



# Gruppen: Trauer – älter werden – aktiv sein

## Café Lichtblick

Offener Treffpunkt für alle, die von einem geliebten Menschen Abschied nehmen mussten, gleichgültig wie lange dies schon zurückliegt.

Erzählen, Zuhören, sich erinnern, sich austauschen, neue Kontakte knüpfen oder einfach nur bei einer Tasse Tee oder Kaffee dabei sein.

Kontakt: Fr. Maurus T 891141-0



## Trauergruppe

Die Gruppe möchte Raum bieten, da zu sein mit dieser Trauer, darüber zu sprechen, sich auszutauschen mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben oder gerade erleben.

Kontakt: Fr. Maurus T 891141-0



## Seniorenkreis / Café Rosengarten

Treffpunkte für alle Menschen im Ruhestand und Interessierte, Kontakte knüpfen und Menschen in ähnlicher Lebenssituation treffen. Eingeladen sind alle, die Lust und Zeit haben zu kommen.

An jedem Nachmittag gibt es auch einen kleineren oder größeren Programmpunkt. Einmal im Monat immer am Mittwoch.

Kontakt: Fr. Link-Heinich T 891141-0

## Tanzen 50 +

Seniorentanz trägt dazu bei, die Beweglichkeit, Geschicklichkeit und Koordinationsfähigkeit zu erhalten oder wieder aufzubauen. Dazu dienen vor allem die festen Tanzformen, die Gefühle der Sicherheit und Geborgenheit vermitteln. Es gibt keinen Leistungsdruck, so wie sich jeder bewegen kann, ist es gut. Wichtig ist hier die körperliche Aktivität überhaupt.

Termin: Mittwochs, an bestimmten Terminen um 14.30 im Pfarrsaal Leiden Christi.

Kontakt: Fr. Eymann-Goldhofer T 891141-0



## Wandergruppe

Seit über 25 Jahren gibt es eine Wandergruppe in der Pfarrei.

Die Teilnehmerzahl ist unterschiedlich, es können aber schon mal 50 Personen sein, die an den Ausflügen teilnehmen.

Kontakt: Fr. Diery, Hr. Löwenhauser T 891141-0

## Sport

Turnen für Frauen im Pfarrsaal Jeden Dienstag, 9:30 – 10:30 Uhr, treffen sich ca. 10 Frauen im Pfarrsaal zum gemeinsamen Turnen.

Kontakt: Fr. Holzner T 891141-0



## Volleyball

Eine gemischte Volleyball-Gruppe für Junge und Erwachsene trifft sich jeden Freitag von 16:30 – 19:00 Uhr in der Halle der Gotzmannschule in Aubing, außer während der Schulferien.

Kontakt: Fr. Fuderer, T 891141-0

## Yoga + QiGong

In Leiden Christi gibt es zwei Yoga-Gruppen und eine QiGong-Gruppe für Erwachsene, Yogagruppen für Kinder & Teenies werden ebenfalls angeboten.

Kontakt: Pfarrbüro T 891141-0



## Square Dance

Über 40 Personen kommen einmal pro Woche im Pfarrsaal zusammen, um gemeinsame ihr Hobby Square Dance zu genießen.

Kontakt: Fr. Behr T 891141-0





