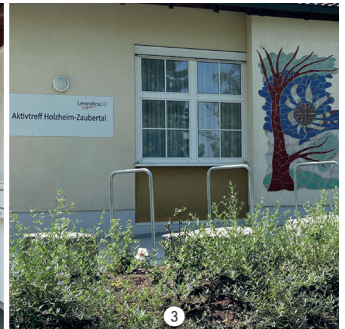
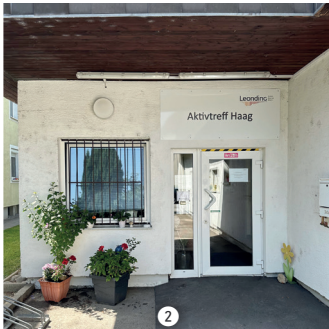


AKTIVTREFF LEONDING

DAS JAHRESPROGRAMM 2023/2024

Die fünf Aktivtreffs Leonding bieten die Möglichkeit zu abwechslungsreichen Aktivitäten, geselligen Treffen und informativen Vorträgen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Aktivtreffs Leonding:

1. Doppl-Hart
2. Haag
3. Holzheim-Zaubertal
4. Leonding
5. Untergaumberg

Fotos: Fotoklub Leonding



INHALT

Die Aktivtreffs in Leonding	3
Kontakt und Öffnungszeiten	4
Praktische Informationen für SeniorInnen	5
Aktivtreff Doppl-Hart	8
Aktivtreff Haag.....	12
Aktivtreff Holzheim-Zaubertal	16
Aktivtreff Leonding	21
Aktivtreff Untergaumberg	23



IMPRESSUM:

Verleger und Herausgeber: Stadt Leonding, Stadtplatz 1, 4060 Leonding
Tel.: 0732/6878-0, www.leonding.at, rathaus@leonding.at
Für den Inhalt verantwortlich: Abteilung Bürgerservice und Soziales.
Gestaltung: Layout Service, Leonding. Fotos: Stadtgemeinde Leonding.
Programmänderungen und Druckfehler vorbehalten.

DIE AKTIVTREFFS IN LEONDING

Die 5 Aktivtreffs in Leonding verstehen sich als offene und überparteiliche Begegnungsstätten. Sie bieten ein abwechslungsreiches und vielfältiges Veranstaltungs- und Mitmachprogramm: Angebote wie Fußpflege, Massage, Bewegung, Ausflüge, gemeinsames Handwerken und vieles anders mehr. Die Aktivtreffs sind Treffpunkte zum gemütlichen Zusammenkommen und Beisammensitzen ohne Konsumationszwang bei günstigen Preisen. Der Besuch ist frei und ohne Anmeldung möglich!

Zur besseren Übersicht ist unser Veranstaltungsprogramm 2023/2024 nach alphabetischer Reihenfolge der Aktivtreffs gegliedert:

- **Aktivtreff Doppl-Hart**
- **Aktivtreff Haag**
- **Aktivtreff Holzheim-Zaubertal**
- **Aktivtreff Leonding**
- **Aktivtreff Untergaumberg**

Über das Programm informiert Sie diese Broschüre. Gerne stehen Ihnen auch unsere Ansprechpartnerinnen in den Aktivtreffs und im Rathaus Leonding für Ihre Fragen und Anregungen auf der Seite 4 zur Verfügung.



KONTAKT UND ÖFFNUNGSZEITEN

AKTIVTREFF DOPPL-HART

Remisenstraße 6, 4060 Leonding, Mo-Do 14-18 Uhr, Fr 12-16 Uhr
Frau Andrea Friedl, Tel. 0732/6878-111001
Email: aktivtreff-doppl@leonding.at



AKTIVTREFF HAAG

In der Flaksiedlung 21, 4060 Leonding, Mo-Do 14-18 Uhr, Fr 13-17 Uhr
Frau Magda Bäck, Tel. 0732/6878-111101
Email: aktivtreff-haag@leonding.at



AKTIVTREFF HOLZHEIM-ZAUBERTAL

Johann-Stipanitz-Weg 2, 4060 Leonding, Mo-Fr 14-18 Uhr
Frau Patricia Gschaider, Tel. 0732/6878-111201
Email: aktivtreff-holzheim@leonding.at



AKTIVTREFF LEONDING

Ruflinger Straße 12c, 4060 Leonding, Mo-Fr 14-18 Uhr
Frau Silvia Böhm, Tel. 0732/6878-111301
Email: aktivtreff-leonding@leonding.at



Achtung: Parken am Parkplatz des Zentrums für Betreuung und Pflege nur für Angehörige von Heimbewohnern möglich! Ausreichend Parkplätze für den Aktivtreff befinden sich am Parkplatz zum Stadtfriedhof, Zufahrt über die Hainzenbachstraße oder den Alhartingerweg.

AKTIVTREFF UNTERGAUMBERG

Rottmayrstraße 33, 4060 Leonding, Mo-Fr 14-18 Uhr
Frau Ilona Rose, Tel. 0732/6878-111401
Email: aktivtreff-untergaumberg@leonding.at



RATHAUS LEONDING

Stadtplatz 1, 4060 Leonding
Mo-Fr 8-12 Uhr, Di und Do auch bis 18 Uhr
Ralf Kneidinger, Sachbearbeiter Soziales, Gesundheit und Sport
Tel. 0732/6878-110303, Email: ralf.kneidinger@leonding.at

Wohnen und Pflege

Die Sozialberatungsstelle im Leondinger Rathaus ist die erste Anlaufstelle für Ihre Fragen rund um die Themen altersgerechtes oder betreubares Wohnen, Wohnen im Pflegeheim und Betreuung im Alter.

In Leonding stehen zwei Zentren für Betreuung und Pflege zur Verfügung. Wenn Sie selbst über die Betreuungsmöglichkeit entscheiden möchten, bietet Ihnen die Stadtgemeinde zwei Wohnhäuser mit insgesamt 129 und der Arbeitersamariterbund weitere 39 betreubare Wohnungen. Die Stadtgemeinde hat darüber hinaus die Vergabemöglichkeit über 40 Wohnungen im altersgerechten Wohnen, einer weiteren Form des selbstständigen Wohnens für Ältere.

Auskünfte zu den Themen Pflegeplatz und -geld, Anmeldung und Vergabe von betreubaren und altersgerechten Wohnungen, Mahlzeitendienst „Essen auf Rädern“, der Betreuung zu Hause bzw. Unterstützung durch mobile Pflegedienste sind zu den Öffnungszeiten Montag-Freitag 8-12 Uhr und Dienstag/Donnerstag auch 16-18 Uhr jederzeit telefonisch möglich. Vereinbaren Sie ein persönliches Beratungsgespräch bitte unter 0732/6878-0 oder per E-Mail an soziales@leonding.at.

Mobil mit Aktivpass und Seniorenticket

Mit dem Leondinger Aktivpass und dem Seniorenticket der Linz-Linien sind Sie mit den öffentlichen Verkehrsmitteln Bus, Straßenbahn und S-Bahn in Leonding und der Kernzone sicher und günstig unterwegs: In und durch Leonding fahren die Linz Linien 3, 4, 17, 19, 43, 70, 72, 107, 191 und 192, die S2 (ÖBB) und S5 (Linzer Lokalbahn LILO) sowie die OÖ-Verkehrsverbund Buslinien 600, 601, 609, 615 und 618.

PRAKTISCHE INFORMATIONEN FÜR SENIOR:INNEN

Falls Sie Pflegegeld beziehen, können Sie den Leondinger Aktivpass bekommen. Mit dem Aktivpass der Stadtgemeinde Leonding können Sie eine Monatskarte der Linz Linien um Eur 13,- erwerben. Da es der Stadtgemeinde ein Anliegen ist, auch einkommensschwächere Personen an der aktiven Teilnahme am gesellschaftlichen Leben zu unterstützen, bekommen Sie den Aktivpass auch, wenn Ihr Einkommen bestimmte Grenzen unterschreitet. Mit dem Aktivpass haben Sie freien Eintritt in das Turm 9 – Stadtmuseum, Gratisleihe in der Stadtbücherei und ermäßigten Eintritt in die Freizeitanlage und das Wellnesscenter im Kürnbergbad Leonding.

Alle Leondingerinnen und Leondinger über 64 Jahren, Jüngere die bereits eine Pension beziehen und Personen ab 59 Jahren, deren Partner/ Partnerinnen eine Eigenpension erhalten, können zudem die Verkehrsmittel der Linz Linien mit der Seniorenmonatskarte um Eur 27,90 benutzen.

Auskünfte zu den Vergünstigungen und der Antragstellung erhalten Sie in der Sozialberatungsstelle Leonding unter 0732/6878-0 oder soziales@leonding.at

Carsharing tim – täglich, intelligent, mobil

Auch Leonding liebt TIM! Mit dem Stadtplatzumbau ist TIM, die Carsharingplattform der Linz AG, nach Leonding gekommen. Elektro- und herkömmliche PKW stehen Ihnen direkt bei der Bushaltestelle am Stadtplatz das ganze Jahr über und rund um die Uhr leihweise zur Verfügung. Möchten Sie vom Rad auf eines der Autos umsteigen, können Sie Ihr Fahrrad an den neu errichteten, überdachten Abstellplätzen si-

PRAKTISCHE INFORMATIONEN FÜR SENIOR:INNEN

cher parken. Nähere Informationen zu Kosten und Nutzung erhalten Sie im TIM-Servicecenter unter 0732/3400-7733, office@tim-linz.at oder direkt im Servicecenter in der Wiener Straße 151 in 4020 Linz.

Geburtstags- und Ehejubiläum

Geburtstagsjubilare werden auf ihren Wunsch in der Stadtgemeinde Leonding zum 90., 95. und ab dem 99. Geburtstag jährlich geehrt. Eine vorherige Anmeldung dazu ist nicht nötig. Sie werden für eine Terminvereinbarung durch das Stadtamt kontaktiert.

Ab dem 50. Ehejahr können Eheleute bei Erreichen der Jubiläumshochzeiten für die goldene (50 Jahre), diamantene (60 Jahre), eiserne Hochzeit (65 Jahre), Gnaden- (70 Jahre), Juwelen- (72,5 Jahre) und Kronjuwelnhochzeit (75 Jahre) geehrt werden. Die Anmeldung Ihres Jubiläums geben Sie bitte in der Sozialabteilung unter 0732/6878-0 oder soziales@leonding.at bekannt.

Nach Terminvereinbarung überbringt Ihnen eine Vertreterin oder ein Vertreter der Stadtpolitik die besten Glückwünsche, einen Geschenkkorb mit Spezialitäten der Leondinger Landwirte und einen Blumenstrauß.



AKTIVTREFF DOPPL-HART

WOCHENPROGRAMM

Dienstag 14-15 Uhr:

Sesseltturnen mit Trude Viehböck

Montag und Donnerstag ab 14 Uhr:

Spiele-Treff

Montag (alle 5 Wochen) ab 11 Uhr:

Fußpflege - Anmeldung im Aktivtreff

Jeden zweiten Mittwoch ab 11 Uhr:

Selba Training – Gedächtnistraining mit Josefine

PROGRAMM 2023/2024

11. Oktober 2023

Oktoberfest mit Weißwurstparty

Anmeldung erforderlich

Beginn: 14 Uhr

22. November 2023

Vortrag - schmerzfrei & beweglich bis ins hohe Alter

„Alles rund ums Thema Schmerz“

(Liebscher & Bracht- Therapeutin/Bewegungslehrerin) —>

Was ist Schmerz, wie entsteht Schmerz, warum spüre ich den Schmerz und was kann ich tun? „HILFE ZUR SELBSTHILFE!“

Anmeldung erforderlich

Beginn: ab 15 Uhr

29. November 2023

Weihnachtsfeier

Beginn: 13 Uhr

6. Dezember 2023

Adventfeier mit Glühwein & Lebkuchen

Anmeldung erforderlich

Beginn: 14 Uhr

24. Jänner 2024

Fa. Mahlzeit – Verkostung

Anmeldung erforderlich

Beginn: 14 Uhr

13. Februar 2024

Faschingsfeier am Faschingsdienstag

Anmeldung erforderlich

Beginn: 14 Uhr

14. Februar 2024

Heringsschmaus und Valentinstags Feier

Anmeldung erforderlich

Beginn: 14 Uhr

27. März 2024

Osterfeier

Anmeldung erforderlich

Beginn: 14 Uhr

April 2024

Führung im Linzer Stadion

gemütlicher Ausklang in der Buschenschank

Nähere Informationen im Aktivtreff

Anmeldung erforderlich

8. Mai 2024

Muttertagsfeier

Beginn: ab 13 Uhr

15. Mai 2024

Minigolf

Nähere Informationen im Aktivtreff

Anmeldung erforderlich

5. Juni 2024

**Ausflug in die Brauerei Baumgartner mit anschließender
Schiffsfahrt am Inn**

Nähere Informationen im Aktivtreff

Anmeldung erforderlich

24. Juni 2024

Grillfest mit musikalischer Begleitung

Anmeldung erforderlich

**Weitere Veranstaltungen 2024, die Termine und Informationen
werden im Aktivtreff bekanntgegeben:**

Demenzvortrag (Erkennung im Frühstadium und richtiger Umgang)

Zivilschutz OÖ (Blackout Vortrag)

Frühjahr 2024, Termin wird noch bekanntgegeben

Vortrag zur Sturzprävention: Im Workshop „Trittsicher und mobil“ werden spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen erlernt und wie dadurch Stürzen vorgebeugt werden kann.

Anmeldung im Aktivtreff erforderlich

Termin wird im Aktivtreff bekannt gegeben

Kursdauer: 12 Einheiten zu jeweils 50 min



AKTIVTREFF HAAG

WOCHENPROGRAMM

Jeden Dienstag 14-18 Uhr:

Gemeinsames Singen und Musizieren

Jeden Freitag 13-16.30 Uhr:

Massage „Wellness für den Körper“ Voranmeldung erforderlich

Jeden Donnerstag 13-14.30 Uhr:

Senior:innenturnen Bewegungsübungen nach dem Motto „wer rastet der rostet“ mit Trude Viehböck.

Jeden Mittwoch 8-12 Uhr:

Fußpflege Voranmeldung erforderlich

Jeden Mittwoch 13-14 Uhr:

Linedance - Gemeinsames Tanzen um im Schwung zu bleiben mit Michaela. Keine Vorkenntnisse nötig, die Teilnahme ist auch ohne Tanzpartner möglich.

Jeden letzten Freitag im Monat ab 9 Uhr:

Wir starten mit einem gemeinsamen Genussfrühstück ins Wochenende! Voranmeldung zum Brunch bei Magda im Aktivtreff erforderlich.

PROGRAMM 2023/2024

17. Oktober 2023

Zahlenquiz

Beginn 14.30 Uhr

8. November 2023

Gansessen zum Vorstadtwirt-Gasthaus Atzmüller St. Veit im Mühlkreis, mit musikalischer Unterhaltung
Anmeldung erforderlich

21. November 2023

Heiteres zum Nachmittagskaffee

Beginn: 14:30 Uhr

27. November 2023

Weihnachtsfeier

Beginn: 13 Uhr

6. Dezember 2023

Nikolaus Feier

Beginn: 14 Uhr

9. Jänner 2024

Vortrag Stolpersteine durch die KFG

Beginn: 14 Uhr

Anmeldung erforderlich

13. Februar 2024

Beratung zur Arbeitnehmerveranlagung

Mit Norbert Eiding, Versicherungsagent

Beginn: 12 Uhr

19. Februar 2024

Rosenmontagsfeier mit Musik und Faschingskrapfen

Heute sind viele Narrenkostüme und -verkleidungen erwünscht!

Beginn: 14 Uhr

Anmeldung erforderlich

21. Februar 2024

Traditioneller gemeinsamer Heringsschmaus

Beginn: 14 Uhr

Anmeldung erforderlich

5. März 2024

Bingo

Beginn: 14:30 Uhr

22. März 2024

Osterjause

Beginn: 14 Uhr

Anmeldung erforderlich

9. April 2024

Wandertag zum Botanischen Garten

Beginn: 12 Uhr

Anmeldung erforderlich

6. Mai 2024

Muttertagsfeier

Beginn: ab 13 Uhr

14. Mai 2024

Besichtigung der Raiffeisen Sportarena Linz

Beginn: 12 Uhr

Anmeldung erforderlich

11. Juni 2024
Ausflug nach Salzburg
Beginn: 8 Uhr
Anmeldung erforderlich



AKTIVTREFF HOLZHEIM

WOCHENPROGRAMM

Montag 14.30-15.30 Uhr:

Senior:innenturnen mit Mag. Elisabeth Eidingler
Kartenspielen – Romycup und vieles mehr

Dienstag ab 12 Uhr:

Massage und Fußpflege. Terminvereinbarung im Aktivtreff.
Tarock ab 14 Uhr

Jeden 2. Dienstag ab 14 Uhr:

Tanzen für Alle mit Dr. med. Isabella Roth. Es sind keine Vorkenntnisse
nötig. Die Teilnahme ist auch ohne Tanzpartner:in möglich.

Mittwoch ab 14 Uhr:

Kartenspielen – 4er Schnapsen
Yoga für Senioren „Fit im Alltag“ ab 13 Uhr ca. 50 min

Donnerstag 14-15 Uhr:

Gedächtnistraining mit Patricia „Wer rastet, der Rostet“
Kartenspielen

Jeden zweiten Freitag 15-16 Uhr:

Singkreis mit Peter Fischer

PROGRAMM 2023/2024

19. September 2023

Blackout – Informationsnachmittag

Beginn: 15 Uhr

Anmeldung erforderlich

27. September 2023

Sturzpräventionstraining. In der Workshopreihe „Trittsicher und mobil“ werden spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen erlernt und wie dadurch Stürzen vorgebeugt werden kann - Anmeldung erforderlich, Start am 27.9.2023.

Uhrzeit wird noch bekanntgegeben

Kursdauer: 12 Einheiten zu jeweils 50 min, kostenlos, begrenzte

Teilnehmer:innenzahl

12. Oktober 2023

Schmerzfrei & beweglich ins hohe Alter!

„Alles rund ums Thema Schmerz“

(Liebscher & Bracht- Therapeutin/Bewegungslehrerin)

Was ist Schmerz, wie entsteht Schmerz, warum spüre ich den Schmerz und was kann ich tun? „HILFE ZUR SELBSTHILFE!“

Beginn: 15 Uhr ca. 90 min

Eine Voranmeldung ist im Aktivtreff erforderlich.

17. Oktober 2023

Bewusst-sicher im Auto unterwegs: „Ein Workshop vom Kuratorium für Verkehrssicherheit“ (KFV)

Beginn: 13-15:30 Uhr

5. Oktober 2023

Ausflug Konditorei Schwarz

Beginn: 13:30

20. Oktober 2023

O´zapft is! Oktoberfest mit zünftiger Musik

Beginn: 14 Uhr

Anmeldung erforderlich

23. November 2023

Vorstellung der Fa. Mahlzeit – Verkostung

Beginn: 13 Uhr

Anmeldung erforderlich

23. November 2023

Adventkranzbinden, Weihnachtliche Geschenke, Tischdeko

Beginn: 15 Uhr

30. November 2023

Weihnachtsfeier

Beginn: 15 Uhr

15. Dezember 2023

Adventlesung mit Helmut Schütz

Mit musikalischer Untermalung des Männer CHOR-St. Margarethen

Beginn: 13 Uhr

10. Jänner 2024

Acrylmalerei mit verschiedenen Techniken

Beginn: 14 Uhr

18. Jänner 2024

Entgiften statt Vergiften

Entgiften ist zunehmend wichtig für die Gesundheit und das Wohlbefinden.

Kostenlos – Anmeldung im Aktivtreff

Beginn: ab 15:30 Uhr

12. Februar 2024

Faschingsgshnas im Aktivtreff mit Maskenprämierung und Auftritt der EI-LI-SCHO Kinderfaschingsgilde

Beginn: 13 Uhr

22. Februar 2024

Erkennung – die ersten Anzeichen von Demenz

Beginn: 15 Uhr

28. März 2024

Osterjause & Ostereierpecken mit k. o. System

Beginn: 14 Uhr

26. April 2024

Wanderung Donauausblick – Franz-Josefs-Warte

Runde vom Zaubertal aus – Einkehr im Gasthaus Niederberger,
Ca. 2 Stunden, 8 km

Treffpunkt wird im Aktivtreff bekanntgegeben

Beginn: 9 Uhr

7. Mai 2024

Muttertagsfeier

Beginn: ab 15 Uhr

17. Mai 2024

Boccia Turnier der Aktivtreffs

Beginn: 14 Uhr



19. Juni 2024

Tagesausflug Tauplitzalm

Bummelzug – Panoramafahrten auf 1600m Höhe, eine ca. einstündige Rundfahrt über diese Almfläche

Einkehr zu Mittag im Bergasthof Hollhaus

2-gängiges Mittagsmenü oder „a la Carte“ möglich

Beginn: 8 Uhr

Weitere Veranstaltungen 2024, die Termine und Informationen werden im Aktivtreff bekanntgegeben:

Erste Hilfe (Einführung)

Smartphone & Handytraining



AKTIVTREFF LEONDING

WOCHENPROGRAMM

Jeden Dienstag 14-15 Uhr:

Offenes Singen: Laien singen gemeinsam mit Silvia (bekannte Lieder)

Jeden Mittwoch 14-15 Uhr:

Senior:innenturnen mit Andrea Hauer

PROGRAMM 2023/2024

5. Oktober 2023

Oktoberfest

Beginn: 15 Uhr

Anmeldung erforderlich

30. November 2023

Weihnachtsfeier

Beginn: 13 Uhr

14. Dezember 2023

Adventfeier

Beginn: 14 Uhr

Anmeldung erforderlich

22. Jänner 2024

„Lachen ist gesund und hält fit“ →



Beginn: 14 Uhr
Anmeldung erforderlich

12. Februar 2024

Faschingskrapfenessen: In der Narrenzeit dürfen die runden, mit Marmelade gefüllten Köstlichkeiten keinesfalls fehlen.

Beginn: 15 Uhr
Verkleidung erwünscht

26. Februar 2024

Beratung zur Arbeitnehmerveranlagung. Mit Norbert Eiding, Versicherungsagent.

28. März 2024

Traditionelles Ostereierpecken im Aktivtreff.

Wer gewinnt wohl und wird Eierpecken-Champion?

Beginn: 15 Uhr
Anmeldung erforderlich

15. April 2024

Schlager-Geschichten und Aktivierungen zu bekannten Schlagern

Beginn: 14 Uhr
Anmeldung erforderlich

7. Mai 2024

Muttertagsfeier

Beginn: ab 13 Uhr

13. Juni 2024

Gemeinsames Mittagessen in geselliger Runde

Beginn: 13 Uhr
Die Anreise erfolgt selbstständig durch Fahrgemeinschaften

Beginn: 12:30 Uhr
Anmeldung erforderlich

AKTIVTREFF UNTERGAUMBERG

WOCHENPROGRAMM

Jeden Montag 13.30-14.30 Uhr:

Aktivturnen mit Josefine Strbac, Informationen unter: 0664/1445562

Jeden zweiten Dienstag ab 11 Uhr:

Fußpflege mit Fr. Sabine Seiser. Bitte um telefonische Terminvereinbarung unter 0664/99311818 oder im Aktivtreff.

PROGRAMM 2023/2024

13. Oktober 2023

Oktoberfest mit Weißwurst und Musik

Beginn: 14 Uhr

Anmeldung erforderlich

27. November 2023

Weihnachtsfeier

Beginn: 15 Uhr

29. Dezember 2023

Jahresausklang

Beginn: 14 Uhr



12. Februar 2024

Faschingsgschnas

Beginn: 14 Uhr

Verkleidung erwünscht

14. Februar 2024

Heringsschmaus am Aschermittwoch

Beginn: 15 Uhr

Anmeldung erforderlich

Frühjahr 2023, Termin wird bekanntgegeben

Vortrag zur Sturzprävention: Im Workshop „Trittsicher und mobil“ werden spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen erlernt und wie dadurch Stürzen vorgebeugt werden kann - Anmeldung erforderlich, Termin wird noch bekannt gegeben
Kursdauer: 12 Einheiten zu jeweils 50 min

29. März 2024

Eierpecken in der Karwoche

Beginn: 15 Uhr

Anmeldung erforderlich

6. Mai 2024

Muttertagsfeier

Beginn: ab 15 Uhr

7. Juni 2024

Ausflug nach Klaus zur schwimmenden Almhütte

Anmeldung erforderlich