

# ZENTRUM WALSER BIRNBAUM

Tagesbetreuung | Treffpunkt 50plus | Betreutes Wohnen



HILFSWERK



Freiwilligen-Ehrung am 23.6.2022

**Repair Café:  
Sa. 24.09.2022**

**Offener Seniorentreff & Betreutes Wohnen Siezenheim**

**ANGEBOTE  
SEPT. 2022 – FEB. 2023**



# Willkommen!

Ausflug auf die Postalm >



# Was gibt es Neues?

Nächstes Repair Café wieder am 24. September >



## Liebe Seniorinnen und Senioren!

In diesem Programmheft finden Sie vielfältige Angebote zur aktiven Freizeitgestaltung, Serviceleistungen und Möglichkeiten für freiwilliges Engagement – und das an drei Standorten in Wals-Siezenheim. Das reichhaltige Angebot ergibt sich vor allem aus dem intensiven Engagement von über 100 Freiwilligen!

## Engagiert leben ...

Unsere Freiwilligen engagieren sich in vielen Bereichen. Hier eine kleine Auswahl:

- Kurse und Gruppen leiten
- Mitarbeit bei Veranstaltungen und Ausflügen
- Mitarbeit in der Tagesbetreuung
- Besuchsdienst (Spazierengehen, Vorlesen, Einkaufen, Gespräche ...)
- Fahrtendienst (für Tagesbetreuung, zum Einkaufen, ...)
- Dekoration, Garten, Blumen
- Küchendienste
- Freiwillige Helfer beim Repair Café (2 x im Jahr)
- Freiwillige Helfer für die Trachtenbörse in Siezenheim



Englischgruppe von Hilde Kammerstätter

*Wir nehmen uns gerne Zeit für ein persönliches Gespräch, wenn Sie Dienste in Anspruch nehmen oder gerne freiwillig mitarbeiten wollen. Ihre Ideen sind bei uns richtig!*



Zentrum Walser Birnbaum: Tel. 0662 8500 69

Betreutes Wohnen & Offener Seniorentreff  
Siezenheim: Tel. 0676 8260 9381

Sie erreichen uns bequem mit dem „Walsie Bus“ – Haltestellen befinden sich vor allen 3 Einrichtungen.

## NEU im ZWB

### Besuchsdienst

Um den Besuchsdienst in der Gemeinde bei älteren Mitbürgern wieder neu aufzustellen, suchen wir nach Freiwilligen, die 2 – 4 x im Monat eine Stunde eine/n Mitbürger/in besuchen wollen. Es geht dabei meist um Gespräche, Spiele spielen, oder einen Spaziergang machen.

Bitte bei Brigitte unter Tel: 850069 melden.

### Neuer Zivi ab Oktober

Savo Pajic aus Wals startet im Oktober seinen Zivildienst bei uns.



### Ein Körpertraining der besonderen Art

Die CANTIENICA®-Methode ist ein Trainingskonzept, das die Grundprinzipien des natürlichen und ökonomischen Gebrauchs des Körpers vermittelt. Das Training fördert die Selbstwahrnehmung, macht eigene Haltungs- und Bewegungsmuster bewusst und hilft, sie umzuprogrammieren.

Ab Dienstag 27. September, 18.00 Uhr  
Info: Ursula Süß 0664/4864320

## NEU in Siezenheim

### Hallo ihr Lieben,

„Die Neue kommt, die Alte geht“  
Ich möchte mich bei euch BewohnerInnen im betreuten Wohnen Ost und Au, bei allen freiwilligen Helferleins und den vielen treuen BesucherInnen der Veranstaltungen für das sehr gute Miteinander in den 8 Jahren bedanken. Ich bleibe Euch in Wals in der Tagesbetreuung weiter erhalten und freue mich, wenn Ihr mich besuchen kommt.

Meiner Kollegin Silvia wünsche ich einen guten Einstieg, ein gutes Gelingen und viel Freude mit euch.

Liebe Grüße, **Gabi**



### Hallo zusammen!

Ich bin die Neue im Team und möchte mich gerne vorstellen.

Ich heiße Silvia, bin Fachsozialbetreuerin, arbeite seit gut 5 Jahren für das Hilfswerk und freue mich schon euch kennen zu lernen. Viele Ideen habe ich im Gepäck und wünsche mir das eine oder andere mit euch umzusetzen. Ein offenes und fröhliches Zusammensein ist mir wichtig und dass wir spannende und unterhaltsame Stunden miteinander verbringen.

Also dann bis bald, **Gruß Silvia**





# Tagesbetreuung für Senioren

Ausflug zum Grünewirt mit Spaziergang zum Hammerauer Steg >



# Streifzug durchs Programm der Tagesbetreuung



^ In der Cafeteria

Die Tagesbetreuung im Zentrum Walser Birnbaum bietet älteren Menschen ...

- Eine abwechslungsreiche und aktivierende Tagesgestaltung
- Kompetente Unterstützung bei Pflegebedarf
- Entlastung für pflegende Angehörige
- Hol- und Bringdienste direkt von Zuhause
- Frühstück, Mittagessen und Kaffeejause

Für Menschen, die zu Hause betreut und gepflegt werden, ist die Tagesbetreuung eine ideale Bereicherung zum Alltag. Menschen etwa nach einem Schlaganfall, mit Parkinson, einer demenziellen Erkrankung wie Alzheimer usw. können sich bei uns auf fachkundige Unterstützung durch Pflegepersonal verlassen.

Ergänzend dazu können Sie ein Pflegebad, Fußpflege, Heilmassage, Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie usw. in Anspruch nehmen.

Bei Interesse kommen Sie vorbei oder rufen uns einfach an unter **85 00 69**. Gerne nehmen wir uns Zeit für ein Erstgespräch.

## Öffnungszeiten & Tarife:

Jeden Mo., Mi., Fr. & Sa., 08.00 - 16.00 Uhr

**Ganzer Tag** (inkl. Mahlzeiten)..... € 23,00

**Halber Tag** (inkl. Mittagessen) ..... € 16,00

**Fahrtendienst** (pro Fahrt) ..... € 5,20 / Fahrt

**Kennenlerntag** ..... kostenlos!



Kegeln mit den Praktikantinnen Karo und Isabelle

- **Freitag, 09.09.**  
**HELGA KAISER SPIELT AN DER ZIEHHARMONIKA**
- **Mittwoch, 21.09.**  
**RUPERTIKIRTAG** mit Musik von Hermann Hollweger
- **Montag, 26.09.**  
**FW-KOMM. A.D. EISL SEPP ZEIGT EINSATZFOTOS**
- **Mittwoch, 28.09.**  
**ERZÄHLCAFE** mit Grünewirtin i.R. Ingrid Eisl
- **Montag, 03.10.**  
**GEMEINDE-QUIZ „WALS-SIEZENHEIM**
- **Mittwoch, 12.10.**  
**AUSFLUG ZUM MONDSEE MIT SCHIFFFAHRT**
- **Samstag, 15.10.**  
**FOTOS VOM BERGWANDERN** mit Manfred Eder
- **Montag, 24.10.**  
**KOANZN BURGIS MUNDART-NOMITOG**
- **Mittwoch, 09.11.**  
**KEKSE BACKEN** mit Nadia Thalmayr
- **Montag, 14.11.**  
**APFELSTRUDEL BACKEN** mit Ruth Herbst
- **Freitag, 18.11.**  
**AUSFLUG ZUM BACHSCHMIEDE-ADVENTMARKT**
- **Freitag, 02.12.**  
**SCHLAGERPARADE** mit Alois Gschwandtner
- **Montag, 05.12.**  
**KRAMPUSKRÄNZCHEN**
- **Mittwoch, 14.12.**  
**ERZÄHLRUNDE** mit Gabi Kammel
- **Samstag, 10.12.**  
**GEDÄCHTNISTRaining** mit Andrea Essl
- **Montag, 19.12.**  
**WEIHNACHTSFEIER MIT ANGEHÖRIGEN**

- **Montag, 02.01.**  
**ANSTOSSEN AUFS NEUE JAHR**
- **Freitag, 13.01.**  
**SITZGYMNASTIK** mit Emma Eberl
- **Mittwoch, 18.01.**  
**WINTER-BINGO** mit Gabi Bliem
- **Mittwoch, 01.02.**  
**HASENÖHRL HEINRICH** und die Goiser Jung-Schnalzer
- **Samstag, 04.02.**  
**GEMEINSAM KOCHEN** mit Andrea Essl
- **Montag, 20.02.**  
**FASCHINGSFEIER** mit Musik von Albert Watzinger



^ Beim Sommerfest mit den Angehörigen

## ACHTUNG:

Die Senioren-Tagesbetreuung hat von Sa. 24.12. bis So. 01.01. geschlossen. Ab Mo, 02.01.2023 haben wir wieder wie gehabt geöffnet!



# Was ist los in Siezenheim ...

Ausflug Siezenheim zum Mostbauern >



## OST – Reisevortrag Kambodscha mit Hr.Horst Antesberger

Donnerstag,  
26. 01. 2023  
Beginn 14.00 Uhr



## AU – Es geht wieder kreativ weiter!

Kreative Auszeit mit Elisabeth Schwaiger, Kunst- und Kreativtraining, Farbe, Stifte und was brauch ich mehr ...

Für alle die eine Pause aus dem Alltag möchten und Lust auf Experimente, Tun und gestalten haben. Ohne Erwartungen auf tolle Werke, rein die Freude am Tun arbeiten wir ohne Druck und Perfektionismus mit viel Spaß und Freude.

Anmeldung unter  
0650/ 2772767  
erforderlich!

Materialbeitrag:  
EUR 15,-

Dienstag,  
13.09, 11.10, 08.11,  
13.12, 10.01, 07.02,  
17.00 – 19.00 Uhr



## OST – Oktoberfrühshoppen! Wir feiern 10 Jahre Betreutes Wohnen und offener Seniorentreff

mit musikalischer Umrahmung, für das leibliche Wohl ist gesorgt. Gemeinsam blicken wir auf 10 Jahre in Siezenheim zurück!

Donnerstag, 20. Oktober 2022, 11.00 – 16.00 Uhr

## OST/AU Kräuterwanderung auf der Erentrudisalm/ Elsbethen

Du solltest mindestens 10 Wildkräuter kennen, um sie kulinarisch und als Heilmittel verwenden zu können. Martina Egger führt uns durch aktive, naturnahe Angebote zur Natur hin, und zeigt uns welche Inspiration und Kraftquelle diese für uns sein kann.



Donnerstag, 15. September 2022, Abfahrt 8.15 Uhr  
Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich, UKB 27,- inkl. Kräuter Begrüßungsgetränk, Wanderung ca. 1,5 Stunden und ein kleines Überraschungsgeschenk

**AU – Adventveranstaltung**  
Vorweihnachtlicher Nachmittag mit den Walsen Sängern. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.  
Donnerstag 01. Dezember, 15.00 – 18.00 Uhr.

Bürgermeister Maislinger als Fotograf >

# Besucher erzählen ...



## NEU: Qigong mit Christine Bichler

„Auf der Suche nach einem Weg meine Lebensqualität zu verbessern, kam ich auf Qigong. Durch diese erlernten Übungen, die ich stetig in meinen Alltag integrierte, hat sich meine Lebensqualität auf körperlicher, und psychisch-geistiger Ebene verbessert. Ich bin glücklich diese Bereicherung meines Lebens auch an Interessierte im ZWB weitergeben zu können

Durch Qigong-Üben kann zwar das Altern nicht aufgehalten werden, aber es schenkt ein Gefühl, aus eigener Kraft etwas für seine Lebensqualität tun zu können. Qigong fördert die Gesundheit, stärkt das Immunsystem und bietet die Möglichkeit, Ausgleich zum Stress im Alltag zu finden. Dies wird durch harmonisch, weichfließende leicht zu lernende Bewegungen, die durch Atmung, Körperentspannung sowie Meditation unterstützt werden, erreicht. Ebenso kann man durch Selbstmassage Energiepunkte aktivieren, Schmerzen verringern, mehr Gelassenheit entwickeln, ein inneres Gleichgewicht finden und Körper und Gelenkigkeit auf sanfte Art stärken. Die Übungen sind für jedes Alter und körperliche Verfassung geeignet.

Ich freue mich auf euch / Sie!“

Ihre Christine Bichler (diplomierter Qigonglehrerin)  
Infos: Tel: 0676/6009010, email: c.k.bichler@a1.net

### Kostenlose Kennenlernstunden:

Di., 04.10. von 07.45 – 08.45 Uhr & 19.00 – 20.00 Uhr  
Kursstart am Dienstag, 11.10.

## Erzählcafés mit 2 Bürgermeistern der Gemeinde:

### Erzählcafé

„Geschichten aus meinem Leben“  
Mit Bürgermeister Joachim Maislinger  
Am Do., 29.09. um 14.00 Uhr



### Erzählcafé

„Geschichten aus meinem Leben“  
Mit Alt-Bürgermeister Ludwig Bieringer  
Am Di., 11.10. um 14.00 Uhr





# Wochenprogramm

OST = Siezenheim Feilbachstr. 17a

AU = Siezenheim, Grenzstraße 48

Smoveygruppe >



# Wochenprogramm Siezenheim

Montag	AU	Yoga 09.00 – 10.15 Uhr mit Elizabeth von Below ab 12.09.
	AU	Handy/Tablet Beratung 10.30 – 11.30 Uhr, nur mit Voranmeldung!
	OST	Rheumaturnen 17.30 – 18.30 Uhr mit Renate Brandstätter
Dienstag	AU	Kartenrunde 19.00 Uhr
	OST	Walkingrunde Abmarsch 09.30 Uhr
	AU	Offene Kreativrunde 17.00 – 19.00 Uhr mit Elisabeth Schweiger (13.9., 11.10., 08.11., 13.12., 10.01., 07.02.)
Mittwoch	AU	Gedächtnistraining Gruppe 1: 09.00 – 10.00 Uhr mit Angelika Auer
	AU	Gedächtnistraining Gruppe 2: 10.00 – 11.00 Uhr mit Angelika Auer
	OST	Smovey Fitness 09.30 – 10.30 Uhr mit Doris Dunkl ab 21.09.
Donnerstag	OST	Seniorengymnastik mit Heidi Vavricka, 16.15 – 17.15 Uhr Semesterbeitrag € 45,- (Sport Union 55+), Start 29.09.
Freitag	OST	Beckenbodentraining 09.30 – 10.30 Uhr mit Claudia Lechenauer-Tonis ab 21.10., Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich



# Wochenprogramm ZWB

Nächster Flohmarkt: Do. 20. Okt. 2022 >



Montag	Tanzclubs 2 x 17.00 - 21.00 Uhr mit Rupert Scheibner & Ingrid Kohl
Dienstag	Qigong 07.45 – 08.45 Uhr mit Christine Bichler (ab 04.10.)
	Yoga 09.00 – 10.15 Uhr mit Elizabeth von Below (ab 13.09.)
	Gedächtnistraining 10.30 – 11.30 Uhr und 11.35 – 12.35 Uhr mit Angelika Auer (ab 13.09.)
	Englischgruppe 10.30 – 11.30 Uhr mit Hilde Kammerstätter
	Singrunde 14.30 – 16.30 Uhr mit Cilli Lublasser (jeden 3. im Monat)
	Würstel-Stammtisch 13.00 – 16.30 Uhr; mit Josef Wiltsche, verschiedene heiße Würste & Getränke
Mittwoch	Tarockrunde ab 16.30 Uhr mit Monika Köhler
	Osteoporosegymnastik 17.00 – 18.00 Uhr mit Ursula Süß (Tel. 0664/4864320) (ab 27.09.)
	Cantienica 18.00 – 19.00 Uhr mit Ursula Süß (ab 27.09.)
	Qigong 19.00 – 20.00 Uhr mit Christine Bichler (ab 04.10.)
	Schachgruppe 15.00 Uhr mit Josef Berger
Donnerstag	Pilates Gymnastik 17.00 – 18.00 Uhr mit Ulli Breitfuß (auch DO 17.00 und 18.10 Uhr) ab 07.& 08.09.
	Ganzkörpertraining für Senioren 18.10 – 19.10 Uhr mit Heidi Vavricka (Sport-Union 55+, pro Semester € 55,-)
	Linedance 19.30 - 21.00 Uhr mit Andrea Fauster (Anmeldung Tel.: 0699 1710 1928)
Freitag	Beweg Dich 09.00 - 10.00 Uhr Gymnastik mit Andrea Karner
	Englischgruppe 09.00 - 10.00 Uhr mit Monica Ablinger
	Smartphone Kurs und Einzelberatung 11.00 – 12.00 Uhr mit Christine Hartl Kurs ab 06.10.; Einzelberatung auf Anfrage
	PC Club 11.00 - 13.00 Uhr mit Helmut Maier (Termine: 22.09., 27.10., 15.12., 19.01., 16.02.)
Samstag	Tarockrunde 16.30 Uhr mit Monika Köhler (Tel: 0699 11687009)
	Französisch 17.00 - 18.00 Uhr mit Venera Wind
Freitag	Italienischrunde 10.00 - 11.00 Uhr mit Venera Wind
	Tanztreff 17.00 - 19.00 Uhr mit Monika & Kurt Köhler (Anfänger und Fortg., Tel. 0699 10157082)
Samstag	Line Dance für Anfänger ab 19.30 Uhr mit Monika & Kurt. Kein Partner nötig. Bitte um Anmeldung!
	Bauchtanz 16.30 - 18.30 Uhr mit Patrizia Schneeberger, Termine: siehe Veranstaltungskalender

# Veranstaltungen

ZWB = Zentrum Walser Birnbaum ■

OST = Siezenheim Feilbachstr. 17a ■

AU = Siezenheim, Grenzstraße 48 ■





Repair Café am 24.9. >



## September 2022

- **Do. 01.09. ZWB 1. Frauenrunde** (jeden 1. DO im Monat), Plaudern bei Kaffee und Kuchen, 14.00 – 16.30 Uhr
- **Di. 06.09. ZWB Single – Stammtisch** Neue Männer und Frauen kennenlernen bei einem ungezwungenen Beisammensein. Keine Anmeldung erforderlich. Für über 55-Jährige: 14.00 – 16.30 Uhr
- **Mi. 07.09. ZWB Workshop „Humor als soziale Kompetenz“ für Freiwillige** Mit Uwe Marschner (CliniClowns) im Hilfswerk Puch, 14.00 – 18.00 Uhr, kostenlos
- **Do. 08.09. ZWB 1. Spieletreff** (jeden 2. Do. im Monat, 14.00 Uhr) Mit Ursula Ressel und Margit Wallner
- **Mo. 12.09. AU Kursstart Yoga** mit Elizabeth von Below, 09.00 Uhr, Anmeldungen unter 0676 8260 9381
- **Di. 13.09. AU Kreativrunde** mit Elisabeth Schweiger, 17.00 – 19.00 Uhr, Anmeldung unter 0650 2772767
- **Do. 15.09. OST/AU Kräuterwanderung** auf der Erentrudisalm/Elsbethen, Siehe Seite 6
- **Do. 15.09. ZWB Wanderung** mit Marianne Grinner, Abfahrt 10.00 Uhr – nur mit Anmeldung
- **Sa. 17.09. ZWB Bauchtanzgruppe** mit Patrizia Schneeberger, 16.30 – 18.30 Uhr
- **Mo. 19.09. ZWB Foto-Vortrag „Sizilien“** mit Alfons Brandstätter, 15.00 Uhr
- **Mi. 21.09. OST Kursstart Smovey** mit Doris Dunkl, 10.00 Uhr, Anmeldungen unter 0676 777 3933
- **Do. 22.09. ZWB PC Club** – stellen Sie Fragen zu Computerthemen, mit Ing. Helmut Maier, 11.00 – 13.00 Uhr
- **Sa. 24.09. ZWB Repair-Cafe** Ehrenamtliche Handwerker reparieren mit Ihnen Fahrräder, Elektrik, Kleidung, Textil, Handy, Laptop, kleine Möbel, Spielzeug, ... 10.00 – 15.00 Uhr
- **Di 27.09. OST Blutdruck Kurs der ÖGK, Modul 1** Richtiges Messen und Protokollieren, 17.00 – 19.00 Uhr, Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich! 
- **Do. 29.09. OST Blutdruck Kurs der ÖGK, Modul 2** Ernährung, alltagstaugliche Bewegung, 17.00 – 19.00 Uhr, Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich!
- **Do. 29.09. OST Seniorengymnastik** mit Heidi Vavricka. Beginn 16.15 Uhr, Semesterbeitrag € 45,- (Sportunion 55 +) 
- **Do. 29.09. ZWB Erzählcafé** „Geschichten aus meinem Leben“ mit Bürgermeister Joachim Maislinger, 14.00 Uhr

## Oktober 2022

- **Di. 04.10. ZWB Kostenlose Schnupperstunde „Qigong“** mit Christine Bichler (Infos: 0676/6009010, c.k.bichler@a1.net ) 07.45 – 08.45 Uhr und 19.00 – 20.00 Uhr
- **Di. 04.10. ZWB Single – Stammtisch**, Keine Anmeldung erforderlich. Für über 55-Jährige: 14.00 Uhr
- **Mi. 05.10. OST Blutdruck Kurs der ÖGK, Modul 4** Entspannungsworkshop 18.00 – 19.30 Uhr, Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich! 
- **Do. 06.10. ZWB Kurs „Smartphone für Anfänger“** Kurs „Smartphone für Anfänger“ mit Christine Hartl. Kostenlos. 5 Termine. 11.00 – 12.00 Uhr
- **Do. 06.10. ZWB PC / Tablet / Handy Einzelberatung** mit Christine Hartl. Tag und Zeit nach Vereinbarung.
- **Di. 11.10. OST/AU Ausflug Zoo Hellbrunn**, Abfahrt 10.00 Uhr, Anmeldung erforderlich: 0676/ 8260 3774
- **Di. 11.10. OST Diabetes Kurs der ÖGK, Modul 1** Diabetes: gehen wir es gemeinsam an! 15.00 – 18.00 Uhr Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich! 
- **Di. 11.10. AU Kreativrunde** mit Elisabeth Schweiger, 17.00 – 19.00 Uhr, Anmeldung unter 0650 2772767
- **Di. 11.10. ZWB Erzählcafé** „Geschichten aus meinem Leben“ mit Altbürgermeister Ludwig Bieringer, 14.00 Uhr
- **Mi. 12.10. ZWB Workshop „Erzähl mir aus deinem Leben, ich hör zu“** für Freiwillige mit Lina Biegl-Richardson / Salzburg (Rosa Zukunft), 13.00 – 18.00 Uhr, kostenlos f. Freiwillige
- **Do. 13.10. OST Diabetes Kurs der ÖGK, Modul 2** Diabetes aus ärztlicher Sicht 15.00 – 16.30 Uhr, Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich! 
- **Fr. 14.10. ZWB Foto-Vortrag „Donauradweg – Passau-Wien“** mit Adelbert Pointl, 15.00 Uhr
- **Sa. 15.10. ZWB Bauchtanzgruppe** mit Patrizia Schneeberger, 16.30 – 18.30 Uhr
- **Di. 18.10. AU Fotovortrag Wanderungen „Schwäbische Alp“** mit Alfred Koch. Beginn 14.00 Uhr
- **Di. 18.10. OST Diabetes Kurs der ÖGK, Modul 3** Ernährung bei Diabetes 15.00 – 18.00 Uhr, Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich! 
- **Mi. 19.10. OST Diabetes Kurs der ÖGK, Modul 4** Diabetes im Alltag 16.00 – 17.30 Uhr, Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich!
- **Do. 20.10. OST Oktoberfrühshoppen** – 10 Jahre Betr. Wohnen & Seniorentreff, 11.00 – 16.00 Uhr, siehe S.6
- **Do. 20.10. ZWB Wanderung** mit Marianne Grinner, Abfahrt 10.00 Uhr – nur mit Anmeldung
- **Do. 20.10. ZWB Flohmarkt** Kostenlosen Tisch reservieren? Anruf unter: 0662/850069, 15.00 – 19.00 Uhr
- **Fr. 21.10. OST Start Beckenbodentraining** 09.30 – 10.30 Uhr mit Claudia Lechenauer-Tonis, Anmeldung unter 0676/8260 9381 erforderlich
- **Di. 25.10. ZWB Gesprächskreis zum Buch „Das Alter als Geschenk“** von Ruediger Dahlke, Rosa Brodinger liest ein paar Passagen und regt zur Diskussion an, bei Interesse kleine Meditation, 14.00 Uhr
- **Do. 27.10. ZWB PC Club** – stellen Sie Fragen zu Computerthemen, mit Ing. Helmut Maier, 11.00 – 13.00 Uhr



# November 2022

Stammtisch-Leiter Sepp >



- **Do. 03.11. ZWB Filmvorführung „ Buch Club – das Beste kommt noch“**  
u.a. mit Diane Keaton und Jane Fonda. US Filmkomödie. 14.00 Uhr

---

- **Do. 03.11. ZWB PC / Tablet / Handy Einzelberatung** mit Christine Hartl. Tag und Zeit nach Vereinbarung.

---

- **Di. 08.11. ZWB Single – Stammtisch**  
Neue Männer und Frauen kennenlernen bei ungezwungenem Beisammensein.  
Keine Anmeldung erforderlich. Für über 55-Jährige: 14.00 – 16.30 Uhr

---

- **Di. 08.11. AU Kreativrunde** mit Elisabeth Schweiger, 17.00 – 19.00 Uhr, Anmeldung unter 0650 2772767

---

- **Do. 10.11. ZWB Spielertreff** (jeden 2. Do. im Monat, 14.00 Uhr) mit Ursula Ressel und Margit Wallner

---

- **Fr. 11.11. AU Dorfkaffee Siezenheim** 14.00 Uhr

---

- **Do. 16.11. ZWB Foto-Vortrag Montenegro** mit Alfred Koch, 15.00 Uhr

---

- **Do. 17.11. ZWB Wanderung** mit Marianne Grinner, Abfahrt 10.00 Uhr – nur mit Anmeldung

---

- **Do. 17.11. ZWB Adventmarkt** mit Renate Brandstätter und Enkelkindern, Renate Reiter, Roswhita Fuchs mit Adventkränzen, Marianne Kreuzer, Helene Schimana, Ressel Herta, Inge Gosch u.v.a. (inkl. Keksverkauf) Haben Sie Interesse mit auszustellen bzw. zu verkaufen? Bitte unter Tel: 0662/850069 melden, 13.00 – 16.00 Uhr

---

- **Sa. 19.11. ZWB Bauchtanzgruppe** mit Patrizia Schneeberger, 16.30 – 18.30 Uhr

---

- **Di. 22.11. OST Wir backen Kekse** für die Adventveranstaltung, 10.00 Uhr

---

- **Mi. 23.11. ZWB Workshop „Erste Hilfe für die Seele“** für Freiwillige  
& **30.11.**  
Wenn jemand neben uns zusammenbricht, rufen wir die Rettung.  
Doch wie soll man reagieren, wenn jemand zu weinen beginnt,  
apathisch oder verzweifelt wirkt? Mit Josef Demitsch (Pro Mente Salzburg)  
Weitere Termine 07. 12. und 14.12., 14.00 – 17.30 Uhr, kostenlos für Freiwillige

---

- **Do. 24.11. ZWB Klimaticket / Edelweißticket** Erfahrungsaustausch öffentliche Verkehrsmittel, 14.00 Uhr  
- Wie findet man eine gute Verbindung?  
- Welche App gibt es dafür?  
Vielleicht finden sich auch Gleichgesinnte  
zum gemeinsamen Ausflug. Mit Brigitte Költringer

---

- **Mo. 28.11. ZWB Gottesdienst** mit Pfarrer Virgil Zach, 15.00 Uhr



# Dezember 2022

- **Do. 01.12. ZWB Weihnachten mit Elvis** Rupert singt die größten Hits von Elvis,  
mit Rupert Scheibner, 14.00 – 15.00 Uhr

---

- **Do. 01.12. AU Adventveranstaltung** mit den Walser Sängern, 15.00 – 18.00 Uhr

---

- **Mo. 05.12. OST Weihnachtlicher Kreativnachmittag** 13.30 - 16.00 Uhr

---

- **Di. 06.12. ZWB Single – Stammtisch**  
Neue Männer und Frauen kennenlernen bei ungezwungenem  
Beisammensein. Keine Anmeldung erforderlich.  
Für über 55-Jährige: 14.00 – 16.30 Uhr

---

- **Fr. 09.12. ZWB Foto Vortrag „Bangkok und mit einem 4-Master durch  
thailändische Gewässer“,** mit Elmar Kaiser, 15.00 Uhr

---

- **Di. 13.12. ZWB Weihnachtsfeier** mit unserem besinnlichen Programm  
(Lesung, Musik, Hirtensuche...) und gemeinsamem Abendessen,  
16.00 Uhr, mit Manfred Eder und Brigitte Költringer

---

- **Di. 13.12. AU Kreativrunde** mit Elisabeth Schweiger, 17.00 – 19.00 Uhr, Anmeldung unter 0650 2772767

---

- **Do. 15.12. ZWB PC Club** – stellen Sie Ihre speziellen Fragen zu Computerthemen  
mit Ing. Helmut Maier, 11.00 – 13.00 Uhr

---

- **Do. 15.12. ZWB Wanderung** mit Marianne Grinner, Abfahrt 10.00 Uhr – nur mit Anmeldung

---

- **Do. 15.12. ZWB Spielertreff** (jeden 2. Do. im Monat, 14.00 Uhr) mit Ursula Ressel und Margit Wallner

---

- **Sa. 17.12. ZWB Bauchtanzgruppe** mit Patrizia Schneeberger, 16.30 – 18.30 Uhr



**Das Zentrum Walser Birnbaum ist vom  
26.12.2022 – 01.01.2023 geschlossen.**

**Wir sind wieder ab 02.01.2022 für euch da.**

^ Wir freuen uns wieder auf eure Keksspenden  
zum Verkauf beim Adventmarkt am Do. 17.11.



Beim Sommerfest



## Jänner 2023

- **Di. 03.01. OST/AU Neujahrsanstossen** – OST 10.00 Uhr / AU 14.30 Uhr
- **Di. 03.01. ZWB Single – Stammtisch** Neue Männer und Frauen kennenlernen bei ungezwungenem Beisammensein. Keine Anmeldung erforderlich. Für über 55-Jährige: 14.00 – 16.30 Uhr
- **Do. 05.01. ZWB Frauenrunde** (jeden 1. Do. im Monat), Plaudern bei Kaffee und Kuchen, 14.00 – 16.30 Uhr
- **Do. 05.01. ZWB PC / Tablet / Handy Einzelberatung**, mit Christine Hartl. Tag und Zeit nach Vereinbarung.
- **Di. 10.01. AU Kreativrunde** mit Elisabeth Schweiger, 17.00 - 19.00 Uhr, Anmeldung unter 0650 2772767
- **Do. 12.01. ZWB Spieletreff** (jeden 2. Do. im Monat, 14.00 – 16.30 Uhr) mit Ursula Ressel und Margit Wallner
- **Fr. 13.01. AU Dorfkaffee Siezenheim**, 14.00 Uhr
- **Do. 19.01. ZWB PC Club** – stellen Sie Fragen zu Computerthemen, mit Ing. Helmut Maier, 11.00 – 13.00 Uhr
- **Do. 19.01. ZWB Wanderung** mit Marianne Grinner, Abfahrt 10.00 Uhr – nur mit Anmeldung
- **Do. 19.01. ZWB Kurs „Smartphone für leicht Fortgeschrittene“** – 5 Termine  
Mit Christine Hartl, 11.00 – 12.00 Uhr
- **Sa. 21.01. ZWB Bauchtanzgruppe** mit Patrizia Schneeberger, 16.30 – 18.30 Uhr
- **Do. 26.01. ZWB Besuchsdienst Treffen** für Interessierte Freiwillige, um 14.00 Uhr mit Brigitte Költringer
- **Do. 26.01 OST Reisevortrag über Kambodscha** mit Hr. Horst Antesberger. Beginn 14.00 Uhr.

### Wir suchen für's ZWB:

- Mithilfe bei der Gartenbetreuung
- Freiwillige für Besuchsdienst
- Gruppenleiter für Wanderungen
- Fahrer für die Tagesbetreuung
- Zivildienstler ab Herbst 2023

### Wir suchen in Siezenheim:

- Freiwillige und helfende Hände für Veranstaltungen und Gartenarbeiten, Begleitungen bei Ausflüge

Wir freuen uns über Ihren Anruf 0676/ 8260 9381!

Fasching in Siezenheim >



## Februar 2023

- **Do. 02.02. ZWB Erzählcafé** „Wie lebte es sich in Cuba?“ mit Yinet Rojas, 14.00 Uhr
- **Do. 02.02. ZWB PC / Tablet / Handy Einzelberatung** mit Christine Hartl. Tag und Zeit nach Vereinbarung.
- **Di. 07.02. ZWB Single – Stammtisch**  
Neue Männer und Frauen kennenlernen bei einem ungezwungenen Beisammensein. Keine Anmeldung erforderlich. Für über 55-Jährige: 14.00 – 16.30 Uhr
- **Do. 09.02. ZWB Spieletreff** (jeden 2. Do. im Monat, 14.00 Uhr) mit Ursula Ressel und Margit Wallner
- **Do. 14.02. AU Kreativrunde** mit Elisabeth Schweiger, 17.00 - 19.00 Uhr, Anmeldung unter 0650 2772767
- **Do. 16.02. ZWB Faschings Tanzfest**, 16.00 – 20.00 Uhr
- **Do. 16.02. ZWB Wanderung** mit Marianne Grinner, Abfahrt 10.00 Uhr – nur mit Anmeldung
- **Do. 16.02. ZWB PC Club** – stellen Sie Ihre speziellen Fragen zu Computerthemen  
Mit Ing. Helmut Maier, 11.00 – 13.00 Uhr
- **Sa. 18.02. ZWB Bauchtanzgruppe** mit Patrizia Schneeberger, 16.30 – 18.30 Uhr
- **Di. 21.02. OST Faschingsbrunch**, 10.00 Uhr

### Vorschau April 2023: OST Trachtenbörse am 01.04.2023!

### VORMERKEN! Erzählcafé „Wie lebt es sich in Cuba?“

- **Do. 02.02. ZWB** um 14.00 Uhr, mit Yinet Rojas

Yinet Rojas hat die flotten kubanischen Rhythmen einfach im Blut. Die gebürtige Kubanerin ist die Sängerin und Gitarristin von CubaBoarich 2.0 und lebt seit 6 Jahren in der Gemeinde Wals-Siezenheim. CubaBoarisch 2.0 macht eine ganz persönliche Reise zwischen Bayern und Lateinamerika und präsentiert einen kreativen musikalischen Cocktail aus Rum, Pop und Bavaria. Yinet Rojas bringt die kubanische Musik mit ins Zentrum Walser Birnbaum, erzählt auch über ihr Heimatland und lässt so auch etwas Urlaubsstimmung und Fernweh aufkommen.







v.l.: Emica Eberl, Andrea Essl, Claudia Lechenauer-Tonis, Nadia Rahal, Manfred Eder, Brigitte Költringer, Gabi Bliem, Sarah Hofer

## Öffnungszeiten ZWB:

**Treffpunkt 50Plus & Cafeteria:**  
**Mo.-Fr.: 09.00 - 18.00 Uhr**

**Tagesbetreuung: Mo., Mi., Fr. und Sa.: 08.00 - 16.00 Uhr**

# ZENTRUM WALSER BIRNBAUM

Tagesbetreuung | Treffpunkt 50plus | Betreutes Wohnen

Lagerstraße 1 (hinter GH Panda), 5071 Wals-Siezenheim, **Tel. 0662 8500 69**  
Fax 8501 28, [zwb@salzburger.hilfswerk.at](mailto:zwb@salzburger.hilfswerk.at), [www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at)



**Petra Kaufmann**  
(Friseurin)  
Telefon  
0664 5427 032



**Sabine Kucher**  
(Bereichsleitung  
Hauskrankenpflege)  
Telefon  
0676 8260 1127



**Sabine Leitner**  
(Bereichsleitung  
Soziale Arbeit)  
Telefon  
0676 8260 7103



**Manuela Ackerl**  
(med. Fußpflegerin)  
Telefon  
0664 1469 922



**Rosemarie Bieringer**  
(Sozialdienst – Essen  
auf Rädern)  
Telefon  
0664 3033 174



**Ursula Süß**  
(Physiotherapeutin)  
Telefon  
0664 4864 320



**Theresia Posch**  
(Heilmasseurin,  
med. Masseurin)  
Telefon  
0664 4152 803



**Eva Maria Hofbauer**  
(Heilmasseurin,  
Sportwissenschaftlerin)  
Telefon  
0664 1629 153

## Offener Seniorentreff & Betreutes Wohnen Siezenheim

**Tel. 0676 8260 9381**

[bw-siezenheim@salzburger.hilfswerk.at](mailto:bw-siezenheim@salzburger.hilfswerk.at)  
[bw-siezenheimerau@salzburger.hilfswerk.at](mailto:bw-siezenheimerau@salzburger.hilfswerk.at)

### Öffnungszeiten Siezenheim OST:

**Mo.: 13.00 - 17.30 Uhr**  
**Di.: 09.00 - 13.30 Uhr**  
**Mi.: 09.00 - 12.00 Uhr**  
**Do.: 13.00 - 17.30 Uhr**  
**Fr.: 09.00 - 12.00 Uhr**

Feilbachstraße 17a,  
5072 Siezenheim

### Öffnungszeiten Siezenheim AU:

**Mo.: 09.00 - 12.00 Uhr**  
**Di.: 14.00 - 16.30 Uhr**  
**Do.: 09.00 - 12.00 Uhr**  
**Fr.: 13.00 - 17.00 Uhr**

Grenzstraße 48,  
5072 Siezenheim