

# PROGRAMM



## JANUAR

**Do. 26.01.2023 um 14:00 Uhr**

**Pfarrvikar Michael Polster zu Gast im Seniorentreff**

Seit September ist Pfarrvikar Michael Polster in unserem Pfarrverband. An diesem Nachmittag besucht er unseren Seniorentreff und bringt Fotos von seiner Heimat und Primiz mit. Wir freuen uns bereits heute auf diesen Nachmittag mit ihm.

Ort: Hofmeierhaus

## FEBRUAR

**Do. 23.02.2023 um 14:00 Uhr**

**Verhalten im häuslichen Notfall**

Was sind die ersten Anzeichen von einem Schlaganfall oder Herzinfarkt? Wie verhalte ich mich, wenn Jemand plötzlich bewusstlos wird? Wie funktioniert ein Defibrillator? Fragen, auf die Sie an diesem Nachmittag eine Antwort erhalten.

Referent: Joachim Strauß, BRK Hilpoltstein

Ort: Hofmeierhaus

## MÄRZ

**Do. 30.03.2023 um 14:00 Uhr**

**Bräuche, Rituale, Speisen rund um die Kar- und Ostertage**

In der Osterzeit pflegen wir viele Rituale und Bräuche die eine lange Tradition haben, und typische Speisen an den Kar- und Ostertagen. An diesem Nachmittag wollen wir uns miteinander daran erinnern und austauschen.



Vielleicht trägt der eine oder andere sogar mit Mitgebrachtem oder Fotos und Rezepten zum Gelingen dieses Nachmittags bei.

Referentin: Monika Bergauer - Ort: Hofmeierhaus

## APRIL

**Do. 27.04.2023 um 14:00 Uhr**

**Weißt du noch? G'schichtla rund um Hilpoltstein**

Menschen erzählen ihre Lebensgeschichte. Was aber, wenn sie nicht mehr da sind? Dann sind es die Häuser, die Türen, die Straßen, all das kann in uns Erinnerungen wecken, die wir vielleicht meinten, schon längst vergessen zu haben.

Bilder – Fotos – Geschichten tragen an diesem Nachmittag dazu bei, nochmals einen Blick in die Vergangenheit zu wagen.

Referent: Gottfried Gruber

Ort: Hofmeierhaus

## MAI

**Do. 25.05.2023 um 14:00 Uhr**

**Eine Reise in die Klangschaalen-Therapie**

Bereits vor über 5000 Jahren erkannte man in der alten tibetischen Heilkunst, dass Klänge und Musik ein Schlüssel zur Heilung von Körper, Geist und Seele sind. Bei der Klangmassage gelingt es durch Klänge, die nicht nur hör- sondern auch spürbar sind, innere Blockaden und Verspannungen zu lösen.

Lassen wir uns an diesem Nachmittag in die Welt der Klänge entführen und die wohltuende Wirkung auf uns wirken.

Referentin: Brigitte Schneider, Yogalehrerin und Klangpraktikerin in Hilpoltstein

Ort: Hofmeierhaus



## JUNI

Do. 29.06.2023

Tagesausflug zur Benediktinerabtei Kloster Scheyern und zum Wachszieherei Museum nach Pfaffenhofen

Nähere Infos entnehmen Sie bitte zeitnah der Presse und der Gottesdienstordnung.

## JULI

Mi. 26.07.2023 um 17:00 Uhr

Sommerabend auf der Försterwiese

Bewegung – Musik – Picknick

Die Försterwiese ist der optimale Ort, um im Schatten des großen Baumes einen lauschigen Spätnachmittag und anbrechenden Abend in Gemeinschaft zu verbringen.

Mitzubringen sind gute Laune, evtl. Kissen/Decke, bequeme Kleidung und je nach Witterung eine Jacke.

Leitung: Monika Bergauer, Elisabeth Winkler und Else Hofbeck.



Außerdem sind Sie herzlich eingeladen zum

⇒ Ökumenischen Morgenlob - mit Frühstück

„Zur Ruhe kommen – durchatmen – sich besinnen – Gemeinschaft erleben“



jeden 1. Freitag im Monat um 9:00 Uhr

Leitung: Monika Bergauer

Ort: Caritas Begegnungsstätte,  
Heidecker Str. 12

*Erleben Sie erfüllte Stunden in der Gemeinschaft.*

# Seniorenangebote in der Pfarrei Hilpoltstein



## Januar – Juli 2023

Kontaktadressen: Bergauer Monika, Tel. 09174 3930

Winkler Elisabeth, Tel. 09174 2927

Hofbeck Else, Tel. 09174 1428

Lassen Sie sich inspirieren. Schauen Sie bei uns vorbei!  
Bei Bedarf holen wir Sie gerne von zu Hause ab.