

Aktivitäten für Ältere in den Gemeinden:

| Ort | Aktivität | Ort | Kontaktaten |
|----------------------|--|---|---|
| Aicha vorm Wald | | | |
| Aidenbach | jeden ersten Donnerstag im Monat Seniorentreff | Cafe Wagner Aidenbach | Christa Unger, Tel. 08543 /6018520 oder cu-dubai@web.de |
| | Jeweils am 2. Dienstag eines Monats um 13:30 Uhr Seniorenkino | Rathaus Lesesaal | Christa Unger, Tel. 08543 /6018520 oder cu-dubai@web.de |
| | Jeden Monat gemeinsames Mittagessen "Auf Rädern zum Essen" mit Beutelsbach und Aldersbach | abwechselnde Lokale | Christa Unger, Tel. 08543 /6018520 oder cu-dubai@web.de |
| | Nachbarschaftshilfe Aidenbach und Beutelsbach "Aidenbacher helfen Aidenbachern" | " | Christa Unger, Tel. 08543 /6018520 oder cu-dubai@web.de oder Rathaus Aidenbach, Tel. 08543/9603-11 oder 9603-13 |
| Aldersbach | Immer Montags im Wechsel Handarbeits- oder Spielenachmittag | Kultur- und Begegnungszentrum Aldersbach | Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de |
| | 2. Dienstag im Monat geführte Spaziergänge | Kultur- und Begegnungszentrum Aldersbach | Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de |
| | 3. Dienstag im Monat Seniorenkino | Kultur- und Begegnungszentrum Aldersbach | Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de |
| | Jeden Mittwoch Seniorengymnastik | Kultur- und Begegnungszentrum Aldersbach | Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de |
| | Jeden Donnerstag Nordic- Walking | Orangerie Aldersbach | Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de |
| | Jeden Monat gemeinsames Mittagessen "Auf Rädern zum Essen" mit Aidenbach und Beutelsbach | abwechselnde Lokale | Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de |
| | Jeden 1. Donnerstag im Monat ist „Senioren-Nachmittag“ | Kultur- und Begegnungszentrum Aldersbach | Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de |
| | Jeden 2. Donnerstag im Monat ist „Senioren-Nachmittag“ in Aidenbach | in der evangelischen Kirche | |
| | Jeden 1. Freitag ab 14:00 Uhr ein Hoagartn | Pörrdorf | |
| | Jeden 1. Dienstag im Monat ein Seniorentreffen ab 14:00 | Bürgerhaus | |
| | Nachbarschaftshilfe Aldersbach | | Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de |
| Bad Füssing | Bad Füssinger Digtreff "Digital am Ball bleiben" für Seniorinnen und Senioren | Wilhelm-Diess-Zimmer, Großes Kurhaus, Kurhausstr.2 | Sonja Prem, Tel. 08531/975407 oder Heike Trines Tel. 0151/61110785 |
| | Jeden 1. Mittwoch im Monat "Kaffeeklatsch- Treffen" ab 15.00 Uhr | Thermenrestaurant im Johannesbad | Traudl Wolff, Tel. 08531/910085 oder 0171/5442266 |
| | Jeden 3. Samstag im Monat "Kaffeeklatsch - Treffen" ab 15.00 Uhr | SeniorenWohnen Bad Füssing, Münchener Str.7 | Traudl Wolff, Tel. 08531/910085 oder 0171/5442266 |
| Bad Griesbach | | | |
| Beutelsbach | 14-tägig Spielenachmittage halbjährlich Stammtisch für pflegende Angehörige monatliche Seniorensprechstunde | | Petra Bichlmeier, Tel. 08543 1803 Katrin Hastetter, Tel. 08543 624014 Peter Resch, Tel. 08543 4894050 |
| | Fit im Alter | Dorfgemeinschaftshaus Lederling | Katja Bachhuber, Tel. 0170/5334242 |
| | „Auf Rädern zum Essen“ mit Aldersbach und Aidenbach | abwechselnde Lokale | Petra Bichlmeier, Tel. 08543 1803 |
| Breitenberg | | | |
| Büchlberg | Übungseinheit wöchentlich in Eigenregie von Seniorenteam/Gemeinde | "Alte" Turnhalle Büchlberg, Übungsleiterin: Fr. Elisabeth Feucht | Helmut Laxy, Tel. 08505 2487 |
| | Fahrten für Senioren ohne sonstige Fahrgelegenheiten zu Arztterminen, Bankgeschäften, | | Fr. Laura Zieringer Gemeindeverwaltung Büchlberg, Tel.: 08505/9008-12 |
| Eging a See | | | |
| Fürstenstein | Seniorenclub (Kaffee, Kuchen, Spiele, Gespräche) alle 14 Tage um 13.00 Uhr Seniorentreff (Kaffee, Kuchen, Spiele, Gespräche) Nammering | Pfarrheim in Fürstenstein Pfarrheim in Nammering | Elisabeth Schiefer, Tel. 08504/5873 Helga Obermeier, Tel. 08544/9745020 |
| | Frauenfrühstück jeden ersten Montag im Monat um 8.30 Uhr Fürstenstein | Pfarrheim in Fürstenstein | Veronika Fuchs, Tel. 08504/8405 und Frau Irmgard Schlattl, Tel. 08504/3739 |
| | Männerturnen jeden Freitag Abend | Dreifachturnhalle in Fürstenstein | Johann Höglinger, Tel. 08504/8935 |
| | Seniorengymnastik der Oberpollinger Damen jeden Donnerstag | Dreifachturnhalle in Fürstenstein | Frau Adele Geier, Tel. 08504/8776 |
| Fürstzell | | | |
| Haarbach | | | |
| Hauzenberg | Internettreff: "Von Senioren für Senioren"- Gemeinsam statt Einsam" Donnerstag: nachmittags 14:00 – 17:00 Uhr Unkostenbeitrag: zwei € pro Tag | Rathaus Kaiserareal Marktplatz 10; 94051 Hauzenberg Auch findet der Internettreff in Präsenz und gleichzeitig online statt | Franz Sommer Tel. 08586/2072, E-Mail: fx.sommer@web.de |
| Hofkirchen | | | |
| Hutthurm | | | |
| Kirchham | | | |
| Köflarn | | | |
| Malching | | | |
| Neuburg am Inn | 1 x monatlich Senioren-Cafe | Pfarrheim | 08502 /1806 |
| Neuhaus am Inn | Monatliches Kaffeekränzchen | Altenheim Neuhaus | 08503 922055 |
| | 1x monatlich Treffen Kaffeekränzchen | Dorfgemeinschaftshaus Mittich | 08503 922055 |
| | 1 x monatlich Treffen der Vornbacher Senioren ,Frauen und Männer | Pfarrsaal Vornbach | 08503 922055 |
| | Wöchentliche Gymnastik jeden Donnerstag von 9.00 bis 10.00 Uhr Beitrag pro Stunde: 6,00 | Turnhalle Neuhaus | 08503 922055 |
| | Jeden Sonntagabend Stammtisch der Senioren | Bauerwirt Mittich | 08503 922055 |
| Neukirchen vorm Wald | | | 08503 922055 |
| Oberzell | Seniorentanzkreis 14-tägig | Bürgerhaus in Nottau | Ansprechpartnerin: Frau Maria Heindl, Tel. 0151/41605035 oder hum.heindl@t-online.de |
| | Seniorenchor jeden Freitag von 16.45 – 18.15 Uhr | Pfarrheim St. Severin in Oberzell | Frau Renate Holthaus, Tel. 08591/9381151, reneate.holthaus@gmx.de |
| | Seniorenclub Oberzell einmal im Monat | Pfarrheim St. Severin | Brigitte Kadach und Regina Baumann, Oberzell, Tel. 08591/2877 oder reg.baumann@t-online.de |
| | Seniorenclub Erlau einmal im Monat | im Pfarrheim in Erlau | Eva Schmeller, 08591/469 oder eva.schmeller@outlook.de |
| Ortenburg | Digitreff Ortenburg, zweiwöchentlich | Sitzungssaal Ortenburger Rathaus | Wolfgang Weber, Tel. 08542/1042 |
| | monatliche Ausflüge für Ortenburger Seniorinnen und Senioren | | Wolfgang Weber, Tel. 08542/1042 |
| | Aktiv und fit mit 60+ | Generationenpark Ortenburg oder efficient TrainingZone | Nicole Bledl, 08542/164-12 |
| | Sprechstunde | Ortenburger Rathaus | Wolfgang Weber, Tel. 08542/1042 |
| Pocking | Offener generationsübergreifender Mittwoch's Treff jeden Mittwoch ab 10.00 Uhr | Klosterbäckerei Karlstetter Pocking Klosterstr.9, 94060 Pocking | Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail kaupa@t-online.de |
| | DigiTreff Pocking 16.00- 18.00 Uhr Jeden Donnerstag | | Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail kaupa@t-online.de |
| | „Senioren werden digital“ -Generationsübergreifend helfen immer am letzten Freitag im Monat um 13.00 Uhr | Gymnasium Pocking | Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail kaupa@t-online.de |
| | Musik und Bewegung, wöchentlich, montags, 10 Uhr | Das Pockinger, Am Stadtplatz 2 in Pocking | Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail kaupa@t-online.de |
| | Strick- und Häkeltreff | Das Pockinger, Am Stadtplatz 2 Pocking | Brigitte Beste Tel. 0151 64021020 |
| | Sprechstunde der Seniorenbeauftragten, Fragen, Anregungen, Austausch, wöchentlich, donnerstags 14 Uhr, Anmeldung! | Das Pockinger, Am Stadtplatz 2 Pocking | Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail kaupa@t-online.de |
| | EhrenamtsTreff – wöchentlich – donnerstags, 18 Uhr | Das Pockinger, Am Stadtplatz 2 Pocking | Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail kaupa@t-online.de |
| | Seniorenachmittag, wöchentlich, dienstags ab 14 Uhr | Pfarrheim, Pocking | Senioren-gemeinschaft, Bärbl Danner, E-Mail: werner.danner-Danner@web.de; Telefon 08531/1517 |
| | AWO Treff wöchentlich, donnerstags, ab 14 Uhr | AWO Wohnanlage, Indlinger Str. 22, Pocking | Monika Pilgrim, Tel. 015167015641, monika-pilgrim@t-online.de |
| | Gemeinsamer Mittagstisch, Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag, 12 Uhr | AWO Wohnanlage, Indlinger Str. 22 94060 Pocking | Edith Durchholz und Hannelore Beller Tel.: 08531 135707-0, Anmeldung erforderlich |
| | Senior Fit wöchentlich donnerstags, 16:00-16:45 Uhr | Tai Chi Sporthalle Pocking | Birgit Mail fitness-club.pocking.de |
| | Fit bis ins hohe Alter wöchentlich donnerstags,17:15-18:00 Uhr | Grundschule Hartkirchen | Birgit Mail fitness-club.pocking.de |
| | Seniorengymnastik wöchentlich mittwochs von 16:15-17:15 Uhr | Mittelschule Pocking | SV Pocking |
| | Step Bodyfit wöchentlich donnerstags von 18:15-19:15 Uhr | Grundschule Pocking | SV Pocking |
| | Spieletreff in gemütlicher Runde wöchentlich ab 15 Uhr | Evangelisches Gemeindehaus Palmgartenweg 3 | Evangelische Kirchengemeinde |
| | Konzert für alle Generationen am 23.04.23 mit Christiane Öttl | Stadhalle in Pocking | Gerlinde Kaupa, Tel 0160 8330822 Mail kaupa@t-online.de |
| | 30.Pockinger Seniorentag mit Ausstellung am 24.9.23 geöffnet ab 12 Uhr, Programm 14 Uhr | Stadhalle in Pocking | Gerlinde Kaupa, Tel 0160 8330822 Mail kaupa@t-online.de |

| | | | |
|------------------------------|--|--|---|
| Rotthalmünster | Generationenübergreifende Veranstaltungen | | Helene Winkler; Tel. 08533/7809 oder Armin Ebner; Tel. 0160-93001651 |
| | Informationsnachmittage | | Helene Winkler; Tel. 08533/7809 oder Armin Ebner; Tel. 0160-93001651 |
| Ruderting | | | |
| Ruhstorf a.d.Rott | Seniorenclub Hader | Pfarrhof Hader | Fr. Erna Bauer Tel. 08534/367 |
| Ruhstorf a.d.Rott | Seniorenclub Ruhstorf | Pfarrheim Ruhstorf, Passauer Str. 1 | Fr. Anna Maria Krompaß Tel. 08531/31225; Frau Maria Silbereisen Tel. 08534/970700 |
| Ruhstorf a.d.Rott | Seniorenclub Sulzbach | Neuhauser Stüberl, Rabensteinfeld 1, 94152 Neuhaus a. Inn | Frau Olga Pichler Tel. 08503/922908 |
| Ruhstorf a.d.Rott | Seniorenclub Schmidham | Gasthaus Göttlinger, Berg, oder Gasthaus Greineder, Schmidham | Frau Rosa Liebl Tel. 08534/612 |
| Ruhstorf a.d.Rott | SVG Ruhstorf Herzsportgruppe | Turnhalle in der Musik-Grund- und Mittelschule Ruhstorf | Herr Siegfried Krause Tel. 08531/3723; E-Mail |
| Ruhstorf a.d.Rott | SVG Ruhstorf "Aktiv bleiben" | Turnhalle in der Musik-Grund- und Mittelschule Ruhstorf | Frau Meier Angelika 08531/31664 |
| Ruhstorf a.d.Rott | SVG Ruhstorf "Hausfrauengymnastik" | Turnhalle in der Musik-Grund- und Mittelschule Ruhstorf | Frau Meier Angelika 08531/31664 |
| Ruhstorf a.d.Rott | TSV Sulzbach Damengymnastik | Mehrzweckhalle, Am Sportplatz, Sulzbach | Frau Susanne Grill |
| Ruhstorf a.d.Rott | TSV Sulzbach Seniorengymnastik | Mehrzweckhalle, Am Sportplatz, Sulzbach | Frau Kölbl |
| Ruhstorf a.d.Rott | TSV Sulzbach Herrengymnastik | Mehrzweckhalle, Am Sportplatz, Sulzbach | Frau Kölbl |
| Ruhstorf a.d.Rott | Seniorengymnastik SV Schmidham | Dorfgemeinschaftshaus Berg | Frau Roswitha Roßgotterer 08534/505 |
| Ruhstorf a.d.Rott | Senioren-Einkaufsfahrten | Abholung von zu Hause | Marktverwaltung Ruhstorf a.d.Rott, Fr. Weidenmüller Tel. 08531/9312-16 |
| Ruhstorf a.d.Rott | Digitaltreff; Unterstützung im Umgang mit Handy und Tablet | BIZ Bürgerinformationszentrum, Hauptstr. 21, Ruhstorf | Marktverwaltung Ruhstorf a.d.Rott, Fr. Weidenmüller Tel. 08531/9312-16 |
| Ruhstorf a.d.Rott Salzweg | Witwenstammtisch Jeden Dienstag im Monat, Seniorensprechstunde von 09.00 bis 11.00 Uhr Besuche in der Seniorenresidenz Salzweg | Cafe Centro (Wagner), Ernst-Hatz-Str. 1, Ruhstorf im Rathaus Salzweg | Frau Maria Silbereisen Tel. 08534/970700 Adolf Käser, Maria Eckinger, Tel. 0851 42953 |
| | Monatliche Treffen mit Vorträgen Jeden 2ten Mittwoch der ungeraden Monate in Straßkirchen und Jeden 2ten Donnerstag der geraden Monate in Salzweg | | Seniorenclub Salzweg-Straßkirchen, Adolf Käser, 0851 42953 |
| | Mobiles Salzweg Kostenfreie Beförderung der Gemeindeglieder, die in der Mobilität eingeschreckt sind und ihr Ziel (Arzt, Facharzt, MVZ, FAZ, Einkauf, Bank, Gottesdienst, Fußpflege usw.) nicht erreichen können. Terminannahme ist 1-2 Tage vorher in der Gemeinde | | Rathaus Salzweg |
| | Selbsthilfegruppe Demenz: Motto: „Du bist nicht allein“ Ein Angebot für Angehörige im nördlichen Landkreis. Monatliches Treffen von 18.00 – 19.30 Uhr. | im Pfarrheim Salzweg, Georg-Knon-Str. | Paul Ilg, Konrad Haberer Gemeindecaritas Hauzenberg und KEB Stadt und Landkreis Passau |
| Sonnen | | | |
| Tettenweis | | | |
| Thyrnau | | | |
| Tiefenbach | | | |
| Tittling | Erzählcafé Tittling monatlich wechselndes Programm: Erzählcafé, Ausflüge, Info-Veranstaltungen | | Irmgard Hain, Tel. 08504/3530 oder hain.irmgard@t-online.de |
| | Seniorenclub jeden Mittwoch, 12.30–15.30 Uhr | Kath. Pfarrzentrum, Kirchweg 12 | Christa Reitmaier 08504/2751 |
| | Seniorengruppe „S-Klasse“ Stabilität und Gesundheit –Gymnastik für lebensältere Senioren/Innen Jeden Montag, 18 – 19 Uhr Nordic-Walking Nordic-Walking Montag 8.30 Uhr | Dreiburgenhalle Tittling | Christa Häusler 08504/8039 Nordic-Walking Renate Neumeier 08504/8270 |
| | Monatl. Treff für Oldies lährl. Ausflug | | Sepp Veit 0171/5178469 |
| | Größere und kleinere Radfahrten für SeniorenInnen Kostenlose Rikscha-Fahrten | Treffpunkt bei schönem Wetter jeden Donnerstag um 13 Uhr in der Bahnhofstraße | Franz Reischl 08504/93200 |
| Untergriesbach | Untergriesbacher Seniorenrunde, Treffen wöchentlich um 14.00 Uhr mit Ausflügen, Vorträgen, Unterhaltung und geselligem Beisammensein Monatliches Seniorentreffen in Schaibing Monatliches Seniorentreffen in Gottsdorf | Pfarrheim Untergriesbach | Gaby Fenzl 08593 / 1681 Renate und Anton Meier, Tel. 08591/1612 Resi Andorfer, Tel. 08593/739 |
| Vilshofen an der Donau | Seniorengymnastik , immer mittwochs um 16.00 - 17.00 Uhr (findet nicht statt während der Ferien) | Mehrzweckhalle Pleinting - SpVgg Pleinting | Silvia Ragaller, Tel. 08549/1386 oder silvia.ragaller@hotmail.de |
| | Seniorenkino (kostenlos) - um 14.30 Uhr (vorher Kaffee und Kuchen ab 13.30 Uhr für Unkostenbeitrag 3,50 Euro) | Alte Kirche Pleinting, Hauptstr. 34 | Stadt Vilshofen & Pfarr-Caritas Vilshofen e.V. - Silvia Ragaller, Tel. 08549/1386 oder silvia.ragaller@hotmail.de |
| | monatliches Treffen für Seniorinnen und Senioren, jeweils Mittwochs um 14.00 Uhr mit vielfältigen Themen und Vorträgen | Pfarrsaal Vilshofen | Seniorenkreis Vilshofen, Agathe Kölbl, Tel. 08541 /1343 oder agathe.koelbl@t-online.de |
| | Offener Treff GeWinnggruppe Vilshofen jeden 1. Mittwoch im Monat um 09.30, Motto: Kultur, Zeit für sich, Besichtigungen | Kleiner Sitzungssaal Rathaus Vilshofen | Roswitha Stöhr, Tel. 08548/443 |
| | Bewegung 60+ immer am Montag um 14.30 Uhr | Trainingsort - im Winter und bei schlechtem Wetter im Raum an der Bürg, ansonsten im Ginkopark Vilshofen | Marlene Jaretzke 08541 91 88 27 oder mjaretzke@t-online.de |
| Wegscheid | Seniorengymnastik jeden Montag ab 19.30 bis 21.00 Uhr außer in den Sommerferien | Turnhalle in der Grundschule Wegscheid, im Sommer bei schönem Wetter auch draußen | Trainerin Frau Rameseder Traudi Tel: 1756 Ansprechpartner TSV-Wegscheid: 1. Vorstand TSV Wegscheid Andreas Naderhirm Meißnerschlag 19 94110 Wegscheid Telefon: +49 160 / 7864322 E-Mail: andreas.naderhirm@web.de |
| | Seniorengymnastik jeden Mittwoch von 16:30 Uhr -17:15 Uhr Wird auch in Wildenanna angeboten | | Gisela Fischer, 08592/1479 oder getraenkefischer@t-online.de |
| | Fröhlicher Tanzkreis : Jeden 2ten Donnerstag im Monat von 18:00 Uhr -19:30 Uhr | | Gisela Fischer, 08592/1479 oder getraenkefischer@t-online.de |
| | Seniorenclub: Monatlich jeden letzten Donnerstag | | Gisela Fischer, 08592/1479 oder getraenkefischer@t-online.de |
| | Handarbeitstreff des Frauenbundes auch für alle Seniorinnen: Jeden 1ten Mittwoch im Monat | | Gisela Fischer, 08592/1479 oder getraenkefischer@t-online.de |
| Windorf | Jeden 1. Montag im Monat Seniorennachmittag 1 x jährlich Seniorenausflug 1 x jährlich Weihnachtsfeier Jeden 1. Montag im Monat Seniorennachmittag Rathmannsdorf Gymnastik „Fit im Alter“ von 18 - 19.00 Uhr 1 x jährlich Seniorenausflug | im Pfarrhof Otterskirchen Gasthaus Penn in Rathmannsdorf Bürgerhaus Rathmannsdorf | Organisation Kath. Frauenbund Otterskirchen Organisation Kath. Frauenbund Otterskirchen Organisation Kath. Frauenbund Otterskirchen Kath. Frauenbund Rathmannsdorf Kath. Frauenbund Rathmannsdorf Kath. Frauenbund Rathmannsdorf |

| | | | |
|---------------|---|-------------------|---------------------------------|
| | 1 x jährlich Weihnachtsfeier | | Kath. Frauenbund Rathsmannsdorf |
| | Jeden 1. Mittwoch im Monat Seniorennachmittag_Windorf | Pfarrheim Windorf | Kath. Frauenbund Windorf |
| | 1 x jährlich Weihnachtsfeier | | Kath. Frauenbund Windorf |
| | 1 x pro Jahr ein Seniorenausflug | | Marktgemeinde Windorf |
| Witzmannsberg | | | |