

## **Freitag, 16. Mai 2025**

### **Mit dem Bus nach Regensburg zum Haus der Bayerischen Geschichte**

Wir erleben bei einer Führung durch das Haus die Bayerische Landesausstellung 2025 mit dem Thema „Ludwig I. - Bayerns größter König?“ Es besteht auch die Möglichkeit eines Einkaufsbummels in Regensburg.

Auf dem Rückweg besuchen wir die Weinstube „Kruckenberger“ in Bach.

Info und Anmeldung bei Elisabeth Praus, Tel: 08553/226

## **Freitag, 04. Juli 2025**

### **Kaffeenachmittag**

mit 1. Bürgermeister Karlheinz Roth, der sich auf interessante Gespräche mit Ihnen unter dem Motto „Im Alter gut leben in Spiegelau“ freut.

Vortrag durch die Referentin Heidi Teufel zum Thema „Finanzielle Möglichkeiten bei Pflegebedürftigkeit“.

Treffpunkt: ab 14.30 Uhr

Café Würzbauer, Hauptstraße 68 in Spiegelau

## **Freitag, 01. August 2025**

### **Spaziergang im Kurpark Spiegelau**

1. Bürgermeister Karlheinz Roth erläutert uns bei einem Rundgang die Attraktionen des Parks und ein Waldführer begleitet uns auf dem Aufichtenwaldsteg.

Anschließend haben wir Gelegenheit zu einer gemeinsamen Brotzeit.

Treffpunkt: 14:00 Uhr beim Funktionsgebäude im Kurpark

Info und Anmeldung bei Elisabeth Praus, Tel: 08553/2265

## **Sonntag, 28. September 2025**

### **Seniorentag der Gemeinde Spiegelau**

Ab 11:00 Uhr in der Mehrzweckhalle Spiegelau  
Hier haben die Seniorinnen und Senioren der Gemeinde Gelegenheit, sich in gemütlicher Runde zu treffen.



Liebe Seniorinnen und Senioren in Spiegelau, seit 2014 bin ich die Seniorenbeauftragte in unserer Gemeinde. Ich stehe Ihnen als Ansprechpartnerin vor Ort zur Verfügung und vermittele für Sie bei Bedarf auch Kontakte zu Fachleuten und Fachstellen. Dies geschieht natürlich absolut vertraulich.

Elisabeth Praus  
Fuchsensteinstraße 14  
94518 Spiegelau  
Tel: 08553 2265

Verantwortlich: Elisabeth Praus,  
Seniorenbeauftragte der Gemeinde Spiegelau.

Jeder Veranstalter ist für die Veröffentlichung und Durchführung seiner Angebote selbst verantwortlich.

Für die Richtigkeit von Datum, Uhrzeit und Ort wird keine Haftung übernommen.



## **SENIORENPROGRAMM 2025 Gemeinde Spiegelau**





## Treffpunkt Seniorenclub

### Seniorenclub Spiegelau:

Immer am **letzten Donnerstag** im Monat ab 14:00 Uhr  
Treffpunkt: Café Würzbauer, Hauptstraße 68

Info bei Seniorenclubleiterin  
Frau Ulrike Hilpert, Tel: 08553/9783038

### Seniorenclub Oberkreuzberg:

Jeden **ersten Dienstag** im Monat ab 14:00 Uhr  
Treffpunkt und Info: bei Seniorenclubleiterin  
Frau Ingrid Fischer, Hangstraße 9, Palmberg,  
Tel: 08553/1064

### Seniorenclub Klingenbrunn:

Jeden **letzten Mittwoch** im Monat ab 14:00 Uhr  
Treffpunkt: Dorfladen Klingenbrunn, Frauenauer Straße 30

Info bei Seniorenclubleiterin  
Frau Heidi Schwarzmann, Tel: 08553/979623

Außer an Feiertagen finden diese Treffen immer statt.  
Interessierte Senioren sind immer herzlich willkommen.  
Diese Treffen bieten für unsere Senioren eine gute  
Gelegenheit sich auszutauschen, neue soziale Kontakte zu  
knüpfen oder auch alte Bekannte wieder zu treffen, sowie  
jahreszeitliche Feste gemeinsam zu feiern.

Kommen Sie doch zu unseren Treffen unverbindlich  
vorbei, um uns kennenzulernen.

Wir freuen uns auf Sie!

Und das Beste, es kost natürlich nix!

## Körperlich und geistig fit bis ins hohe Alter Sportangebote für Ältere

### Seniorenport in der Mehrzweckhalle Spiegelau

Mittwoch: 15:30 Uhr bis 16:45 Uhr

### Rehasport in der Mehrzweckhalle Spiegelau

Montag: 17:30 Uhr bis 18:15 Uhr

Donnerstag: 18:30 Uhr bis 19:15 Uhr

### Fitnessgymnastik in der Mehrzweckhalle Spiegelau

Donnerstag: 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr

Weitere Informationen:

**Aktiv Sport 2000 e.V. Spiegelau,**

Frau Brigitte Hinterberger, Tel 08533/6949 od. 6500



## Gemeinsamer Spielenachmittag für Jugend und Senioren

**Samstag 22.02.2025 ab 14:00 Uhr**

**Wo: Café Würzbauer, Hauptstraße 68 in Spiegelau**

Gestaltung: Sabrina Botschafter, Jugendbeauftragte  
Elisabeth Praus, Seniorenbeauftragte

Ein gemütliches Beisammensein bei Brett-, Würfel- und  
Kartenspielen.

## Kulturelles Vergnügen im Alter

Die Theaterfahrten der Volkshochschule nach Passau  
werden auch mit Zustiegsmöglichkeit am P+R Parkplatz in  
Spiegelau angeboten.

Weitere Informationen zu Programm, Abfahrtszeiten  
finden Sie im aktuellen VHS Programm oder unter  
[www.vhs-freyung-grafenau.de](http://www.vhs-freyung-grafenau.de)  
Anmeldung unter Tel: 08551/57-370

## Lesen hat immer Saison

Die Gemeinde- und Pfarrbücherei Spiegelau bietet für  
unsere Senioren eine ansprechende Auswahl an Büchern.  
Heimatkrimis aus Bayern, Heimatliteratur, Bildbände aus  
unserer Heimat, aber auch Krimis und Romane.  
Zeitschriften für Haus und Garten können ebenfalls  
ausgeliehen werden.

### **Öffnungszeiten:**

Jeweils Mittwoch und Freitag von 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr  
im Gebäude der Grundschule Spiegelau.

Das Team der Bücherei freut sich auf Ihren Besuch.

