten weitergeben. Wenn Sie mittlerweile eine E-Mail-Adresse haben, teilen Sie uns diese bitte mit.



### **Programmheft:**

Alle Mitglieder sind angehalten ihr Programm im Büro abzuholen. Wir sind bemüht, dass das Programm spätestens eine Woche vor dem nächsten Tertial im Büro bereitliegt. Gerne können Sie vorab nachfragen. Vielen Dank an die fleißigen Austräger unseres Programmes. Sie helfen dem Verein damit Kosten zu sparen und dass die Programme zeitnah bei den Mitgliedern ankommen.



Wenn Sie **Ideen oder Anregungen für das Programm** des Seniorentreffs haben, die immer herzlich willkommen sind, melden Sie sich bitte im Büro bei Frau Zinke. Das nächste Treffen für das neue Programm findet am

**Dienstag, 11. Januar 2025 um 10:00 Uhr** in unserem Café statt. Sie sind herzlich eingeladen.

Bitte melden Sie sich im Büro an.

Neu: Es wurde im Eingangsbereich eine Box eingerichtet. In diese können Sie, als Ergänzung zum persönlichem Gespräch, Anregungen und Ideen einwerfen.

## Aktuelle Infos

Freie Plätze beim Angebot: „**Mit Meditation in den Tag starten**“, mittwochs um 8:30 Uhr mit Beate Alt. Termine siehe Seite 13.

Wollten Sie schon immer mal meditieren, wussten aber nicht, wo und wie?

Meditieren Sie gelegentlich/regelmäßig, jedoch alleine?

Dann kommen Sie und wir meditieren gemeinsam mit geführter Meditation, Stillemeditation und evtl. Gehmeditation.

Unsere Meditation ist konfessionslos. Sie ist bedingungslose Konzentration und Rückbesinnung. Lassen Sie sich ein auf die tiefe Begegnung mit dem Menschen, der Ihnen am nächsten steht: mit Ihnen selbst.

Wir hören dem eigenen Selbst zu und werden dabei ruhiger - ein guter Start in den Tag.

Bitte mitbringen: warme Socken, evtl. eine Decke und evtl. eine Unterlage für den Boden, bequeme Kleidung, und falls vorhanden Meditationskissen oder -bänkchen. Natürlich können Sie auch gerne auch auf dem Stuhl sitzend meditieren.

Nähere Auskunft und Anmeldung im Büro.



Im Kurs **Spanisch Anfänger** mittwochs 11:00 Uhr ist noch Platz. Schnuppern ist jederzeit möglich, Infos im Büro.



In unserer offenen Gruppe „**Handarbeiten aller Art**“ (eigenes Material und für den Eigenbedarf) donnerstagnachmittags von 14:00 – 16:00 Uhr sind weitere Teilnehmende willkommen



Beim **Steppen und im Ballett** unter der Leitung von Ilse Schneider sind Plätze frei. Neue Mittänzerinnen und Mittänzer sind herzlich Willkommen.

### Neue Fotogruppe

Wir sind eine Gruppe von interessierten Laien, die sich einmal im Monat trifft.

Wir fotografieren mit Systemkameras, nicht mit Handys.

Unser Ziel ist es, sich mit den vielfältigen Möglichkeiten unserer Kameras auseinanderzusetzen – weg von der Automatik, hin zu den manuellen Einstellungen. Ebenso geht es um die Regeln der Bildgestaltung und Bildkomposition. Wir beschäftigen uns nicht nur mit der Theorie, sondern wollen dies auch in der Praxis umsetzen (Fototouren). Die Termine finden auf Seite 13.



### Neue Gruppe „Spaziergänger“

Gehen ist die beste Medizin des Menschen und die Mobilität fördert die Gesundheit und die Lebensqualität.

„Wenn Sie es sich vorstellen können, können Sie es auch tun.“

Wir freuen uns, wenn Sie mit uns spazieren gehen und Teil dieser Gruppe, die 2 bis max. 5km läuft, werden. Nach jedem Spaziergang ist eine Einkehr geplant.

Die Gruppe wird von Herrn und Frau Pizzutilo organisiert und begleitet. Der Treffpunkt ist vorerst jeweils um 14:30 Uhr am Seniorentreff.

Die Termine finden auf Seite 13.



Die **Bio-Radfahrgruppe** (Fahren ohne „E“) trifft sich am 19. März 2025 um 10:00 Uhr im Café. Alle, die mit Muskelkraft auf Touren unterwegs sein wollen, können gerne zu diesem Termin kommen. An diesem Termin wird geklärt, wie sich die Gruppe organisiert.

Sitzen – Tanzen - Freude

### Tanzen im Sitzen

Bei dieser Art des Tanzes sitzen die Seniorinnen und Senioren in der Regel auf einem Stuhl im Kreis und bewegen sich rhythmisch zur Musik. Das macht Spaß, schult die Bewegungsabläufe, fördert die Durchblutung des Kreislaufsystems und kann langfristig auch Beweglichkeit und Körperkoordination steigern. Gerade für hochbetagte Menschen ist diese Form der Bewegung ideal geeignet. Denn Sitztanzen kombiniert spielerisch vertraute Musik mit einfachen Bewegungen. Das Sitztanzen in Gruppe fördert das Gemeinschaftsgefühl und die Kommunikation unter den Teilnehmenden.  
*Tanz dich fit, komm mach einfach mit!*



©Gabriela Wachter



**Woll- und Stoffspenden** können Sie gerne nach telefonischer Rücksprache im Büro abgeben



Unser **Chor** unter der Leitung von Hermann Stein freut sich über weitere Sängerinnen und Sänger. Die Termine finden Sie auf Seite 13. Kommen Sie gerne zum Schnuppern.

### **EDV-Arbeitsgruppen**

mit Wolfgang Gebele, am 28.01, 06.02, 18.02. und am 15.04.25 jeweils von 14:15 - 16:45 Uhr.

Die Themen zu den Terminen finden Sie unter den monatlichen Einzelveranstaltungen.

Vielfach wurde der Wunsch geäußert, mit dem eigenen Handy, Tablet bzw. Laptop besser umgehen zu können und neue Funktionen zu erlernen.

Wir haben für Arbeits- und Lerngruppen einen sehr großen Multifunktions-Bildschirm gekauft. Auf diesem kann der Bildschirminhalt des Handys vom Tutor und auch wahlweise eines Teilnehmers sehr groß, für alle sichtbar, dargestellt werden. Auch kann ein Handy übersichtlich am großen Bildschirm bedient werden.

Sie können in der Gruppe gerne Wünsche äußern, welche Themen bearbeitet werden sollen. Haben Sie jedoch besondere Wünsche, technische oder Bedienungsprobleme, wenden Sie sich bitte an die Einzelberater.

Vereinbaren Sie über das Büro einen Beratungstermin.

Wir bieten die Teilnahme in drei Kleingruppen für Handy- bzw. Tabletbesitzer, sowie eine Kleingruppe für Laptopbesitzer an. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit und melden Sie sich für die gewünschte Gruppe an. Die vier Gruppen bauen nicht aufeinander auf, Sie können sich zu den einzelnen Workshops oder zu allen vier Terminen anmelden.



### **NEU – Puzzleecke – Neu**

Wir haben im Café eine Puzzleecke eingerichtet. Sie können jederzeit zum Puzzeln vorbeikommen oder eine evtl. Wartezeit mit puzzeln überbrücken. Nach Fertigstellung wird ein anderes Motiv aufgelegt. Wenn sie noch vollständige oder neue Puzzle zum Verschenken haben, nehmen wir diese nach Rücksprache gerne an.

## Aktuelle Infos

Jeden Freitag um 14:30 Uhr treffen sich Schachspieler in unserem Café. Hobbyspielende mit mehr oder weniger Spielerpraxis sind jederzeit herzlich willkommen. Einfach zum Schnuppern vorbeikommen.



In der Gruppe „Handarbeiten für soziale Zwecke“ dürfen gerne noch weitere Kreative, die sich bei dem Projekt „Weihnachten im Schuhkarton“ einbringen möchten, dazukommen



### **Wir brauchen Unterstützung und suchen ehrenamtliche Helfende:**

- Reise-Organisationsteam: Ehrenamtliche, die Tagesfahrten und Reisen organisieren und begleiten
- Gruppenleitung/ Tourenleitung Radwandergruppe
- ehrenamtliche Musiker für Feste und Veranstaltungen
- ehrenamtliche Musiker für die wöchentliche Veranstaltung für „Singen für alle“
- Helfende im Gartenteam
- Ehrenamtliche, die den Gartenabfall in ihrem eigenen PKW wegfahren
- Lehrende für weitere Sprach- und Konversationskurse
- Ehrenamtliche, die Feste und Feiern mitgestalten (z.B. Geburtstagsfeier)

Nähere Infos zu den Inhalten und Rahmenbedingungen der jeweiligen ehrenamtlichen Tätigkeit erhalten Sie im Büro. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung.



## Aktuelle Infos

### Feste 2025

Rosenmontag- Fasnet	Montag, 03. März 2025
Mitgliederversammlung	Dienstag, 08. April 2025
Grillhockete	Donnerstag, 26. Juni 2025
Danke- Ehrenamt	Donnerstag, 03. Juli 2025
Serenade	Donnerstag, 10. Juli 2025
Sommerfest	Freitag, 01. August 2025
Herbstfest	Freitag, 17. Oktober 2025
Adventsfeier	Dienstag, 02. Dezember 2025

### Schließtage 2025/ 2026

Weihnachten/ Neujahr 2024/ 2025	23.12.2024 – 06.01.2025
Rosenmontag, keine Kurse, buntes Treiben im Haus	03.03.2025
Brückentag, 1. Mai	02.05.2025
Brückentag, Christi Himmelfahrt	30.05.2025
Pfingsten	10.06.2025 – 13.06.2025
Brückentag, Fronleichnam	20.06.2025
Rutenmontag	28.07.2025
Sommer	11.08.2025 – 05.09.2025
Weihnachten/ Neujahr 2025/ 2026	22.12.2025 – 06.01.2026

## Aktuelle Infos

Werbung Silbertelefon:

Über 60 und niemand da zum Reden? Silbertelefon - einfach mal reden. Täglich von 08:00 - 22:00Uhr unter der Telefonnummer 0800 4 70 80 90 erreichbar. Um hier anzurufen, braucht es keine Krise und kein Problem – der Wunsch zu reden genügt. Das Gespräch ist anonym, vertraulich und kostenfrei. Wir hören zu, nehmen Anteil, ermutigen und können erste Informationen geben. Auf Wunsch wird eine Silbernetzfreundin oder einen Silbernetzfreund vermittelt. Silbernetz-Freunde sind freiwillige Unterstützer, die einmal pro Woche zu einer zwischen beiden Gesprächspartnern vereinbarten Zeit ältere Menschen für eine Stunde anrufen. Das ist ein persönlicher Kontakt und vertrauliches Gespräch – regelmäßig und zuverlässig. Die Silbernetz-Freunde fragen nach und hören zu. Sie können zu ersten Schritten aus der Isolation ermutigen. Mehr unter <https://www.silbernetz.org/>



Bitte beachten Sie, dass Getränke  
**immer** vom Seniorentreff  
abgenommen werden müssen!  
Vielen Dank.

## Aktion Hoffnungsbären

Machen Sie mit beim Projekt der Freiwilligenagentur und dekorieren Sie kleine Bären.

Mit den Hoffnungsbären möchte die Freiwilligenagentur Ravensburg Kindern und Jugendlichen, die aufgrund von Krankheiten, Unfällen, Gewalt und anderen persönlichen Katastrophen traumatisiert sind, einen Funken Hoffnung schenken. Dafür brauchen wir Ihre Hilfe:

Bitte holen Sie einen oder mehrere Bären bei der Freiwilligenagentur im Rathaus ab. Die Bären sind für Sie kostenlos und werden vom Kinderschutzbund Ravensburg finanziert. Dann dekorieren Sie diese liebevoll allein oder mit Freundinnen oder Freunden. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt: Sie können z. B. stricken, häkeln oder nähen und kleine Accessoires hinzugeben. Die dekorierten Bären bringen Sie dann zur Freiwilligenagentur zurück. Sie werden an Organisationen übergeben, die mit traumatisierten Kindern in Kontakt kommen oder bereits in Kontakt sind. Es werden viele Bären benötigt. Vielen Dank für Ihr Engagement!

[www.ravensburg.de/hoffnungsbaeren](http://www.ravensburg.de/hoffnungsbaeren)



Bildquelle: Stadt Ravensburg

## PC-, Internet-, Handyberatung

### **Montag**

PC, Laptop, Tablet und Smartphone (Android und Apple)  
mit Wolfgang Gebele von 14:00 Uhr - 14:45 Uhr,  
14:45 Uhr - 15:30 Uhr, 15:30 Uhr - 16:15 Uhr  
sowie von 16:15 Uhr – 17:00 Uhr

### **Mittwoch**

PC, Laptop, Tablet und Smartphone (Android)  
mit Wolfgang Altendorfer-Munzinger von 9:15 Uhr – 10:00 Uhr  
und von 10:00 Uhr - 10:45 Uhr

### **Donnerstag**

Tablet und Smartphone (Android)  
mit Petra Traub von 9:00 Uhr - 9:45 Uhr

PC, Tablet und Smartphone (Android)  
mit Jürgen Winkel von 10:00 Uhr - 10:45 Uhr  
und von 11:00 Uhr - 11:45 Uhr

### **Nach telefonischer Vereinbarung:**

PC, Laptop und iPhone (Apple) mit Stefan Berger

### **Anmeldung im Büro erforderlich**

Kostenbeitrag:

Mitglieder pro UE 2 Euro

Nichtmitglieder pro UE 5 Euro

# Radwandergruppe

## 1. Allgemeines

In unserer Radlergruppe sind alle Radlerinnen und Radler herzlich willkommen. Unsere Radfahrtsaison dauert von März bis Oktober.

## 2. Ausfahrten

Vom 19. März bis Ende Oktober 2025 treffen sich alle an unseren Radtouren interessierten Seniorinnen und Senioren wöchentlich mittwochs. Die Touren beginnen in der Regel um 13:30 Uhr; in den Monaten Juli und August um 9:30 Uhr. Die Halbtagestouren sind im Umkreis von Ravensburg und sind ca. 35 bis 45 km lang. Die Ganztagestouren führen auch in etwas entferntere Gegenden. Dazu treffen sich die Teilnehmer mit ihren Fahrrädern an den Ausgangspunkten. Treffpunkte und Abfahrzeiten werden jeweils in der Radler WhatsApp veröffentlicht. Der Abschluss jeder Radtour findet nach Möglichkeit in einer Gaststätte oder einem Cafe nahe Ravensburg statt. Sollte keine eindeutige Wittersituation bestehen, so gibt der Tourenleiter über WhatsApp oder telefonisch Auskunft 'darüber ob die Tour stattfindet oder die Radtour auf einen anderen Tag verschoben wird. Die Teilnehmer sollten sich ein Tag vor Tourbeginn über die Radler App anmelden bzw. bei nicht Antreten wieder Abmelden.

## 3. Programm 2025

Hilfe ! Wir haben zu wenig Tourenleiter.

Die hier geplanten Touren sind nicht verbindlich und können noch abgeändert werden. Jede oder jeder von unseren Teilnehmern kennt sicherlich zumindest einen Teil seiner Umgebung und könnte Vorschläge für Touren machen. Wir freuen uns auf Vorschläge zu neuen Touren.

Jeder Teilnehmer kann gerne selbst eine Tour vorschlagen oder führen. Bitte helfen Sie mit, damit wir mehr als nur ein paar wenige Tourenleiter haben, denn oft haben wir so viele Teilnehmer, dass wir für eine zweite Gruppe mit einem zweiten Tourenleiter bilden sollten. Auf Ihre Anfrage helfen wir auch gerne bei der Ausgestaltung und/oder Tourenführung mit.

**Alle Teilnehmende fahren auf eigenes Risiko. Weder die Tourenleitung noch der Seniorentreff Ravensburg e. V. kann für eventuelle Unfälle und deren Folgen haftbar gemacht werden – außer in Fällen von Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit.**

# Radwandergruppe

<b>Tag</b>	<b>Monat</b>	<b>Fahrtrichtung oder Ziel</b>	<b>Tourenleiter</b>	<b>km</b>	<b>T/H</b>
19	März	Hinzistobel – Siggenweiler – RV	Josef Merk	26	H
26		Zocklerland	Schobloch Hans	40	H
02	April				
09		Quer durchs Schussental	Josef Merk	35	H
16		Baienf. Mochenwangen, Einkehr i.Cafe Staig	Usch u. Peter	35	H
23					
30		Rund um Ravensburg	Roland Haller	55	T
07	Mai	Blütenfahrt	Merk Josef	45	H
14		Kressbronn Irisblüte	Jutta	65	T
21					
28		Waldburg - Amtzel I -Bod- negg - Fidazhofen	Siggi Muth	50	T
04	Juni				
11		Degersee im Einkehr vor Ort	Usch u. Peter	55	T
18		Mochenwangen-Durles- bach-Waldsee-Reute	Siggi Muth	55	T
25		Fallenbrunnen	Josef Merk	46	T

T = Tagestour, H = Halbtagestour

# Radwandergruppe

- Ganztagestouren sind grau unterlegt.
- Bei zweifelhafter Witterung bitte WhatsApp beachten.
- Die Tourenleiter empfehlen dringend bei allen Ausfahrten einen Helm zu tragen.
- Der Tourenleiter sollte nicht überholt werden.
- Wer die Tour oder den Schlussmann verlässt, sollte sich bei diesem abmelden.
- Alle Teilnehmer fahren auf eigenes Risiko. Weder der Tourenleiter noch der Seniorentreff Ravensburg e.V. kann für eventuelle Unfälle und deren Folgen haftbar gemacht werden.

## 4. Organisation der Radwandergruppe

Jedes Leitungsteammitglied ist für einen bestimmten Zeitraum Ansprechpartner für den Seniorentreff sowie für die Radlerinnen und Radler und gibt jeweils die vorgesehenen Touren in die Radler-Whatsapp-Gruppe ein.

Aus Gründen des Datenschutzes sind nachstehend nur die Telefonnummern aufgeführt.

### 5.1 Leitungsteam der Radwandergruppe 2025

Verantwortlich für die Zeit	Name	Verantwortlich für die Zeit	Name
01.01.25– 30.04.25	Muth Siegfried 0751/16168	01.07.25 – 31.08.24	Merk Josef 0751/3524497
01.05.25 – 30.06.25	Merk Josef 0751/3524497	01.09.25 – 31.12.25	Muth Siegfried 0751/16168

### 5.2. Tourenleiter

Albrecht, Franz	Meier, Horst
Faivre, Jutta	Merk, Josef
Frey, Uschi und Peter	Muth, Siegfried
Guffanti-Rinner, Horst	Schlotter, Luitgard
Haller, Roland	Schobloch, Hans
Kamm, Margit	Wäschle, Sigrid

## Winterprogramm der Skifahrergruppe

Abhängig vom Wetter kann sich die Planung verändern.  
 Die Einladung an die Mitglieder der Skifahrergruppe zu den  
 Veranstaltungen erfolgt rechtzeitig.  
 Bitte meldet eure Teilnahme dann umgehend an den Organisator.

KW	Datum	Veranstaltung	Organisa- tor*in
2	Mo. 06.01. – Fr. 10.01.	Sonnenkopf Winterwanderung	Stani/Dieter/ Myrta
3	Mo. 13.01. – Fr. 17.01.	Steibis Winterwanderung	Dieter/Stani/ Myrta
4	Mo. 20.01. – Fr. 24.01.	Balderschwang Winterwanderung	Stani Myrta
5	Mo. 27.01.	14:30 Uhr Skifahrtreffen im Seniorentreff, kleiner Saal	
5	Mo. 27.01. – Fr. 31.01.	Warth	Dieter
6	Mo. 03.02. – Fr. 07.02.	Mellau	Stani
7	Mo. 10.02. – Fr. 14.02.	Diedamskopf	Stani
8	Mo. 17.02. – Fr. 21.02.	Sonnenkopf Winterwanderung	Dieter Myrta
9	Mo. 24.02.	14:30 Uhr Skifahrtreffen im Seniorentreff, kleiner Saal	
9	Mo. 24.02. – Fr. 28.02.	Balderschwang Winterwanderung	Dieter Myrta
10	Mo. 03.03. – Fr. 07.03. Faschings- woche	Steibis Winterwanderung	Stani Myrta



## Winterprogramm der Skifahrergruppe

12	Mo. 17.03. – Fr. 21.03.	Laterns Winterwanderung	Stani Myrta
13	Mo. 24.03.	14:30 Uhr Skifahrertreffen im Seniorentreff, kleiner Saal	
13	Mo. 24.03. – Fr. 28.03.	Diedamskopf	Stani
14	Mo. 31.03. – Fr. 04.04.	Sonnenkopf Winterwanderung	Dieter Myrta
15	Mo. 07.04. – Fr. 11.04.	Warth	Stani
16	Mo. 14.04. – Fr. 18.04.	Sonnenkopf Winterwanderung	Dieter Myrta
17	Mo. 21.04. – Fr. 25.04. Osterwoche	Stuben od. St. Anton Rendl	Stani/Dieter
18	Di. 29.04.	14:30 Uhr Saisonabschluss- feier im Seniorentreff, großer Saal	

## Winterprogramm der Skifahrergruppe

Myrta Schneider organisiert bei den Skiausfahrten begleitende Winterwanderungen für beteiligte Nichtskifahrer

- Interessenten für Skiausfahrten/Winterwanderungen melden sich bitte rechtzeitig per E-Mail oder Telefon bei den jeweiligen Skileitern an
- Der jeweilige Leiter der Skiausfahrten informiert per E-Mail alle Skifahrer + Winterwanderer zwei Tage vor der Ausfahrt über evtl. Änderungen – Ausfahrtsziel, Abfahrtszeit oder Ausfahrtstag. Die Teilnehmer melden sich daraufhin bitte umgehend bei den Skiausfahrtsleitern zur Neuerfassung.

### **Leitungsteam Skifahrergruppe für Skiausfahrten 2025:**

Dieter Allmendinger 0751-61246                      0152-020 465 57

[allmendingerdw@arcor.de](mailto:allmendingerdw@arcor.de)

Stanislaus Lazar 0751-91310                      0157-757 423 13

[stanislaus.lazar@gmail.com](mailto:stanislaus.lazar@gmail.com)

### **Zuständig für Winterwanderungen bei Skiausfahrten 2025:**

Myrta Schneider 07504-607                      0170-287 272 3

[myrtaschneider@hotmail.com](mailto:myrtaschneider@hotmail.com)

### **Koordination:**

Veronika Bouley 0751-35 30 04                      0151-673 187 38

[veronika.bouley@t-online.de](mailto:veronika.bouley@t-online.de)

# Wanderprogramm 2025 der Bergwandergruppe

Datum	Start	Ziel	Gehzeit Std.	Aufstieg hm	Abstieg hm	Name
7. Jan.	10:00	Schmalegger Tobel	2:30	200	200	Roswitha
20. Jan.	14:30	Besprechung				
21. Jan.	10:00	Wetzisreute - Waldburg	3:30	140	140	Ursula
4. Feb.	10:00	Hotterlochtobel	2:30	50	50	Rita/ Egon
18. Feb.	10:00	Runde um Bussen	3:00	200	200	Bruno
4. Mrz.	10:00	Stiller Bach - Barbarossa Stein - Altdorfer Wald	3:00	210	210	Beate
18. Mrz.	9:00	Benzenhofer Schlösschen - Kloster Kellenried	4:00	120	120	Maria/ Hilde
1. Apr.	9:00	Pfrunger- Burgweiler Ried	4:00	120	120	Jürgen
14. Apr.	14:30	Besprechung				
15. Apr.	8:00	Rappenloch- u. Alplochschlucht	3:30	390	390	Rita/ Egon
29. Apr.	8:00	A: Hittisau - Hittisberg B: Hittisau - Hittisbergalpen	5:30 4:30	650 450	650 450	Hermann
5. Mai.	14:30	Besprechung				
6. Mai.	9:00	Z - Ellhofer Tobel	3:30	250	250	Michael
11. - 18. Mai		Wanderwoche Beilngries, Altmühltal				Heinz
20. Mai.	9:00	Z - Schwarzer Grat	3:00	350	350	Irene/ Martin
26. Mai.	14:30	Besprechung				
27. Mai.	8:00	A: Fähnerenspitze, Appenzell B: ohne Gipfel	5:00 4:00	650 500	650 500	Hermann

## Wanderprogramm 2025 der Bergwandergruppe

Datum	Start	Ziel	Gehzeit Std.	Aufstieg hm	Abstieg hm	Name
3. Jun.	9:00	Z - Friedrichshafen nach Langenargen	3:30	20	20	Elvira/ Gudrun
10. Jun.	7:00	A: Fürstin-Gina-Weg, Lichtenstein B: Mit Seilbahn nach Sareis	6:00 5:00	900 550	900 550	Hermann
17. Jun.	9:00	Z - Hohentwiel - Staufen	3:00	265	265	Irene/ Martin
23. Jun.	14:30	Besprechung				
24. Jun.	7:00	A: Nebelhornbahn - Oytal B: Nebelhornbahn – Seealpsee	4:00 3:00	40 300	900 300	Edgar
1. Jul.	8:00	Z - Aigis - Königsalpe	3:00	350	350	Heinz
8. Jul.	7:00	Golmer- u. Latschätzer Höhenweg	4:30	600	600	Bruno
15. Jul.	9:00	Z - Ruine Bodman – Kloster Frauenberg	3:30	325	325	Gertrud/ Maria
21. Jul.	14:30	Besprechung				
22. Jul.	7:00	A: Breithorn, Großes Walsertal B: Garmilsattel	6:00 4:00	800 450	800 450	Stani
29. Jul.	9:00	Z - Blitzenreuter Seen- platte	3:00	50	50	Dorothee
5. Aug.	7:00	A: Portlahorn u. Sünser Spitze B: Portlahorn u. Sünser See	4:30 3:30	540 300	540 300	Bruno
12. Aug.	9:00	Z - Untere Hausbach- klamm	3:00	250	250	Rita/ Egon
18. Aug.	14:30	Besprechung				

# Wanderprogramm 2025 der Bergwandergruppe

Datum	Start	Ziel	Gehzeit Std.	Aufstieg hm	Abstieg hm	Name
19. Aug.	7:00	A+B: Gantakopf, Montafon	4:30	550	550	Bruno
		A+: Madrisella, Montafon	5:30	530	1060	
26. Aug.	8:00	Z - Langen - Hirschberg	3:00	440	440	Heinz
2. Sep.	7:00	A: Mellau - Kanisfluh	5:00	680	680	Heinz
		B: Mellau - Hehlesattel	4:00	520	520	
9. Sep.	8:00	Z - Bödele - Hochälple	4:00	360	360	Gertrud/ Maria
15. Sep.	14:30	Besprechung				
16. Sep.	7:00	A: Neunerköpfe – Lachenspitze, Tannheimertal	7:00	650	650	Stani
		B: Neunerköpfe - Schochenspitze	4:00	350	350	
23. Sep.	9:00	Z - Runde um Fronhofen	3:00	180	180	Maria/ Hilde
30. Sep.	7:00	A: Großer Ochsenkopf u. Weiherkopf	5:30	850	280	Heinz
		B: Bolsterlanger Horn	3:00	230	230	
7. Okt.	9:00	Z - Traufgang Zollernburg-Panorama	4:00	300	300	Bruno
13. Okt.	14:30	Besprechung				
14. Okt.	8:00	Aussichtspunkte an der Schmeie	5:00	500	500	Jürgen
21. Okt.	9:00	Z - Gehrenberg Guggins- Land	5:00	300	300	Hermann
28. Okt.	8:00	Heuneburg - Heiligkreuz- tal	4:30	160	160	Jürgen
5. Nov.	14:30	Saisonabschluss				

# Wanderprogramm 2025 der Bergwandergruppe

## **Treffpunkt für alle Wanderungen:**

### **Fenebergparkplatz in RV-Weststadt**

Am Treffpunkt werden Fahrgemeinschaften gebildet.

Programmänderungen vorbehalten. Je nach Wetterlage können Touren abgesagt, geändert oder verschoben werden. Im Zweifelsfall den/die Tourenleiter/in anrufen.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, da vom Seniorentreff und den Wanderführern keine Haftung übernommen werden kann.

Für alle Wanderungen gilt:

- Vesper und Getränke mitnehmen.
- Feste Wanderschuhe, Stöcke, Regenschutz.
- Einkehr während oder am Ende der Tour.

Besprechungen finden im Seniorentreff, Hirschgraben 7 statt.

Hinweise zu den Wanderungen:

A: Anspruchsvolle Tour, auch mal alpines Gelände, bis 800HM

B: Weniger anspruchsvolle Tour, aber auch Bergpfade dabei, bis 600HM

Z: Leichtere und kürzere Tour, in den Zwischenwochen, bis 400HM

## **Gruppenleiter der Bergwandergruppe**

Heinz Gottschling                      Tel.: 07527 1586

## **Wanderführerinnen und Wanderführer**

Maria Berger	Tel.: 0751 58443
Gudrun Ehrle	Tel.: 0751 3528463
Roswitha Endler	Tel. 0751 1897378
Dorothee Frey	Tel.: 0751 99439064
Gertrud Hanauer	Tel.: 0751 5606251
Elvira Heine	Tel.: 0751 76948503
Irene u. Martin Herold	Tel.: 07542 21999
Hildegard Hörner	Tel.: 07505 92009
Beate Kleb	Tel.: 0751 91635
Jürgen Lackmann	Tel.: 0751 97070
Stani Lazar	Tel.: 0751 91310
Hermann Oelhaf	Tel.: 0751 35908385
Rita u. Egon Rudolph	Tel.: 0751 91893
Edgar Schöfer	Tel.: 07527 9600865
Michael Seidel	Tel.: 0751 63909
Bruno Unger	Tel.: 0751 92974
Ursula Zeller	Tel.: 07529 634954

## Ende einer Verseschmiede

Zwei Gründe gibt's den Vers zu lassen,  
kein' Reim mehr zum Programmheft machen:  
Die Tochter möcht' uns näher haben,  
weil wir des Alters Müh' beklagen  
und sie dann schneller Hilfe bringt,  
wenn wir nicht weit im Süden sind.

Drum gilt schon jetzt die ernst' Option  
auf Wohnungssuch' in Paderborn!  
Die dann bei der Notwendigkeit  
die neue Heimat Steimles sei.  
Der zweite Grund folgt jetzt ausführlich:  
Ich hoff', es ist nicht ungebührlich,  
wenn ich nebst Lob mein Kropf ausleere,  
mich über „neuen Geist“ beschwere!

Zum Sommerfest zweitausendfünfzehn  
habe ich den ersten Reim erdacht.  
Inzwischen sind es über zwanzig,  
die für's Programmheft ich gemacht.  
Gereimt wurd' oft zu unsren Festen,  
die Themen waren kunterbunt:  
Zum Kindertanz vom Allerbesten  
bis Lieder aus der Künstler Mund.

Von Engagement und Helferschar,  
die immer war für alle da,  
von Fasnet und adventlich' Feiern  
bis Osterhas samt Ostereiern.  
Von Gleichaufs Abschied, Bürodamen,  
die neu ins Hause zu uns kamen,  
von Pandemie, die uns beschwert  
und Leben im Verein verwehrt,

## Ende einer Verseschmiede

von weihnachtlich' Erinnerung  
aus Zeiten, als wir waren jung,  
von Schwaben, Most und Zwiebelkuchen,  
als wir die Schwabenseele suchten,  
vom Kornfeld ohne Blütenpracht,  
auch Sketch und Tanzen wurd betracht,  
von Wärmstub' und von teurem Heizen  
und was Seniorentreff kann leisten.

Und auch an Niklaus' wurd gedacht,  
geschaut, was Alfred Gleichauf macht:  
Wenn wir dann in den Saale geh'n,  
wir können keinen' Gleichauf seh'n,  
den sanften Nikolaus begleitend,  
der lobend spricht zu unseren Leuten.  
Vielleich fürcht er den schwarz' Gesellen,  
der lärmend tobt mit seinen Schellen.

Es gab so manches zu berichten,  
zum Schreiben, Reimen, für sie dichten  
Und einmal fragt ein treuer Leser:  
„Wann greifen wieder Sie zur Feder?“  
Das hat mich richtig motiviert  
und ich hab's Reimen fortgeführt.  
Ich hab's auch wirklich gern gemacht,  
gehofft, so manchem Spaß gebracht.

Ich hörte auch von drei, vier Leuten,  
dass sie auf's nächste Heft sich freuten,  
wenn hinten stand ...mit diesem Reimle  
grüßt Sie für heut Ihr Bernhard Steimle.

Verstummt jedoch die Stimm' der Alten,  
von den' ich manchmal Lob erhalten.



## Ende einer Verseschmiede

Heut' sind „altfränkisch“ Reime „out“,  
man eher „streaming“ sich anschaut.  
Im Heft liest man fast nur's Programm  
und was die Grupp' dir bieten kann.

Oft bleibt es einfach unbeacht  
das Verslein, das für Sie gemacht,  
das mühsam meinem Hirn entsprungen,  
manchmal ganz gut, oft auch misslungen:  
Kritik und Lob sind doch Gewinn,  
selbst für den kleinsten Dichterling.

Drum hab ich mir nun ausgedacht  
„Am besten wird jetzt Schluss gemacht,  
mit deinem dünnen Verseschmieden,  
was andres kannst' du eh nicht bieten.  
Ich werde keine Reim' mehr schreiben,  
an dem Verzicht auch nicht sehr leiden“.

Einst wollt' der Vorstand s'Weiterdichten.  
An wen jedoch sollt' ich es richten?  
Und, aus der Ferne, zum Verein,  
da fällt mir sicher auch nichts ein.

Damit mir die Erkenntnis blieb:  
den Vers, den ich am liebsten schrieb,  
das war der Schlusssatz mit dem Reimle  
„und grüßt Sie herzlich Bernhard Steimle“.  
Es bleibt deshalb bei dem Entschluss:  
Vielleicht ein andrer reimen muss.

Wenn ich denn Ravensburg verlass'  
Und unser schönes Haus am Graben,  
bleibt mir die Ehrenmitgliedschaft!  
Die will ich mir auch stolz bewahren.

## Ende einer Verseschmiede

Die Rückschau kommt  
an alte gute schöne Zeiten!  
Seniorentreff war Mittelpunkt  
mit seinen netten lieben Leuten,  
Erinnerung an manche Stund,  
die wir verbracht in froher Rund'  
bei Grillen, Tanzen und Gesang.  
Die Zeit, sie wurde uns nie lang.

Auch wenn's im Vorstand länger ging,  
blieb man im Regelfall sich grün!  
Man suchte die Gemeinsamkeit,  
zum Streiten gab es keine Zeit!  
Ich hab auch Freundschaft dort gewonnen.  
Der Vorstand war mir wohlgesonnen.  
Das Büro half mit klarem Blick  
zu leiten des Vereins Geschick.

Nun ziehn' Gedanken durch's Gemüt:  
Weißt du, was in der Fern' dir blüht?  
Doch ist bislang noch nicht entschieden,  
ob wegzieh'n oder hiergeblieben.  
In jedem Fall ist ausgedichtet,  
kein Verslein mehr an Sie gerichtet.

Ich dank' der treuen Leserschaft,  
der ich vielleicht doch Freud gemacht  
beim laienhaften Verseschmieden,  
soweit ich konnt dem Reim genügen.  
Vielleicht bleibt auch in Eurem Sinn,  
wie sehr ich Euch verbunden bin.

Gemeinsam' Zeit, die bleibt bestehn,  
sie wird so schnell nicht untergeh'n,  
Erinnerung wird sie erhalten,  
an uns, die jetzt sind Eure Alten.  
So grüßt mit diesem letzten Reimle  
Sie alle herzlich Bernhard Steimle

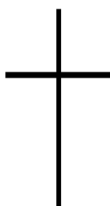
# Mitglieder

## Wir begrüßen als neue Mitglieder

Baier, Heidemarie  
Eßer, Anni  
Eutinger, Maria  
Fischer, Max  
Graf, Ursula  
Huber, Thomas  
Janausch, Susanne  
Klein, Rüdiger  
Kober, Dr. Hans-Dieter  
Kotyza, Ursula  
Krämer, Irma

Löffler, Gabriele  
Schlüter, Tillmann  
Schwartz-Glonnegger, Birgit  
Staib, Günter  
Steiner, Cornelia  
Tschöke, Claudia  
Tschöke, Helmut  
Vogelsang, Franz-Josef  
Vogelsang, Luitgard  
Widmann-Klein, Marion

Und noch 15 weitere Beitritte (Namensnennung nicht erwünscht)



## Unsere Verstorbenen

Bauhofer, Irmgard  
Demmler, Gretel  
Diemer, Margarethe  
Gmeinder, Dieter  
Härtl, Elfriede  
Herter, Hedwig  
Kreutzer, Lydia  
Leiße, Gebhard  
Maas, Margot  
Mend, Edith

Miller, Regina  
Remensperger, Heidi  
Rittler, Inge  
Scharnhorst, Ingrid  
Schwartzler, Ursula  
Schweitzer, Susanne  
Volk, Franz  
Weh, Theo  
Wiegandt, Arnhild  
Wirtz, Alexander

# Kleinanzeigen

*Auf dieser Seite können Sie eine kostenfreie Kleinanzeige veröffentlichen*

- Erika und Bernhard Steimle suchen für ihren Haushalt in der Weststadt 1x wöchentlich halbtags eine Hilfe in angemeldetem Arbeitsverhältnis. Wenn Sie jemanden kennen sollten, der Interesse haben könnte, teilen Sie dies dem Büro mit.

## Impressum

- Herausgeber: Seniorentreff Ravensburg e. V.
- Redaktionsteam: Dr. Jürgen Lackmann, Sabine Zinke, Anita Paul
- Verantwortlich für den Inhalt: Redaktionsteam
- Bild Deckblatt: © Seniorentreff Ravensburg
- Auflage: 1.300
- Erscheinungsweise: dreimal jährlich
- Druck: gebharddesign Unterankenreute

### **Seniorentreff Ravensburg e. V.**

Hirschgraben 7  
88214 Ravensburg

**Telefon:** 0751 32747

### **Bankverbindung**

Kreissparkasse Ravensburg  
IBAN: DE91650501100048031000  
BIC: SOLADES1RVB

### **Öffnungszeiten:**

Montag bis Freitag 8:30 bis 12:30 Uhr  
13:30 bis 17:00 Uhr

### **Bürozeiten:**

Montag bis Donnerstag 9:00 bis 12:00 Uhr  
14:00 bis 17:00 Uhr  
Freitag 9:00 bis 12:00 Uhr

[kontakt@seniorentreff-rv.de](mailto:kontakt@seniorentreff-rv.de)

[www.seniorentreff-rv.de](http://www.seniorentreff-rv.de)