



SENIORENTREFF RAVENSBURG

AKTIV AB 55

Programm

September - Dezember 2025

131. Ausgabe

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



Seniorentreff Ravensburg e. V. Hirschgraben 7

Inhaltsverzeichnis

Datenschutz	Seite 2
Editorial	Seite 3 - 4
Wir über uns	Seite 5
Seniorentreff-Infos	Seite 6 - 7
Regelmäßige Veranstaltungen	Seite 8 - 10
Kursgebühren	Seite 11
Termine nicht gebührenpflichtiger Kurse	Seite 12
Einzelveranstaltungen	Seite 13 - 50
Aktuelle Infos	Seite 51 - 58
Aktion Hoffnungsbären	Seite 59
Seniorenakademie	Seite 60 - 61
Weihnachten gemeinsam	Seite 62
PC-, Internet-, Handyberatung	Seite 63
Reisebericht Wachau	Seite 64 - 66
Programm einzelner Gruppen	
• Radwandergruppe	Seite 67 - 69
• Skifahrergruppe	Seite 70 - 71
• Bergwandergruppe	Seite 72 - 74
„Mitgliedernachrichten“	Seite 75
Impressum	Seite 76

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 veröffentlicht (Der Verein – Datenschutz - Informationspflichten). Beide Dokumente sind auch im Büro einsehbar.

Editorial

Liebe Mitglieder unseres Vereins!

Ich darf Ihnen auch für diese Ausgabe des Programmhefts einige Informationen übermitteln. Sie machen deutlich, wie ‚lebendig‘ der Seniorentreff im Hirschgraben ist.

Die vorhandene Hardware unseres Büros ist absehbar technisch nicht mehr in der Lage, das Betriebssystem Windows 11 zu verarbeiten, das ab Herbst Microsoft-Standard wird. Während der Schließtage wurden daher die neu beschafften Computer betriebsbereit gemacht. Ein besonderer Dank gebührt Stefan Berger und Wolfgang Altendorfer-Munzinger für die geleisteten Arbeiten.

Außerdem möchte ich Sie auch darüber in Kenntnis setzen, dass unser Verein einen gebrauchten VW-Bus erstanden hat.

Hintergrund war ein durch Fremdverschulden verursachter Auffahrunfall, der das Heck des bisherigen Fahrzeugs stark beschädigt hat. Das technische Gutachten dokumentierte hohe Reparaturkosten. Nach Abwägungen des Vorstands wurde ein technisch und preislich sehr gutes Gebrauchtfahrzeug erworben.

Am 27. Juni besuchte der am 17.3.2025 gewählte Erste Bürgermeister, Herr Dr. Andreas Honikel-Günther, unsere Einrichtung. Einige Mitglieder des Vorstands sowie Sabine Zinke führten durch Haus und Garten. In intensiven Gesprächen wurden die Ziele und vielfältigen Angebote des Seniorentreffs beschrieben.

Die wohlwollenden und auf Gegenseitigkeit beruhenden Erläuterungen und Würdigungen des ehrenamtlichen Engagements der Mitglieder sowie die rege Nachfrage durch Sie, fanden beim Bürgermeister starke Resonanz. Er würdigte das große gesellschaftliche Engagement, das der Seniorentreff dem Gemeinwesen entgegenbringt. Herr Honikel-Günther wird sich für die weitere Förderung unserer Arbeit durch die Stadt Ravensburg verwenden.

Wenn Sie, sehr geehrte Damen und Herren, das Programm zur Hand nehmen, finden Sie wieder interessante Angebote. So erfolgt am 24. September eine ‚Wiederbelebung‘ der Kurzwandergruppe durch Günter Staib.

Editorial

Am 2. Oktober bietet unser OB, Dr. Daniel Rapp, eine Führung durch den Schussenpark an. Und am 28. Oktober wird uns Herr Rapp über die kommunalpolitischen Tagesthemen und Projekte unterrichten und sich Ihren Fragen und Anregungen stellen.

Am 31. Oktober ist eine Stadtführung geplant, die sich dem Hexenwahn vergangener Zeiten widmet.

Im Format „Kaffee & Wissen“ können Sie sich in einem Vortrag über die „Sicherheit im Alter“ mit Florian Suckel vom Polizeipräsidium Ravensburg informieren. Dies wird am 4. November der Fall sein. Am 14. November gastiert Ophelias Schattentheater bei uns im Seniorentreff. Freuen Sie sich auf eine Aufführung der besonderen Art. Aufgrund des früh ausgebuchten Stadtspaziergangs mit BM Dirk Bastin im Frühjahr dieses Jahres, wird der Bürgermeister am 20. November einen zusätzlichen Termin anbieten.

Unsere jährliche Adventsfeier findet am 2. Dezember 2025 wieder im Gemeinssaal der Dreifaltigkeitsgemeinde statt.

Last but not least: Es werden heuer vier Adventsimpulse mit Punsch und Gebäck an den Freitagen vor den Adventssonntagen angeboten.

Sollten Sie Wünsche, Ideen und Anregungen zur Bereicherung des Seniorentreffs haben, können Sie gerne über das Büro mit mir Kontakt aufnehmen.

Ich freue mich auf viele persönliche Begegnungen mit Ihnen.

Herzliche Grüße
Dr. Jürgen Lackmann

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:

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

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:

kontakt@seniorentreff-rv.de

Homepage:

www.seniorentreff-rv.de

- **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.

Regelmäßige Veranstaltungen

Montag

- 9:00 Aquarellmalen (Fr. Schlegat, Hr. Wild)
9:30 Fotogruppe (Hr. Klein) Termine siehe Seite 12
10:00 English Popsongs (Hr. Frambach)
Termine siehe Seite 12
☞ 11:00 Wirbelsäulengymnastik I (Fr. Purschke-Fehr)
☞ 11:50 Wirbelsäulengymnastik II auf dem Stuhl
(Fr. Purschke-Fehr)
13:45 Singen im Chor (Hr. Stein)
Termine siehe Seite 12
☞ 14:00 PC-, Internet-, Handyberatung (Hr. Gebele)
siehe Seite 63
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 72 - 74
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)
10:00 leichte Italienisch - Konversation
(Fr. Steinhauser) Termine siehe Seite 12
11.15 Italienisch – leicht und locker (ohne Grammatik)
(Fr. Steinhauser) Termine siehe Seite 12
10:00 Französisch Konversation (Fr. Schadt)
10:45 Français facile (Fr. Wilibald-Guntram)
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)

Regelmäßige Veranstaltungen

- Mittwoch**
- 8:30 Mit Meditation in den Tag starten (Fr. Alt)
Termine siehe Seite 12
 - ♣9:15 PC-, Internet-, Handyberatung
(Hr. Altendorfer-Munzinger) siehe Seite 63
 - ♣9:30 Veeh-Harfen-Ensemble (Fr. Bucher)
 - 9:30 Handarbeiten für soziale Zwecke
(Fr. Walter, Fr. Wertheimer)
14-tägig, gerade Wochen
 - 10:00 Kurzwandern (Hr. Staib) Termine siehe Seite 12
 - 10:00 Erlebnistanz für Senioren
(Fr. Sander, Fr. Prinz)
 - ♣10:00 Spanisch für Fortgeschrittene (Fr. Rittler)
 - ♣11:00 Spanisch für Anfänger (Fr. Rittler)
 - 13:00 Radwandern siehe Seiten 67 - 69
 - 14:00 Boule im Hirschgraben (Hr. Stelter)
 - ♣14:00 Aquafit im Hallenbad (Fr. Purschke-Fehr)
 - 14:30 Spaziergänger (Fr. und Hr. Pizzutilo)
Treffpunkt: Vor dem Seniorentreff
Termine siehe Seite 12

♣ **Veranstaltung mit Gebühr**

Siehe Übersicht mit Kursbeginn und Gebühr auf Seite 11

Regelmäßige Veranstaltungen

- Donnerstag**
- ☞ 8:30 Yoga (Fr. Weskott)
 - ☞ 9:00 PC-, Internet-, Handyberatung
(Hr. Winkel) siehe Seite 63
 - 9:15 Italienisch für Fortgeschrittene (Fr. Kraft)
 - 10:00 Offenes Holzwerken (Hr. Salai)
 - 10:00 Englisch für Fortgeschrittene (Fr. Hughes)
 - 10:00 Nordic-Walking (Fr. Weigel-Klaus)
Treffpunkt: Parkplatz Turnhalle Weißenau
 - 11:00 Französisch für Fortg. Anfänger (Fr. Hughes)
 - 11:00 Italienisch mit Vorkenntnissen (Fr. Ohlinger)
 - 14:00 Strick- und Häkelgruppe
 - 14:30 Aktiv-Gymnastik im Sitzen
(Fr. Blank, Fr. Krause) Termine siehe Seite 12
- 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)
 - 10:00 Beratung Handyfotografie (Android)
(Hr. Klein) siehe Seite 63
 - 10:45 Blockflötenensemble (Fr. Wagner)
 - 14:30 Gedächtnistraining (Fr. Zinser, Hr. Gleichauf)
Termine siehe Seite 12
 - 14:30 Schachtreff (Hr. Hämmerle)
 - 15:00 Kegeln im Kegelzentrum-Palace (Fr. Volz)
Termine siehe Seite 12

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. Porschke-Fehr	15.09.	12 UE =	18,00 €
Wirbelsäulengymnastik Kurs III / IV Fr. Porschke-Fehr	16.09.	11 UE =	16,50 €
Spanisch für Anfänger und Fortgeschrittene / Fr. Rittler	10.09.	14 UE =	21,00 €
Veeh-Harfen-Ensemble / Fr. Bucher	10.09.	8 UE =	80,00 €
Qigong I und II / Fr. Gröger	26.09.	10 UE =	20,00 €
Yoga / Fr. Weskott	18.09.	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 und muss innerhalb von einer Woche bar bezahlt werden.

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.

Termine nicht gebührenpflichtiger Kurse

September	Oktober	November	Dezember
-----------	---------	----------	----------

Montag

Fotogruppe mit Systemkamera 9:30 Uhr

15.	20.	17.	15.
-----	-----	-----	-----

English Popsongs 10:00 Uhr

15.	6./ 13./ 20.	3./ 10./ 24.	1./ 15.
-----	--------------	--------------	---------

Singen im Chor 13:45 Uhr

8./ 22.	6./ 20.	3./ 17.	1./ 15.
---------	---------	---------	---------

Dienstag

Leichte Italienisch-Konversation 10:00 Uhr (Level A2 – Trimester 3)

23./ 30.	7./ 14./ 21.	4./ 11./ 18./ 25.	9./ 16.
----------	--------------	-------------------	---------

Italienisch leicht und locker 11:15 Uhr – Anfängerkurs o. Vork.

23./ 30.	7./ 14./ 21.	4./ 11./ 18./ 25.	9./ 16.
----------	--------------	-------------------	---------

Mittwoch

Mit Meditation in den Tag starten 8:30 Uhr

17./ 24.	1./ 8./ 15./ 22.	5./ 12./ 19./ 26.	3./ 10./ 17.
----------	------------------	-------------------	--------------

Kurzwandern 10 Uhr

24.	8./ 22.	5./ 26.	
-----	---------	---------	--

Spaziergänger 14:30 Uhr

10./ 24.	8./ 22.	5./ 19.	3./ 17.
----------	---------	---------	---------

Zeichnen 14:30 Uhr

15./ 29.	5./ 12./ 19. 26.		
----------	------------------	--	--

Donnerstag

Gymnastik im Sitzen 14:30 Uhr

11./ 18./ 25.	2./ 16./ 23./ 30.	6./ 13./ 20./ 27.	4./ 11./ 18.
---------------	-------------------	-------------------	--------------

Freitag

Gedächtnistraining 14:30 Uhr

19./ 26.	10./ 24.	7./ 14./ 21./ 28.	5./ 12.
----------	----------	-------------------	---------

Kegeln im „Kegelzentrum Palace“ 15:00 Uhr

12./ 26.	10./ 24.	7./ 21.	5./ 19.
----------	----------	---------	---------

September 2025

Montag
8. September

**Die Begegnungsstätte ist
wieder geöffnet.**



[Team Zusammenarbeit Brainstorming - Kostenloses Bild auf Pixabay](#)

Montag
15. September



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
17. September

14:15 Uhr **Kunst vor der Tür – Großes vor Ort**
mit Elisabeth Klass

Führung durch die Ausstellung im Kunstmuseum Ravensburg

**UNDER PRESSURE
DRUCKGRAFIK DES EXPRESSIO-
NISMUS**



Heckel, Erich

Vorm Spiegel, 1920,

Lithografie

Bild: Stiftung Selinka

Neue Stilformen und Bewegungen in der Kunstgeschichte entstehen in der Regel durch ein Auflehnen gegen das Bisherige und die existierenden Gesellschaftsstrukturen. Mittels Neuschöpfungen unkonventioneller künstlerischer Mittel wird eine neue Vorstellung von der Wirklichkeit visualisiert. Ein neues ausdrucksstarkes Kunstverständnis wird geboren, der Expressionismus. Der Expressionismus bot der Druckgrafik mit seiner Ausdruckskraft große Möglichkeiten an, wie es bisher in keiner anderen Stilrichtung der Fall war.

Die Ausstellung im Ravensburger Kunstmuseum (2.Juli bis 2.Nov.25) zeigt eine Vielzahl hochkarätiger Druckgrafiken aus der Sammlung Selinka. Unterschiedliche Drucktechniken wie Holzschnitte, Radierungen und Lithografien geben einen Einblick in die Bedeutung dieser avantgardistischen Strömung.

Teilnahmegebühr: 8 Euro

Treffpunkt: 14:15 Uhr direkt im Kunstmuseum.

Anmeldung ab 8. September im Büro.

Montag
22. September



© Seniorentreff

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

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
23. September

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 statt (ca. 20 Minuten), an der Sie kostenlos teilnehmen können.
Bitte melden Sie sich im Büro an.

14:30 Uhr **Wiborada von St. Gallen – lang vergessen, neu verehrt.**
Thema des Vortrags von Frau Dr. Helga Müller-Schnepper ist die heldenhafte Wiborada von St.Gallen. Teilnahmegebühr 5 Euro
Anmeldung bei der Katholischen Erwachsenenbildung Ravensburg,
<https://www.keb-rv.de/>, info@keb-rv.de
Tel. 0751/36161-30; Näheres Seite 60

Mittwoch
24. September

13:00 Uhr

Kaffee und Kultur

Rapunzel - BIO erleben in der Rapunzelwelt in Legau

(Leitung Bruno Unger)

Bei unserem Besuch in der Rapunzelwelt in Legau im Unterallgäu werden wir zunächst in einem etwa halbstündigen Vortrag über die Firma **Rapunzel Naturkost GmbH** informiert, die vegetarische Bio-Lebensmittel produziert und vertreibt. Im **Museum** lernen wir anschließend viel über ökologischen Landbau, gesundes Leben und Nachhaltigkeit, und wir tauchen ein in die Rapunzel-Geschichte. In der **Rösterei** duftet es nach bestem Bio-Kaffee, in der **Bäckerei** nach frischem Brot. Und der **Garten mit Tropenhaus** und **Abenteuerspielplatz** bietet allerlei für Jung und Alt. Nach dem Rundgang stärken wir uns bei Kaffee und Kuchen und haben dann Zeit für einen Einkaufsbummel im **Bio-Markt**, wo Sie alle Rapunzel Produkte finden, bevor wir – wer möchte – den etwa 20 m hohen Rapunzelturm besteigen. Nach 90 Stufen haben wir einen Blick über das Firmengelände, die nähere Umgebung und auf die Allgäuer Alpen. Abfahrt: 13:00 Uhr auf dem Parkplatz der Begegnungsstätte
Teilnehmergebühr: 28,50 Euro (Fahrkosten, Vortrag, Eintritt ins Museum, Kaffee/Tee und Kuchen)
Anmeldung ab 8. September im Büro.



Bilder : B.Unger

Donnerstag 14:30 Uhr **Nachschau von Herrn Hartmut Jost über die Reise des Seniorentreffs in die Wachau im Mai 2025**
25. September



© Hartmut Jost

Die Wachau ist eine Kulturlandschaft der ganz besonderen Art, die seit dem Jahr 2000 zum Weltkultur- und Naturerbe der UNESCO gehört. Das Zentrum dieser Landschaft ist ein tief in die hügelige Landschaft Niederösterreichs eingeschnittenes, breites, rund 35 km langes Durchbruchstal der Donau. Die von den Ufern der breit dahinfließenden Donau recht schnell ansteigende Talau bietet reichlich Platz für die zumeist in Terrassen angelegten Weinberge und die für die Wachau so typischen Marillen-Plantagen. Die höheren Bereiche der Talau sind zentral wichtige Plätze für Gehöfte, Dörfer und Städte, denn die Hochwasser der Donau sind seit jeher sehr gefürchtet. So manche Burg oder Burgruine an den steilen, bewaldeten Talhängen zeugen noch heute, zusammen mit den großen Klöstern wie Melk, Göttweig, Altenburg, Heiligenkreuz und Orten wie Krems, Dürnstein und Weissenkirchen von der Besiedelung dieses Landschaftsraums seit dem frühen Mittelalter.

Freitag 14:30 Uhr
26. September



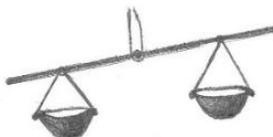
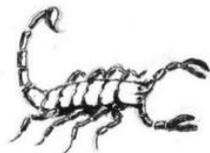
<https://wallpaper-cave.com/wp/wp9881189.jpg>

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.

Dienstag 14:30 Uhr
30. September



Geburtsstagsfeier

für die Sternzeichen Krebs, Löwe, Jungfrau, Waage, Skorpion und Schütze. Es werden **keine persönlichen Einladungen** versendet. **Bitte melden Sie sich im Büro an.**

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

- Mittwoch**
1. Oktober
- 10:00 Uhr **Programmplanung / Ideenwerkstatt**
→ Sie haben Ideen oder Vorschläge für das nächste Programm des Seniorentreffs?
→ Sie möchten sich aktiv an der Programmgestaltung beteiligen?
... dann sind Sie in der Ideenwerkstatt richtig!
Bitte melden Sie sich dafür im Büro an.
- Donnerstag**
2. Oktober
- 14:30 Uhr **Führung durch den Schussenpark mit Herrn OB Dr. Daniel Rapp**
Mit dem Schussenpark realisiert die Stadt Ravensburg eine zentrale Grünfläche ganz im Sinne von Klima-Resilienz und moderner Stadtentwicklung. Es ist ein kühlender Grünzug mit attraktiven Erholungs-, Spiel- und Sportflächen, ein Ort der Erholung für Jung und Alt, für Familien und Spaziergänger entstanden. Bislang floss die Schussen zwischen Bahnhof und Gewerbegebiet in einem wenig attraktiven Kanal, daneben standen Autos auf Parkplätzen, die meisten Flächen waren asphaltiert. Mit dem Schussenpark wurde ein Ort "mit viel Grün und Blau", also mit Bäumen, Sträuchern und Wasser geschaffen. Die Schussen soll dabei ein aufgelockertes Flussbett erhalten, stellenweise ist das Schussenufer zugänglich. Ein Biergarten rundet die Aufenthaltsqualität ab.
Anmeldung ab 8. September im Büro.

Freitag

3. Oktober

Am Tag der Deutschen Einheit ist die Begegnungsstätte geschlossen.

Montag

6. Oktober

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.



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

Dienstag
7. Oktober

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 statt (ca. 20 Minuten), an der Sie kostenlos teilnehmen können.
Bitte melden Sie sich im Büro an.

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 dem LED-Licht? Wie unterscheiden sich die Lichtquellen vom Sonnenlicht über die Glühfadenlampe und das Neonlicht bis hin 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
8. Oktober



© Stadt Ravensburg / Fotografin:
Claudia Casagrande

14:30Uhr **Stadtführung mit Dr. Alfred Lutz**
Vorgesehene Route: Hirschgraben -
ehem. Kästlinstor - Seevorstadt -
Weißenauer Haus - Ev. Kirche -
ehem. Karmeliterkloster - Viehmarkt -
Kornhaus - Rathaus - Waaghaus -
Blaserturm - Lederhaus - Seelhaus -
Zunftthaus der Rebleute.
Die Wegstrecke ist für Rollator
geeignet.
Teilnahmegebühr 2 Euro
**Anmeldung ab 8. September im
Büro.**

Donnerstag
9. Oktober

14:30 Uhr **Teresa von Avila –
Managerin und Mystikerin** Vortrag
von Dr. Helga Müller-Schnepper
Teilnahmegebühr 5 Euro
**Anmeldung bei der Katholischen
Erwachsenenbildung Ravensburg,**
<https://www.keb-rv.de/>, [info@keb-
rv.de](mailto:info@keb-rv.de) Tel. 0751/36161-30;
Näheres Seite 61

Samstag
11. Oktober

14:00 –
17:00 Uhr

Kofferflohmarkt im großen Saal

Bei unserem Flohmarkt aus dem Koffer darf verkauft werden, was in einen Koffer passt.

Dies kann Gebrauchtes oder Selbstgemachtes sein. Außerdem wird es Kaffee und Kuchen geben.

Weitere Infos wie Anmeldung und Standgebühr siehe Aushang und Presse.

Dienstag
14. Oktober

14:30 Uhr

Digitale Bücherei? – Was ist das? Stadtbücherei im Heilig-Geist-Spital I Stockwerk A2 - Booky

Filme schauen, Hörbuch hören, Bücher und Zeitung lesen, auch wenn die Bücherei zu hat? 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.

Bitte bringen Sie zur Veranstaltung Ihren Büchereiausweis und Ihr digitales Endgerät (Smartphone, Tablet oder Laptop) aufgeladen mit.

Anmeldung ab 8. September im Büro.

Zweiter Termin am 21. September.



Mittwoch
15. Oktober

14:30 Uhr **Ein digitales Fotobuch mit CEWE Fotobuch selbst gestalten –**
Anne Munzinger und Wolfgang Altdorfer-Munzinger zeigen Ihnen, wie Sie aus Ihren Fotos ein digitales Fotobuch erstellen.
Dazu gehört: Programm kennenlernen, Fotos einbinden, verschieben, vergrößern, verkleinern und drehen; Texte dazu schreiben; Hintergründe und Einband gestalten.
Was müssen Sie mitbringen? Einen eigenen Laptop, einen Stick mit Fotos, wenn diese nicht schon auf dem Laptop gespeichert sind (oder ein Verbindungskabel für Ihr Handy).
Hilfreich ist, wenn die Fotos, die Sie benutzen wollen, schon in einem eigenen Ordner gespeichert sind und Sie die Software (CEWE Fotowelt oder Müller Foto) schon installiert haben
Weitere Termine: 22.10./ 05.11./ 12.11.
Teilnahmegebühr 8 Euro
Anmeldung ab 8. September im Büro.

14:30 Uhr **Treffen der Neumitglieder**
zur Information und geselligem Beisammensein. Sie werden zu dem Termin schriftlich eingeladen (nach Stichtag).

Freitag
17. Oktober

14:00 Uhr

Herbstfest im Saal mit Musik und unterhaltsamem Programm

Es gibt Suser und Zwiebelkuchen. Zudem findet der jährliche Basar der beiden Handarbeitsgruppen statt. Hier werden auch Wollsachen für den Winter (Socken, Mütze, Schal etc.) verkauft.

Vormittags ist die Begegnungsstätte geschlossen.

Montag
20. Oktober

10:00 Uhr

Beginn des Ökumenischer Gesprächskreises Freiheit – Ein Menschenrecht

Martin Luther entwickelt 1520 in der Schrift von der „Freiheit eines Christenmenschen“ seine Lehre von den zwei reichen. Darin ist eine These, dass ein Christ frei ist und niemanden untertan.

Dies hatte im März 1525 zur Folge, dass die Bauern Süddeutschlands und hier die Bauern aus Oberschwaben die zwölf Artikel veröffentlichten. Diese Artikel, die von einer tiefen Glaubenshaltung geprägt sind, wollen wir lesen und ihren biblischen Wurzeln nachgehen. Dabei stellt sich die Frage, wie politisch der Glaube ist.

Nach einer gründlichen Einführung kommen wir ins Gespräch.

Zweiter Termin am 3. November.

Gesprächsleitung: Werner Walter und Stephan Zilker

Handlung Artikel vnd Instruction. so fügends
men worden sein vonn allen Potenzen vnd
hauffen der Bauern. so sichselamen
verpflicht haben. M. D. xxv.



Bild https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Titelblatt_12_Artikel.jpg?uselang=de#Lizenz

Dienstag
21. Oktober

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 statt (ca. 20 Minuten), an der Sie kostenlos teilnehmen können.
Bitte melden Sie sich im Büro an.

14:30 Uhr **Digitale Bücherei? – Was ist das? Stadtbücherei im Heilig-Geist-Spital I Stockwerk A2 - Booky**

**Stadtbücherei**
Ravensburg im HGS



Filme schauen, Hörbuch hören, Bücher und Zeitung lesen, auch wenn die Bücherei zu hat? 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.
Bitte bringen Sie zur Veranstaltung Ihren Büchereiausweis und Ihr digitales Endgerät (Smartphone, Tablet oder Laptop) aufgeladen mit.
Anmeldung ab 8. September im Büro.

Mittwoch
22. Oktober

13:00 Uhr

Kaffee & Kultur

**Führung durch die Firma Sonett –
Pionier für ökologische Wasch- und
Reinigungsmittel
im Deggenhausertal**

(Leitung: Dr. Jürgen Lackmann)

Der ökologische Wasch- und Reinigungsmittelhersteller Sonett ist Sieger des Deutschen Nachhaltigkeitspreises 2024.

Sonett erhält diesen bedeutenden Preis bereits zum zweiten Mal. In 2022 wurde Sonett für sein Stiftungsmodell und die partnerschaftliche Führung im „Transformationsfeld Gesellschaft“ ausgezeichnet.

Im vergangenen Jahr kommt die Auszeichnung als Vorreiter der Nachhaltigkeit in der Branche „Wasch- und Reinigungsmittel“ hinzu. Auf diesem Hintergrund wird bei einer Führung durch die Produktionsstätte ein Einblick in das zukunftsorientierte Unternehmenskonzept gegeben.

Christian Germann wird dies für uns dankenswerterweise tun. Die Sonett GmbH hat ihren Sitz im Deggenhausertal, nahe des Bodensees gelegen, und beschäftigt derzeit 120 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Das Unternehmen wird partnerschaftlich geführt, und die Kapitalanteile wurden der gemeinnützigen Stiftung Sonett übertragen. Eine Einkehr ist vorgesehen.

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

Teilnehmergebühr: 8 Euro.

Anmeldung ab 8. September im Büro.



sonett
ÖKOLOGISCH KONSEQUENT

Oktober 2025

Mittwoch 14:30 Uhr **Ein digitales Fotobuch selbst gestalten.** (siehe Seite 24)
22. Oktober

Donnerstag 14:30 Uhr **Treffen zum Austausch** für alle aktiven **Heizelmännchen** und für alle, die es werden wollen.
23. Oktober

Samstag 15.30 – **Djembé-Workshop**
25. Oktober 17:00 Uhr mit Prince Akongo aus Togo
Tauchen Sie ein in die mitreißenden Rhythmen Westafrikas!
Der aus Togo stammende Musiker Prince Akongo lädt Sie herzlich zu einem Djembé-Workshop ein. Gemeinsam entdecken wir die faszinierende Welt der afrikanischen Trommelmusik – voller Lebensfreude, Energie und Gemeinschaft.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Freude an Musik und Rhythmus genügen! Djembén werden zur Verfügung gestellt. Wenn Sie eine Djembé oder eine andere afrikanische Trommel haben, bitte gerne mitbringen! Lassen Sie sich von den Klängen Afrikas begeistern und trommeln Sie mit!
Teilnehmergebühr: 2 Euro
Anmeldung ab 8. September im Büro.



@ Bea Alt

Montag
27. Oktober



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“ – Goldener Oktober**



© 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.

Oktober 2025

Dienstag
28. Oktober

14:30 Uhr **Oberbürgermeister Dr. Daniel Rapp** spricht über die aktuelle Ravensburger Kommunalpolitik und beantwortet die Fragen der Zuhörer.



Quelle: Stadt Ravensburg / Fotografin Anja Köhler

Mittwoch
29. Oktober

14:30 Uhr **Gemütlicher Nachmittag** gemeinsames Singen mit Franz Hanßler

Donnerstag
30. Oktober

13:30 Uhr **Besuch der Salzgrotte
in Niederwangen**



© Lea Vitalhaus

Leitung: Irmtraud Bürker

Eine Salzgrotte ist ein Ort der Ruhe und völliger Entspannung, kombiniert mit den heilsamen Kräften des Salzes. Sie verbringen 45 Minuten in der Salzgrotte, untermalt von leiser Musik und dem dezenten Plätschern des Solebrummens.

Über 20 Tonnen Salz lassen ein Mikroklima entstehen. Die Mineralien und Spurenelemente des Salzes werden bei einer Sitzung über die Haut und die Atemwege aufgenommen. Der positive Effekt ist unmittelbar spürbar.

Anschließend können wir vor Ort Kaffee und Kuchen genießen.

Bitte weiße Socken mitbringen.

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

Teilnehmergebühr: 18,50 Euro
(Fahrkosten und Eintritt)

Anmeldung ab 8. September im Büro.

Zweiter Termin am 6. November.

Freitag
31. Oktober

14:30 Uhr **Disco**



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

„**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.

14:30 Uhr **Führung Hexenwahn in Ravensburg**



© Museum Humpis-Quartier

Mit der Verurteilung und Verbrennung von zwei Ravensburger Frauen begann 1484 die erste systematische Verfolgung von Frauen als Hexen in Deutschland, durchgeführt vom päpstlichen Inquisitor Heinrich Institoris. Bei dieser Führung werden Sie mit den Schauplätzen der Hexenverfolgung in Ravensburg konfrontiert: der Liebfrauenkirche, dem Gefängnis Grüner Turm, dem Gerichtssaal im Rathaus sowie der Kabinettausstellung im Museum Humpis-Quartier. Erfahren Sie von den Opfern und Tätern des Ravensburger Hexenprozesses und von der verheerenden Wirkung des Hexenhammers, dem Werk des Inquisitors Heinrich Institoris.

Teilnahmegebühr 8,50 Euro

Anmeldung ab 8. September Im Büro.

Montag
3. November

10:00 Uhr Fortsetzung (Teil 2)

Ökumenischer Gesprächskreis Freiheit – Ein Menschenrecht

Martin Luther entwickelt 1520 in der Schrift von der „Freiheit eines Christenmenschen“ seine Lehre von den zwei Reichen. Darin ist eine These, dass ein Christ frei ist und niemanden untertan.

Dies hatte im März 1525 zur Folge, dass die Bauern Süddeutschlands und hier die Bauern aus Oberschwaben die zwölf Artikel veröffentlichten. Diese Artikel, die von einer tiefen Glaubenshaltung geprägt sind, wollen wir lesen und ihren biblischen Wurzeln nachgehen. Dabei stellt sich die Frage, wie politisch der Glaube ist. Nach einer gründlichen Einführung kommen wir ins Gespräch.

(Teil 1 am 20. Oktober).

Gesprächsleitung: Werner Walter und Stephan Zilker.

Handlung Artikel vnd Instruction / so fügends
men worden sein vnn allen Potentz vnd
hauffen der Bauern / so sich bekamen
verpflicht haben: M: D: xxv:



Bild https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Titelblatt_12_Artikel.jpg?uselang=de#Lizenz

Dienstag
4. November

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 statt (ca. 20 Minuten), an der Sie kostenlos teilnehmen können.
Bitte melden Sie sich im Büro an.

Dienstag
4. November

14.30 Uhr **Kaffee& Wissen**

Nach Kaffee und Kuchen in geselliger Runde gibt es anschließend einen Vortrag der Polizei zum Thema Sicherheit im Alter.

VORSICHT ABZOCKE! –

Mehr Schutz vor Betrug und Diebstahl Ältere Menschen in Deutschland sind erfreulicherweise insgesamt viel seltener von Kriminalität betroffen als Jüngere. Senioren verhalten sich meist umsichtig und leben entsprechend sicher. Dennoch gibt es Bereiche und Situationen, in denen auch ältere Menschen Risiken ausgesetzt sind. Dort, wo sie so etwas gar nicht erwarten: an der Haus- oder Wohnungstüre, in der eigenen Wohnung oder auch am Telefon. Das Ziel der Täter ist dabei stets das gleiche: durch Tricks und Täuschungen an Geld oder Wertgegenstände älterer Menschen zu gelangen. Aufklärung und Information ist der beste Weg um solche Straftaten zum Nachteil älterer Menschen zu verhindern.

Der Vortrag durch Herrn Florian Suckel vom Polizeipräsidium Ravensburg, Referat Prävention informiert u. a. über Betrugsmaschen

- an der Haustür
- am Telefon
- im Internet
- am Bankomat
- Unterwegs

sowie zum Thema Einbruchschutz und Opferschutz.



Quelle: ProPK, Medienportal des Landeskriminalamtes Baden-Württemberg



© Florian Suckel,
Polizei Ravensburg

Mittwoch
5. November

11:15 Uhr **Kleists 'Michael Kohlhaas'**
im Literaturkreis mit Peter Schütz
UFFRUR! herrschte vor 500 Jahren
in unserem Raum, als sich das Bau-
ernvolk gegen seine Unterdrücker
wehrte. Der 'Weingartener Vertrag'
wurde hier ja ausführlich dargestellt.
Zur selben Zeit kämpfte weiter nörd-
lich ein Viehhändler namens Kohl-
hase gegen Unrecht, das ihm seitens
eines Adligen geschah. Doch sein
Kampf eskalierte, und bis heute stellt
sich die Frage, ob man das Recht
hat, sein Recht zu erzwingen. Martin
Luther hat sich eingeschaltet, eine
schwierige Entscheidung getroffen –
die Folgen eigenmächtigen Handelns
sind fatal. Als Kohlhaas-Syndrom
kennt es die Verhaltensforschung.
Kleists Novelle wollen wir gemeinsam
lesen, einige Stellen bieten sich als
Spieltext, die zeitlosen Fragen als
Gesprächsstoff an! Eine aufrührende
Umsetzung historischer Vorgänge in
Literatur haben wir hier vor uns.
Weitere Termine: 12./ 19. und 26.
November. **Bitte im Büro anmelden.**
Textausgaben gibt es bei Reclam

14:30 Uhr **Ein digitales Fotobuch selbst
gestalten.** (siehe Seite 24)

14:30 Uhr **Treffen der Bergwandergruppe**
zum Saisonabschluss im großen Saal.

Donnerstag
6. November

13:30 Uhr **Besuch der Salzgrotte
in Niederwangen**



© Lea Vitalhaus

Leitung: Irmtraud Bürker

Eine Salzgrotte ist ein Ort der Ruhe und völliger Entspannung, kombiniert mit den heilsamen Kräften des Salzes. Sie verbringen 45 Minuten in der Salzgrotte, untermalt von leiser Musik und dem dezenten Plätschern des Solebrummens.

Über 20 Tonnen Salz lassen ein Mikroklima entstehen. Die Mineralien und Spurenelemente des Salzes werden bei einer Sitzung über die Haut und die Atemwege aufgenommen. Der positive Effekt ist unmittelbar spürbar.

Anschließend können wir vor Ort Kaffee und Kuchen genießen.

Bitte weiße Socken mitbringen.

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

Teilnehmergebühr: 18,50 Euro
(Fahrkosten und Eintritt)

Anmeldung ab 8. September im Büro.

Montag
10. November

14:30 Uhr **Skifahrtreffen im kleinen Saal**

Gemeinsame Besprechung des Winterprogrammes 2025/26

Dienstag

11. November

14:30 Uhr

Lektürekurs zu Gotthold Ephraim Lessing „Nathan der Weise“

mit Joachim Merkt-Weskott

Viele von uns haben Lessings „Nathan“ (vielleicht mit gemischten Gefühlen) in der Schule gelesen. Das ist lange her und das meiste haben wir vergessen. Auch haftet diesem „dramatischen Gedicht“ der Ruf an, es sei etwas betulich und verstaubt. Dabei ist das Drama mit der zentralen Ringparabel so aktuell wie nie zuvor: Kriegerische Konflikte in unserer Nachbarschaft sind alltäglich geworden, Aufklärung und Menschenrechte befinden sich weltweit unter Druck, Unversöhnlichkeit und Polarisierung prägen den politischen Diskurs.

Wir werden in einer gemeinsamen Lektüre prüfen, inwiefern der „Nathan“ auch heute noch Wege zeigen kann, wie man in unserer aus den Fugen geratenen Welt bestehen kann. Wir werden das Theaterstück mit verteilten Rollen laut lesen. Wer will, kann aber auch nur zuhören. Auftauchende Verständnisfragen klären wir gemeinsam. Bei Interesse der Teilnehmenden diskutieren wir über Interpretationsmöglichkeiten.

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die Lessings Theaterstück erstmals oder erneut kennenlernen wollen. Vorwissen oder Vorbereitung sind nicht notwendig.

Weitere Termine: 18. (Dienstag) und 27. (Donnerstag) jeweils von 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr angeboten.

Anmeldung ab 8. September im Büro.

Zum Start sollten Sie folgende

Ausgabe mitbringen:

Gotthold Ephraim Lessing:

Nathan der Weise

Textausgabe mit Kommentar

und Materialien: Reclam XL –

Text und Kontext

ISBN-13 978-3150161029

Preis: 5,80 €

November 2025

- Dienstag**
11. November 14:30 Uhr **Treffen der Neumitglieder, die 2 Jahre Mitglied sind,** zur Information und geselligem Beisammensein.
Sie werden zu dem Termin schriftlich (nach Stichtag) eingeladen.
- Mittwoch**
12. November 11:15 Uhr **Kleists 'Michael Kohlhaas'**
Fortsetzung des Literaturkreises mit Peter Schütz (siehe Seite 35)
- 14:00 Uhr **Saisonabschluss** der Radfahrergruppe im großen Saal.
- 14:30 Uhr **Ein digitales Fotobuch selbst gestalten.** (siehe Seite 24)

Donnerstag 13:00 Uhr
13. November

Kaffee und Kultur Feuerwehrmuseum Ravensburg

Leitung: Bruno Unger

Im Jahr 1983 wurden in der Feuerwache Salzstadel (erbaut 1353) im Dachgeschoss die räumlichen Möglichkeiten für das Feuerwehrmuseum Ravensburg geschaffen, um alte Feuerwehrtechnik zu erhalten und der Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Die Ausstellung ist eine eindrucksvolle Dokumentation des Feuerwehrwesens. Zu sehen ist die Entwicklung der Feuerlöschtechnik bis in die Neuzeit. Ausführlich dargestellt werden die verschiedenen Arten der Alarmierung der ehrenamtlichen Feuerwehrangehörigen. Zu sehen ist – neben den Alarmgeräten vergangener Jahrhunderte – die fortschreitende Veränderung des Systems bis in die Neuzeit. Erinnert wird an die 1905 installierte Weckerlinie bis hin zur modernen Digitalen Alarmierung. Denn „was heute modern ist, kann morgen schon veraltet sein“.

Ein Besuch lohnt sich, denn es passt alles zusammen. Die ausgestellten Exponate sowie die sehenswerte hölzerne Dachkonstruktion des in Fachwerkbauweise errichteten Gebäudes.

Nach dem Museumsbesuch erhalten wir dort Kaffee, Tee und Kuchen.

Treffpunkt: 13:00 auf dem Parkplatz der Begegnungsstätte.

Teilnehmergebühr: 12 Euro

(Eintritt und Führung, Kaffee und Kuchen). **Anmeldung ab 8. September im Büro.**



Bild: Feuerwehrmuseum Ravensburg

Freitag
14. November

15:00 Uhr

Das Theater „Schattensprung“ aus Überlingen zeigt als Schattenspiel „Ophelias Schattentheater“ nach dem gleichnamigen Buch von Michael Ende.

Dauer: 1 Stunde

Spielerin: Erdmute Krüger

Sprecherin: Bettina Kindinger

Musiker: Roland Kohle und

Wolfgang Schmidt

Zum Inhalt: Ophelia hat viele Jahre als Souffleuse in einem kleinen Provinztheater gearbeitet. Als dieses schließt und sie ihre Arbeit verliert, muss sie sich immer mehr mit den dunklen Schatten des Lebens auseinandersetzen: Vereinsamung, Krankheit und dem Tod. Sie kämpft dagegen an. Hat sie die Kraft und Kreativität, die Schatten in ein Geschenk für sich und andere zu wandeln?

Teilnehmergebühr: 10 Euro

(Bei Bedarf wird eine zweite Vorstellung um 16:30 Uhr angeboten).

Anmeldung ab 8. September im Büro.

Anmeldeschluss: 11. November

bei Bedarf, zweite
Vorstellung um
16.30Uhr



©Erdmute Krüger

Montag
17. November

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.

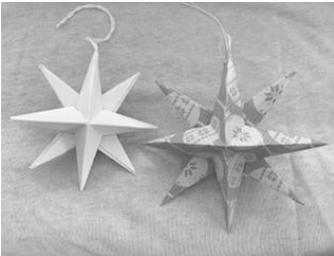


Dienstag
18. November

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 statt (ca. 20 Minuten), an der Sie kostenlos teilnehmen können.
Bitte melden Sie sich im Büro an.

14:30 Uhr **Fortsetzung Lektürekurs zu Gotthold Ephraim Lessing „Nathan der Weise“**
mit Joachim Merkt-Weskott
(siehe Seite 37)

14:30 Uhr **Papiersterne basteln**
unter Anleitung von Bärl Henne.
Wir stellen Papiersterne zur Dekoration, als Geschenkanhänger her. Es eignen sich einfarbige und gemusterte Papiere wie Geschenkpapiere, Zeitschriften, Schreibpapier. Für größere Sterne Tonpapier, Tonkarton. Material ist vorhanden. Wunschpapiere können mitgebracht werden, auch ohne Weihnachtsmotiv (z. B. aus der Restekiste...). Mitzubringen sind: Schere, Bleistift, Lineal, Klebstoff
Anmeldung ab 8. September im Büro.



© B. Henne

Teilnehmergebühr: 2 Euro
Anmeldeschluss: 11.11.2025

Mittwoch
19. November

11:15 Uhr **Kleists 'Michael Kohlhaas'**
Fortsetzung des Literaturkreises mit Peter Schütz (siehe Seite 35)

14:30 Uhr **Gemütlicher Nachmittag**
mit Kaffee und Kuchen.
Für Schlagerfans bieten wir an diesem Nachmittag ein Schlagerbingo mit Maria Eutinger. Bingo ist ein unterhaltsames Spiel, das oft als Abendunterhaltung in Hotels gespielt wird.
Üblicherweise geht es um Zahlen, die zum Sieg verhelfen. Wir spielen Bingo mit Schlagern. Man muss die jeweils angespielten Schlager erraten und in die vorgesehene Karte eintragen. Gewonnen hat, wer eine ganze Reihe erraten hat.
Lassen Sie sich überraschen.

Donnerstag
20. November

14:00 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.



© Stadt Ravensburg/ FotografIn:
Anja Köhler

Anmeldung ab 8. September im Büro.
Anmeldeschluss: 10. November

Montag
24. November

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



© 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
25. November

14:30 Uhr

**Fotosafari im naturnahen Garten –
Statt Elefant und Zebra:
Rüsselkäfer und Zebraspinne**

Ein Film von Kurt Drescher

Um eindrucksvolle Naturbeobachtungen zu machen, muss man nicht unbedingt nach Afrika reisen. Auch daheim vor der Haustür gibt es jede Menge zu entdecken.

In einem multimedialen Vortrag zeigt der Autor mit beeindruckenden Makrofotos die Farbenpracht und Schönheit der Lebewesen in seinem naturnahen Garten und der näheren Umgebung. Das faszinierende Verhalten von Insekten, Spinnen und anderen kleinen Tieren wird in Filmaufnahmen gezeigt und mit den Zuschauenden besprochen. Zeitlupenfilme und Hochgeschwindigkeitsfotos in Nahaufnahme machen Vorgänge erlebbar, die man sonst nicht erkennen kann.



© Kurt Drescher

Mittwoch
26. November

11:15 Uhr **Kleists 'Michael Kohlhaas'**
Fortsetzung des Literaturkreises mit
Peter Schütz (siehe Seite 35)

14:30 Uhr **Kunst vor der Tür – Großes vor Ort**
Vortrag von Elisabeth Klass:

**GABRIELE MÜNTER
IHR WERK IM KONTEXT DER
KUNSTGESCHICHTE**

Anlässlich der Ausstellung im
Kunstmuseum Ravensburg:
*Gabriele Münter - Aufbruch in Form
und Farbe*, wird das bildhafte Werk
von Gabriele Münter vorgestellt.

Die Anfänge wurzeln im Impressionismus. Ihr Bekanntheitsgrad zeigt sich in der Manifestation des Expressionismus und ist vor allem im „Blauen Reiter“ verankert. Im Weiteren entwickeln sich ihre Werke bis zur Abstraktion und Ungegenständlichkeit. Diese stilistische Vielseitigkeit charakterisiert ihr facettenreiches Gesamtwerk. Technisch bedient Münter sowohl die Malerei, ebenso die Hinterglasmalerei, als auch die Grafik und die Druckgrafik.

Die Ausstellung im Kunstmuseum RV stellt schwerpunktmäßig die Zeit von 1908 bis 1914 vor, ausgehend von den Münter-Arbeiten aus der Sammlung Selinka.

Hinweis: Eine Führung durch die Münter-Ausstellung findet am Mittwoch, 3. Dezember im Kunstmuseum Ravensburg statt. (mit Anmeldung, siehe Seite 47)



Gabriele Münter,
Die Gerade Straße 1910
Bild: Stiftung Selinka

Donnerstag 14:30 Uhr **Fortsetzung Lektürekurs zu
27. November** **Gotthold Ephraim Lessing
„Nathan der Weise“**
mit Joachim Merkt-Weskott
(siehe Seite 37)

Freitag 10:30 Uhr **Adventsimpulse**
28. November
Liebe Mitglieder,
nach dem lebendigen Adventskalender im letzten Jahr wird es dieses Jahr an den Freitagen vor den Adventssonntagen jeweils einen ca. halbstündigen Impuls mit Punsch und Gebäck geben.



Weitere Termine:
05.12., 12.12. und 19.12.
jeweils um 10.30 Uhr.
Wir freuen uns auf Sie!

14:30 Uhr **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-Spaß Tanz, 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>

Dienstag
2. Dezember

14:00 Uhr

Große Adventsfeier im
Dreifaltigkeitssaal in der Weststadt,
Angerstraße 6.



Die Begegnungsstätte ist ganztags geschlossen.

Mittwoch
3. Dezember

14:30 Uhr

Kunst vor der Tür – Großes vor Ort
Führung durch die Ausstellung im
Kunstmuseum Ravensburg

mit Elisabeth Klass

GABRIELE MÜNTER

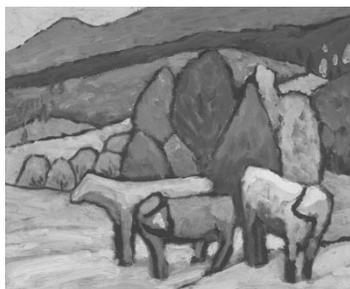
AUFBRUCH IN FORM UND FARBE

Die letzte Einzelausstellung der Werke von Gabriele Münter in Baden-Württemberg fand vor 20 Jahren statt. Nun zeigt das Ravensburger Kunstmuseum Werke dieser Künstlerin: „Ausgehend von den Beständen der Sammlung Selinka... liegt der Schwerpunkt der Ausstellung auf der Zeit zwischen 1908 und 1914, die zu den produktivsten ihres Schaffens gehörte... Neben der expressionistischen Periode von Münter...., gibt die Ausstellung anhand von rund 30 Arbeiten zugleich Einblick in weitere Lebensstationen und Entwicklungsphasen ihres facettenreichen Oeuvres“.

Teilnahmegebühr: 8 Euro

Treffpunkt um 14:15 Uhr direkt im Museum.

Anmeldung ab 8. September im Büro



Gabriele Münter, *Landschaft mit Kühen* 1934

Bild: Stiftung Selinka

Vorschau Homepage

Kunstmuseum Ravensburg

Dezember 2025

Freitag
5. Dezember

10:30 Uhr

Adventlicher Impuls
mit Punsch und Gebäck
im kleinen Saal



Montag
8. Dezember

9:30 Uhr

Politisches Frühstück –
mit aktuellem Zeitgeschehen und
Diskussion. Dr. Günther Mario Gun-
zelmann und Josef Kopold bieten ein
Forum, in dem die Teilnehmer bei
einem Brezelfrühstück ihre Erfahrun-
gen und Ansichten einbringen und zu
einem lebhaften Austausch beitragen
können.



Dienstag
9. Dezember

9:00 Uhr

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

14:30 Uhr

**Vorweihnachtliches
Skifahrtreffen** im großen Saal
der Begegnungsstätte mit Fotoschau
der Sommer- bzw. Herbstreffen im
Jahr 2025.

Freitag
12. Dezember

10:30 Uhr

Adventlicher Impuls
mit Punsch und Gebäck
im kleinen Saal



Montag 14:30 Uhr **„Auf eine Tasse Tee mit Frau Zinke“
– Es weihnachtet sehr**
15. Dezember

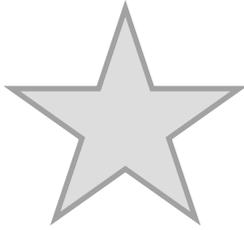
Wir treffen uns, jeder zuhause vor seinem PC, Laptop oder Tablet, und verbringen eine gemütliche virtuelle Zeit miteinander. Lassen Sie sich überraschen! Genießen Sie dabei eine frisch gebrühte Tasse Tee oder einen guten Kaffee.

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

Freitag 10:30 Uhr **Adventlicher Impuls**
19. Dezember mit Punsch und Gebäck
im kleinen Saal





Die Begegnungsstätte ist vom 22. Dezember bis einschließlich Mittwoch 6. Januar (Hi. Drei Könige) geschlossen.

Ab Donnerstag, 7. Januar sind wir wieder für Sie da.

Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten, einen guten Rutsch und ein schönes neues Jahr 2026.



Aktuelle Infos

Wir sind mit unseren Veranstaltungen im neuen **Ravensburger Amtsblatt** vertreten. Dies ist für uns eine sehr gute Möglichkeit uns in der Stadt und den Teilorten sichtbar zu machen. Das Amtsblatt hat eine hohe Abdeckung und jede Bürgerin und jeder Bürger hat Zugang zu diesem neuen Medium. Unter <https://www.ravensburg.de/rv/buergerservice-verwaltung/amtsblatt/> können Sie die jeweilige Ausgabe online lesen.

Je nach Zustellung liegen auch Exemplare im Seniorentreff aus.



Seien Sie herzlich Willkommen zu unserem neuen Format **Kaffee& Wissen**. Es gibt zunächst Kaffee und Kuchen in geselliger Runde und anschließend einen Wissens-Input mit wechselnden Themen. Die jeweiligen Termine finden Sie im Innenteil. Wir freuen uns auf schöne Nachmittage mit Ihnen.



Nach dem lebendigen Adventskalender im letzten Jahr wird es dieses Jahr an den Freitagen vor den Adventssonntagen jeweils einen ca. halbstündigen Impuls geben. Die **Adventsimpulse** finden am 28.11., 05.12., 12.12. und 19.12. jeweils um 10.30 Uhr mit Punsch und Gebäck statt. Wir freuen uns auf Sie!



Der Seniorentreff feiert 2026 45-jähriges Jubiläum.

Da wir 2021 das 40jährige Jubiläum coronabedingt nicht feiern konnten, wird es zum 45-Jährigen am 17.10.2026 einen Tag der offenen Tür geben. Außerdem erinnern wir das Jahr über an unser Jubiläum. Größere Feierlichkeiten sind geplant, wenn der Seniorentreff dann 50 Jahre alt wird.

Aktuelle Infos

Kurzwandergruppe

Wir möchten versuchen, die Kurzwandergruppe wieder aufleben zu lassen. Nehmen Sie rege an dem Angebot teil, damit es neu entstehen kann. Herr Staib hat sich bereit erklärt dies zu übernehmen, Vielen Dank dafür.

In Ravensburg und der näheren Umgebung wählen wir Strecken von ca. 8-10 KM.

Auch können wir Fahrgemeinschaften bilden um den Radius etwas zu erweitern. Es würde uns freuen, wenn sich mehrere Personen beteiligen würden und Vorschläge für die Kurzwanderungen einbringen.



Italienisch für Anfänger

Sie wollen Italienisch lernen, ohne allzu viel Grammatik zu pauken? Dann bietet sich jetzt die Gelegenheit! Mit dem Sprachkurs: „Italienisch leicht und locker – (fast) ohne Grammatik fangen wir bei null an. Sie lernen, sich in Alltagssituationen, z. B. in der Bäckerei oder am Strand zu verständigen. Bei den Übungen steht das Bilden von Sätzen mit Hilfe von Sprachbausteinen im Vordergrund. Hördateien unterstützen Sie beim Üben. Kommen Sie gerne zum Schnuppern vorbei!

Beginn: Dienstag, 23.09.25 um 11.15 Uhr, die Termine finden Sie auf Seite 12. **Anmeldung im Büro.**



Neuer Termin für den Kurs **français facile**

Ab 14. Oktober 2025 findet der Kurs français facile (Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen) dienstags von 10.45 Uhr bis 11.30 Uhr im Seniorentreff statt.

Neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen sind willkommen.

Anmeldung im Büro.

Organisation von Kunstexkursionen mit Frau Klass

Manchmal ist es schwierig im Programmheft des Seniorentreffs zeitgebundene Ausstellungen anzukündigen, zu denen Frau Klass gerne eine Exkursion anbieten würde.

Der zeitliche Vorlauf für das Programm umfasst eine längere Vorbereitung und die Ankündigung spontaner Exkursionen ist dann nicht möglich.

Durch die Erstellung eines Mail-Verteilers könnte Frau Klass kurzfristiger agieren und so manche interessante Ausstellung als Exkursion anbieten.

Sollten Sie Interesse haben, diesem Verteiler für Kunstexkursionen beizutreten, dann schreiben Sie eine kurze Mail an das Büro kontakt@seniorentreff-rv.de des Seniorentreffs mit dem Stichwort: „Kunstexkursionen“.

Diese Mail leitet das Büro dann weiter, Frau Klass wird diese Adressen selbstverständlich nicht an Dritte weitergeben.



Offenes Angebot: Mit **Meditation** in den Tag starten mit **Beate Alt**. Kommen Sie mittwochs um 8.30 Uhr gerne dazu. Die jeweiligen Termine finden Sie auf Seite 12.

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 auf dem Stuhl sitzend meditieren.

Aktuelle Infos

Programmplanung/ Ideenwerkstatt

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 **Mittwoch, 01.10.2025 um 10.00 Uhr** in unserem Café statt. Sie sind herzlich eingeladen.

Bitte melden Sie sich im Büro an.



Hauspost

Es wurde im Eingangsbereich eine Box eingerichtet. In diese können Sie, als Ergänzung zum persönlichen Gespräch, Anregungen und Ideen einwerfen. So bleibt unser Seniorentreff lebendig, weil Sie, liebe Mitglieder, dadurch unser Programm bereichern!



Disco „Generation 55plus“ – Eine tolle Idee

Wir tanzen alleine, zu zweit oder auch mit Hilfe eines Rollators. In lockerer Atmosphäre haben wir Freude an Bewegung. Mit Rhythmen und Melodien der 60er, 70er, 80er und auch aktueller Hits bringen wir unseren Körper in Bewegung und das Gehirn in Schwung. Musik verbindet und wirkt positiv auf Körper, Geist und Seele. Tanzen im Rhythmus der Musik fördert die psychische und physische Gesundheit sowie soziale Kontakte.

Der positive Nebeneffekt: Dein Kreislauf, deine Koordination und Kondition verbessern sich. Mach mit und du bleibst länger fit!

Die Termine stehen jeweils im aktuellen Programm. In der Regel jeden letzten Freitag im Monat von 14.30 – 16.30Uhr im großen Saal des Seniorentreffs.

Fotogruppe

Wir sind eine Gruppe von interessierten Laien, die sich einmal im Monat trifft (Termine siehe Seite 12). 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).



„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 werden, die 2 bis max. 5 km läuft. Nach jedem Spaziergang ist eine Einkehr geplant.

Die Gruppe wird von Herrn und Frau Pizzutilo organisiert und begleitet. Der Treffpunkt ist jeweils um 14.30 Uhr am Seniorentreff. Die Termine finden Sie auf Seite 12.



Unser **Chor** unter der Leitung von Hermann Stein freut sich über weitere Sängerinnen und Sänger. Die Termine finden Sie auf Seite 12. Kommen Sie gerne zum Schnuppern.



Wollspenden, hauptsächlich **Sockenwolle**, können Sie gerne nach telefonischer Rücksprache im Büro abgeben.

Aktuelle Infos

Puzzlecke

Wir haben im Café eine Puzzlecke eingerichtet. Sie können jederzeit zum Puzzeln vorbeikommen oder eine evtl. Wartezeit mit Puzzeln überbrücken. Nach Fertigstellung wird ein anderes Motiv aufgelegt.



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



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



Wer gut **erhaltene Tischtennisschläger und Bälle** übrig hat, darf sie gerne im Büro abgeben.

Für unsere Tischtennisgruppe suchen wir eine guterhaltene wetterfeste Tischtennisplatte für den Garten.



Am Samstag, 11.10. findet im großen Saal des Seniorentreffs ein **Kofferflohmarkt** statt. Bei unserem Flohmarkt aus dem Koffer darf verkauft werden, was in einen Koffer passt. Dies kann Gebrauchtes oder Selbstgemachtes sein. Außerdem wird es Kaffee und Kuchen geben.

Weitere Infos wie Anmeldung und Standgebühr siehe Aushang.

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.



Wir brauchen Unterstützung und suchen ehrenamtliche Helfer:Innen:

- im Reise-Organisationsteam: Ehrenamtliche, die Tagesfahrten und Reisen organisieren und begleiten
- als Gruppenleitung/ Tourenleitung Radwandergruppe
- Tourenleitung Bio-Biker
- im Gruppenleitungsteam der Spaziergängergruppe
- als ehrenamtliche Musiker für Feste und Veranstaltungen
- im Gartenteam
- als Lehrende für weitere Sprach- und Konversationskurse
- für regelmäßige Disco-Veranstaltungen im Bereich Rock und Pop (80iger, 90iger, 2000er und neue Musik)
- die Feste und Feiern mitgestalten (z.B. Geburtstagsfeier)
- die einen Besuchsdienst für Mitglieder, die nicht mehr zu uns ins Haus kommen können, übernehmen
- als Vertretung im Büro
- als Kursleitung Steppen und Ballett

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

Herbstfest
Adventsfeier

Freitag, 17. Oktober 2025
Dienstag, 02. Dezember 2025

Schließtage 2025/ 2026

Sommer 11.08.2025 – 05.09.2025
Tag der Deutschen Einheit 03.10.2025
Weihnachten/ Neujahr 2025/ 2026 22.12.2025 – 06.01.2026

☆ ☆ ☆ ☆

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

HoffnungsBären – der Seniorentreff ist dabei

Der Seniorentreff macht mit beim Projekt der Freiwilligenagentur und kleidet kleine Bären ein.

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.

Wenn Sie mitmachen möchten, holen Sie einen oder mehrere Bären im Seniorentreff oder der Freiwilligenagentur 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 Ausgabestelle 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



Bildquelle: Stadt Ravensburg

Dienstag, 23. September 2025, 14.30 Uhr

Wiborada von St. Gallen – lang vergessen, neu verehrt.

Thema des Vortrags von Frau Dr. Helga Müller-Schnepper ist die heldenhafte Wiborada von St.Gallen. Wir kennen ihren richtigen Namen nicht, denn „Wiborada“ ist die lateinische Version von „Wiberrat“.

Ab 912 lebt sie bei der Kirche St.Mang in St. Gallen, wo sie sich als sogenannte Inklusin einmauern ließ. Ihre Zelle hatte jedoch eine Türe und zwei Fenster. Eines ging in die Kirche hinein, das andere aber zur Welt hinaus, wo ihr „Wiberrat“ sehr gefragt war. Als die Hunnen anrückten, riet sie dem Abt, die Bibliothek und den Klosterschatz in Sicherheit zu bringen. Wiborada aber weigerte sich, mit den Mönchen zu fliehen. Sie wurde von den beutegierigen Barbaren erschlagen.

Sogleich setzte ihre Verehrung ein, sodass sie schon 1047 als erste Frau heiliggesprochen wurde.

Teilnahmegebühr 5 Euro

Anmeldung bei der Katholischen Erwachsenenbildung Ravensburg, <https://www.keb-rv.de/> , info@keb-rv.de , 0751/36161-30

Die Veranstaltung findet im großen Saal des Seniorentreffs statt.

Dienstag, 09. Oktober 2025, 14.30 Uhr

Teresa von Avila – Managerin und Mystikerin

Vortrag von Dr. Helga Müller-Schnepper

Sie ist zwar eine katholische Heilige, aber auch in der evangelischen Kirche durch einen Gedenktag präsent.

Als erste moderne Heilige gründete sie 17 neue Klöster sowohl für Frauen als auch für Männer. Es handelte sich dabei um Reformklöster der Karmeliter, die so genannten „Unbeschuhten Karmeliter“, deren Orden bis heute besteht.

Wichtig waren ihr dabei nicht harte Bußübungen, sondern ein geschwisterlicher Lebensstil. Dazu gehörte das Freiwerden vom Egoismus und die Pflege einer intensiven Freundschaft mit Gott, die sich auch im Alltag „zwischen den Kochtöpfen“ realisieren ließ. Fast unvorstellbar ist bei diesem Pensum, dass sie auch eine große Mystikerin war, deren Visionen sich nur aus ihrer tiefen Beziehung zu Gott verstehen.

Teilnahmegebühr 5 Euro

Anmeldung bei der Katholischen Erwachsenenbildung Ravensburg, <https://www.keb-rv.de/> , info@keb-rv.de , 0751/36161-30

Die Veranstaltung findet im großen Saal des Seniorentreff statt.

Weihnachten gemeinsam

Sie sind über die Weihnachtstage alleine und wünschen sich einen Platz zum Mitfeiern?

Sie sind über die Weihnachtstage alleine und würden gern einen oder mehrere Gäste bei sich zu Hause empfangen?

Sie sind über die Weihnachtstage nicht alleine, würden gerne Ihr Zuhause als Gastgeberin oder Gastgeber öffnen und freuen sich über einen oder sogar mehrere Ihnen unbekannte Gäste?

Egal, ob männlich, weiblich, divers, jünger oder älter, als Single- oder Familien-Gastgeber - melden Sie sich bei uns.

Wir bringen Sie zusammen.

Der zeitliche Rahmen ist flexibel - Der Besuch kann am 24.12., am 25.12. oder am 26.12. stattfinden. Auch für die zeitliche Dauer gibt es keine Vorgaben. Es besteht die Möglichkeit, das gemeinsame Feiern auch an Silvester anzubieten. Die Einladenden und Gäste entscheiden selbst, wann und wie sie gemeinsam feiern möchten. Dieses Angebot ist eine Kooperation des Seniorentreff Ravensburg e.V., der Freiwilligenagentur der Stadt Ravensburg und der Mehr- generationenhäuser Weinbergstraße und Rahlentreff.

Bitte melden Sie sich bei Frau Zinke. Nach einem persönlichen Gespräch werden Gast und Gastgeber zusammengeführt.

Kontakt:

Sabine Zinke

Seniorentreff Ravensburg e.V.

0751 32747

kontakt@seniorentreff-rv.de

Montag bis Donnerstag 9:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 16:00 Uhr,

Freitag 9:00 – 12:00 Uhr



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

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

Freitag

Beratung Handyfotografie (Android)
mit Rüdiger Klein von 10:00 Uhr – 10:45 Uhr

Nach telefonischer Vereinbarung:

PC, Laptop und iPhone (Apple) mit Stefan Berger

Anmeldung im Büro erforderlich

Kostenbeitrag:

Mitglieder pro UE (45 Minuten) 2 Euro

Nichtmitglieder pro UE 5 Euro

Reise in die Wachau vom 5. - 9. Mai 2025

35 reisefreudige Seniorinnen und Senioren nahmen teil an der von Ursula Höhn sachkundig geplanten Kulturreise in die Wachau, einer der schönsten Landschaften Österreichs, zwischen Linz und Wien gelegen. Das Weinviertel und der Wienerwald liegen nahe, die Donau durchströmt die herrliche Landschaft. Nicht umsonst wurde die Wachau zum UNESCO-Welterbe erhoben.

Am Montag, dem 5. Mai, starteten wir pünktlich um 7.00 Uhr in einen eher herbstlich statt frühlingshaften Tag hinein. Regen und fröstelnde Temperaturen begleiteten uns bis zu unserem Standquartier in Emmersdorf. Dies liegt nur einen Steinwurf weg von Stift Melk, das wir durch einen Zwischenstopp besuchten. Stift Melk gilt als eine der großartigsten Klosteranlagen der Welt. Seit über 900 Jahren wirken dort Benediktinermönche. Wir durchstreiften den prächtigen Barockbau mit seinem Stiftsmuseum, dem Marmorsaal und der Bibliothek. Auch konnten wir einen Blick in die Stiftskirche werfen.

Spektakulär war unser erstes Ziel am Dienstag, dem sechsten Mai: Die Burgruine Aggstein, ruhend in luftigen 320 Metern Höhe über der Donau und prächtige Ausblicke bietend. Danach fuhren wir ins Waldviertel zum Benediktinerstift Altenburg. Es gilt als „Barockjuwel des Waldviertels“. Die imposante Anlage mit ihrer beeindruckenden Bibliothek entstand in der Barockzeit auf den Resten einer mittelalterlichen Klosteranlage, die teilweise freigelegt und besichtigt werden konnte.

Nach der Mittagspause steuerten wir den malerischen Winzerort Weißenkirchen an. Stolze Bürgerhäuser und die spätgotische Wehrkirche erstaunten uns bei unserem Rundgang.

Am dritten Tag lag auf dem Weg nach St. Pölten das Stift Heiligenkreuz. Die zweitälteste Zisterzienserabtei Österreichs gilt als „mystisches Herz des Wienerwalds“. Sie wurde 1133 von Herzog Leopold III (dem Heiligen) gegründet. Kunstgeschichtlich wird das Stift Heiligenkreuz als einzigartige Verbindung von Romanik, Gotik und Barock beschrieben. Unser brillanter Führer, Pater Antonius, jener der eine WG mit zwei Meerschweinchen bewohnt, brachte uns nicht nur die Anlage durch seine breite und tiefe Fachexpertise nahe, sondern schilderte auch, wie er seinen Job als Verwaltungsbeamter in Wolfsburg mit einem sinnstiftenden geistlichen Beruf tauschte. In der eindrucksvollen Anlage befindet sich auch eine theologische Universität.

St. Pölten, etwa der Größe Ravensburgs entsprechend, ist die älteste Stadt Österreichs und seit 1996 zugleich die jüngste Landeshauptstadt.

Reise in die Wachau vom 5. - 9. Mai 2025

Durch die kompetente Stadtführung erfuhren wir Interessantes über die etwa 2000jährige Geschichte und die Blüte in der Barockzeit. Heute ist St. Pölten eine Verwaltungsmetropole.

Am Donnerstag, dem 8.5., steuerten wir am frühen Vormittag Dürnstein, das Städtchen mit dem blauen Kirchturm an, das als der berühmteste Ort der Wachau gilt. Über dem Ort thront die Ruine jener Burg, in der Richard Löwenherz gefangen gehalten wurde. Wir schlenderten durch die romantischen Gassen und warfen einen Blick in das Barockkloster und genossen den Ausblick auf die Donau. Günstig war, dass wir den Ort früh besuchten, denn durch die Ankerung dreier Kreuzfahrtschiffe wurde der Ort durch viele Touristen ab dem späten Vormittag förmlich ‚geflutet‘.

Das nächste Ziel dieses Tages war Krems, auch zu den ältesten österreichischen Städten zählend. Krems ist eine international ausgerichtete Universitätsstadt und dadurch einerseits ‚jung bleibend‘, andererseits aber durch vorbildliche Denkmalpflege des Altstadtviertels zum UNESCO-Weltkulturerbe zu rechnen.



Reise in die Wachau vom 5. - 9. Mai 2025

Nach der Mittagspause erreichten wir nach kurzer Fahrt das Benediktinerstift Göttweig. Auf einer 200 m hohen, bewaldeten Bergkuppe gelegen, bildet es eine markante Silhouette am östlichen Ende der Wachau. Durch die kompetente Führung erfuhren wir viele Informationen zu dieser prächtigen Klosteranlage mit ihrer Panoramaterrasse.

Die Fülle der imposanten barocken Klöster wurde auf unserer Heimfahrt am Freitag, den 9. Mai 2025, durch das Augustiner-Chorherrenstift St. Florian, bei Linz gelegen, nochmals bereichert. Wir wurden durch die beeindruckenden Barockräume (Bibliothek, Marmorsaal, Stiftsbasilika) und die Kaiserflucht geleitet. Wir Ravensburger Seniorinnen und Senioren lernten auch, dass Anton Bruckner (1824-1896) u.a. in St. Florian gewirkt hat. Sein Sarkophag steht aufgrund seines Testaments in der Krypta von St. Florian unter ‚seiner‘, der Bruckner-Orgel.

Nach dem Mittagessen im „Stiftskeller“ kamen wir Dank der souveränen Lenkung des Busses durch Herrn Bodenmüller wohl behalten in Ravensburg an.

Liebe Leserinnen und Leser: man vermag es kaum zu glauben, dass die beschriebene Kulturreise in die Wachau die letzte war, die unsere Ursula Höhn kompetent geplant und souverän begleitet hat.

Alle Mitreisenden konnten beim Dankeschön von Hartmut Jost und Uwe Lürer manche Träne nicht zurückhalten. Dass diese Ursulas letzte Reise war, die sie für uns im Seniorentreff organisiert hat, ich vermag es kaum zu fassen ...

Text und Foto: Dr. Jürgen Lackmann

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-Gruppe veröffentlicht. Der Abschluss jeder Radtour findet nach Möglichkeit in einer Gaststätte oder einem Café 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 müssen sich bis Dienstag, 18:00 Uhr vor dem Tourentag über die Radler-WhatsApp-Gruppe 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 eine zweite Gruppe mit einem zweiten Tourenleiter bilden sollten. Auf Ihre Anfrage helfen wir auch gerne bei der Ausgestaltung und/oder Tourenführung mit.

Alle Teilnehmenden 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

06.	August	Heiligenberg – Deggenhausertal	Josef Kleb	60	T
13.		Nördliches Schussental	Horst Guffanti	60	T
20.		Wolpertswende – Hatzenturm	Sigrid Wäschle	35	H
27.		Salem – Markdorf	Josef Kleb	60	T
03.	September	Aulendorf – Hochkreuz	Luitgard u. Roswitha	50	T
10.		Oberrussenried Cafe Nuber	Christa Heine	36	H
17.		Langenargen oder Bodnegg	Uschi u. Peter	45	H
24.		Meckenbeuren – Langenargen - Tett nang	Siggi Muth	50	T
01.	Oktober	Bergatreute – Bad Waldsee	Horst Guffanti	60	T
08.		Wangen	Roland Haller	50	T
15.					H
22.					H
12.	November	Saisonabschluss 14 Uhr großer Saal Seniorentreff Saisoneröffnung 2026 11.03.2026			

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

Die Radwandergruppe wird seit dem 01.01.2012 von einem vierköpfigen Leitungsteam organisiert. 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 Whats App ein. Aus Gründen des Datenschutzes sind nachstehend nur die Telefonnummern aufgeführt, weitere Informationen können Sie der Mitgliederliste entnehmen.

5. 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

Sommer-/ Herbstprogramm der Skifahrergruppe

Sommer-/Herbstprogramm 2025 der Skifahrer- und Winterwanderer Gruppe

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

<p>August Donnerstag 07.08.2025</p>	<p>Wanderung im Schmalegger Tobel mit anschließender Einkehr, Gaststätte Golfplatz bei LaLa Treffpunkt um 13:00 Uhr - Parkplatz Jägerhaus Schmalegg/Beschilderung Richtung Sportplatz Organisator: Veronika Bouley</p> <p>Anmeldung: 0751-35 30 04 oder veronika.bouley@t-online.de</p>
<p>September Donnerstag 25.09.2025</p>	<p>Wanderung im Pfrungener Ried / Wilde Moorlandschaft mit Führung (6 € bei max. 20 Pers.)</p> <p>Mittagessen in der Riedwirtschaft/Wilhelmsdorf, anschließend Fahrt zum Höchsten zum Mundartweg und zur Aussichtsplattform. Ausklang bei Kaffee und Kuchen im dortigen Gasthaus Treffpunkt um 8:00 Uhr in Oberzell an der Sportgaststätte Organisatoren: Myrta Schneider und Klaus Albrecht</p> <p>Anmeldung bis 18.09.25 bei Myrta: 07504-607 oder myrtaschneider@hotmail.com</p>

Sommer-/ Herbstprogramm der Skifahrergruppe

Oktober Ab Donnerstag 16.10.2025	Beginn der wöchentlichen Skigymnastik im großen Saal 10 x bis Weihnachten: 15:30 Uhr Okt.: 16.10., 23.10., 30.10., 15:30 Uhr Nov.: 06.11., 13.11., 20.11., 27.11. 15:30 Uhr Dez.: 04.12., 11.12., 18.12. Leitung: Stanislaus Lazar Anmeldung: 0751-91310 oder stanislaus.lazar@googlemail.com
November Montag 10.11.2025	14:30 Uhr Skifahrtreffen Seniorentreff im kleinen Saal Gemeinsame Besprechung des Winterprogrammes 2025/26
Dezember Dienstag 09.12.2025	14:30 Uhr Vorweihnachtliches Skifahrtreffen im großen Saal Fotoshow Sommer-/Herbst Treffen im Jahre 2025

Leitungsteam:

Dieter Allmendinger: Sommerprogramm 2025, Wanderungen
Tel. (0751-6 12 46)

Stanislaus Lazar: Winterprogramm 2025-26, Skiausfahrten und Skigymnastik Tel. (0751-9 13 10)

Myrta Schneider: Winterprogramm 2025-26, Schneewanderungen
Tel. (07504-607)

Veronika Bouley: Koordination, Öffentlichkeitsarbeit
Tel. (0751-3 53 00 4)

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 Sar-eis	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

Wanderprogramm 2025 der Bergwandergruppe

Datum	Start	Ziel	Gehzeit Std.	Aufstieg hm	Abstieg hm	Name
18. Aug.	14:30	Besprechung				
19. Aug.	7:00	A+B: Gantakopf, Montafon A+: Madrisella, Montafon	4:30 5:30	550 530	550 1060	Bruno
26. Aug.	8:00	Z - Langen - Hirschberg	3:00	440	440	Heinz
2. Sep.	7:00	A: Mellau - Kanisfluh B: Mellau - Hehlesattel	5:00 4:00	680 520	680 520	Heinz
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 B: Neunerköpfe - Schochenspitze	7:00 4:00	650 350	650 350	Stani
23. Sep.	9:00	Z - Runde um Fronhofen	3:00	180	180	Maria/ Hilde
30. Sep.	7:00	A: Großer Ochsenkopf u. Weiherkopf B: Bolsterlanger Horn	5:30 3:00	850 230	280 230	Heinz
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 GugginsLand	5:00	300	300	Hermann
28. Okt.	8:00	Heuneburg - Heiligkreuztal	4:30	160	160	Jürgen
5. Nov.	14:30	Saisonabschluss				

Wanderprogramm 2025 der Bergwandergruppe

Treffpunkt für alle Wanderungen:

Rutenfestkommission Südseite, Schützenstraße 45

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

Mitglieder

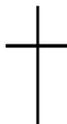
Wir begrüßen als neue Mitglieder

Baumgartner, Gerda
Bernwein, Josef
Gröber, Christine
Herzer, Christina
Herzer, Julius
Hess Ulrike
Kröh, Prof. Dr. Joachim
Kümmel, Regina
Küther-Scheinhardt, Brigitte
Meusel-Bürkle, Claudia
Mittel, Hannelore
Nagel, Irmgard
Steiniger, Marcus
Voigt, Wolfgang
Wenzler-Voigt, Maria
Wittmann, Karin

Und noch 3 weitere Beitritte (Namensnennung nicht erwünscht)

Unsere Verstorbenen

Boda, Edmund
Dangelmaier, Elfriede
Schuster, Heidi
Steinberger, Mathilde





Impressum

- Herausgeber: Seniorentreff Ravensburg e. V.
- Redaktionsteam: Dr. Jürgen Lackmann, Sabine Zinke, Anita Paul
- Verantwortlich für den Inhalt: Redaktionsteam
- Bild Deckblatt: © Seniorentreff Ravensburg
- Auflage: 1.200
- 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

www.seniorentreff-rv.de