

Senioren Aktiv Woche fit & aktiv durch die Woche



21. - 25.
September 2015

Gaststätte
„Zur Lahnbrücke“
in Caldern
Der Treff im Grünen

- Gut bürgerliche Küche
- Großer Biergarten
- Großer Kinderspielplatz
- Überdachte Sitzplätze im Freien
- Feiern und Veranstaltungen jeglicher Art

Telefon (06420) 82072 • E-Mail: zurlahnbruecke@gmx.de
An der Lahnbrücke 3a • 35094 Lahntal-Caldern



Besuchen Sie uns in unserem Kundenzentrum

Wir beraten Sie gerne



- Produktinformationen und Verträge für Strom, Gas, Wärme, Wasser, Abwasser und Internet
- Informationen über Förderprogramme
- Energieberatung nach telefonischer Terminabsprache

Stadtwerke Marburg GmbH
- Kundenzentrum -
Am Krekel 55, 35039 Marburg
Telefon (0 64 21) 2 05 5 05
Telefax (0 64 21) 2 05 2 33
kundenzentrum@swmr.de

STADTWERKE  MARBURG
www.stadtwerke-marburg.de



CULINA
CAFÉ BISTRO RESTAURANT



Restaurant Culina
Am Schubstein 4
35091 Cölbe
Tel.: 06421 - 3044-290
Fax.: 06421 - 3044-295
E-Mail: info@culina-coelbe.de
www.culina-coelbe.de

FRÜHSTÜCK | MITTAGSTISCH | KAFFEE & HAUSGEMACHTE KUCHEN | BIERGARTEN

 **BAHN**
Kurhessenbahn

Kontakt:



Gemeinde Lahntal

Oberdorfer Straße 1 · 35094 Lahntal
Telefon 06420 82300
Telefax 06420 8230-30

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Ortrud Lauer/Karin Maiwald

Telefon 06420 8230-27 / 06420 8230-52
ortrud.lauer@lahntal.de
karin.maiwald@lahntal.de



Gemeinde Cölbe

Kasseler Straße 88 · 35091 Cölbe
Telefon 06421 9850-0
Telefax 06421 9850-28

Ihre Ansprechpartnerin:

Ingeborg Weitzel

Telefon 06421 985011
weitzel@coelbe.de



Gemeinde Münchhausen

Marburger Straße 82
35117 Münchhausen am Christenberg
Telefon 06457 9122-0
Telefax 06457 9122-23

Ihre Ansprechpartnerin:

Bianca Spalek

Telefon 06457 9122-10
b.spalek@gemeinde-muenchhausen.de



Stadt Wetter/Hessen

Marktplatz 1 · 35083 Wetter/Hessen
Telefon 06423 82-0
Telefax 06423 82-21

Ihre Ansprechpartnerin:

Andrea Stark

Telefon 06423 8237
andrea.stark@wetter-hessen.de



Weitere wichtige Informationen zur **Senioren Aktiv Woche:**

Anmeldungen:

Zur besseren Planung ist Ihre Anmeldung bei den Veranstaltungen notwendig und wird ab sofort in Ihrer Gemeinde/Stadt entgegen genommen. Anmeldeschluss ist der **11.09.2015**.

Kosten:

Die angegebenen Kosten verstehen sich pro Person.

Fahrdienst benötigt:

Sie würden gern zu einer Veranstaltung kommen, haben aber keine Möglichkeit? Wir bemühen uns für Sie um Fahrgemeinschaften. Bitte unten ankreuzen.

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

Ort _____

Telefon _____

Fahrdienst Ja Nein

Änderungen vorbehalten! Es kann immer mal etwas dazwischen kommen. Daher müssen wir uns vorbehalten, einzelne Veranstaltungen umzuverlegen oder gar abzusagen.

Liebe Mitbürgerin,
lieber Mitbürger,

auch in diesem Jahr können wir Ihnen wieder ein tolles Programm anbieten. Sollten Sie weitere Ideen für das nächste Jahr haben, so teilen Sie uns diese mit. Wir überlegen uns, ob wir Ihre Idee aufgreifen können. Auf jeden Fall freuen wir uns sehr auf Sie. Hier unser Programm kurz zusammengefasst:

- Entdecken Sie den Burgwald einmal anders. Mit dem Planwagen geht es wie im Wilden Westen durch die schöne Natur.
- Morgens ernährungsbewusst schlemmen und nachmittags sehen, wo das gute Brot herkommt. Wenn dann die Stimme nach Kaffee und Kuchen geölt ist, können Sie mit der Jodelgruppe „Durcheinand“ um die Wette jodeln.
- „Ach wei schie“ lernen Sie Niederasphe einmal genauer kennen und guten Wein können Sie bei der Gelegenheit auch gleich kosten.
- Am Donnerstag werden Ihnen Märchen erzählt - versprochen! Kommen Sie mit zur Märchenwanderung. Es lohnt sich!
- Wollten Sie schon immer einmal Yoga testen? Dann kommen Sie nach Cölbe. Dort können Sie testen, wie gelenkig Sie sind.

• Willigen wir kommen! Auf der neu eröffneten Bahnstrecke geht's mit der Kurhessenbahn nach Willingen. Danach bringt uns die Seilbahn auf den Ettelsberg zum zünftigen Vespere. Danach die Seele baumeln lassen oder einem Glasbläser über die Schulter schauen. Ein toller Abschlußtag der Seniorenaktivwoche!

Lahntal, Cölbe, Münchhausen und Wetter zeigen wieder einmal, dass sich Zusammenarbeit lohnt.

Ein ganz besonderer Dank gilt auch unseren Sponsoren, die mit Ihren Anzeigen dieses Informationsblatt ermöglichen haben.

Herzlichst

Manfred Apell
Bürgermeister Lahntal

Volker Carle
Bürgermeister Cölbe

Peter Funk
Bürgermeister Münchhausen

Kai-Uwe Spanka
Bürgermeister Wetter



Montag

Den Burgwald mal anders erkunden Planwagenfahrt mit Wegzeherung

- ▶ 9:30 Uhr Treffpunkt Parkplatz Stadthalle Wetter
Fahren Sie mit dem Planwagen bei einem kleinen Imbiss durch den herbstlichen Burgwald zur Burg Mellnau
max. 30 Teilnehmer, Kosten: 5 €
- ▶ 12:30 Uhr Mittagessen in der Kuckuckshütte Mellnau unterhalb der Burg Mellnau (Selbstzahler)
- ▶ 14:00 Uhr Weiterfahrt mit dem Planwagen zum Dorfmuseum Oberrospe (optional Wanderung von Mellnau nach Oberrospe)
- ▶ Ab 14:30 Uhr - ca. 16:30 Uhr Führung im Dorfmuseum mit anschließendem Kaffeetrinken, Rückfahrt mit dem Planwagen
max. 30 Teilnehmer, Kosten: 8 €
- ▶ ca. 17:00 Uhr Ankunft Parkplatz Stadthalle Wetter

21. September 2015

Dienstag

Frühstück & Ernährungsquiz

- ▶ 9:00 Uhr Treffpunkt Krafts Hof Oberdorfer Str. 9, Sterzhausen (Referentin: Heike Brinkmann-Reitz, Ernährungsberaterin, Trophysio)
max. 20 Teilnehmer, Kosten: 10 €
- ▶ 12:30 Uhr Mittagessen Restaurant „Mekan“ Wittgensteiner Str. 6, Sterzhausen,
max. 50 Teilnehmer (Selbstzahler)
- ▶ 14:00 Uhr **Mühlenbesichtigung „Es klappert die Mühle...“**
Treffpunkt Mühlenbäckerei Caldern Mühlenstr. 9, Caldern
max. 20 Teilnehmer, Kosten: 2 €
- ▶ **Kaffeeklatsch mit Jodeldiplom**
15:30 Uhr - ca. 17:00 Uhr Kaffeetrinken der besonderen Art mit der „Jodelgruppe Durcheinand“, Dorfgemeinschaftshaus Caldern, Kernbacher Str. 3, Caldern
Kosten Jodelspaß: 6 €

22. September 2015

Mittwoch

Nieder-Asphe ist ein feines Dorf

- ▶ 10:00 Uhr Treffpunkt Kirche Niederasphe (Referent: Hermann Koch, Niederasphe)

Ein gemeinsames Ziel lässt eine neue Gemeinschaft entstehen

Besichtigung und Bildvortrag über die Innenrenovierung von Kirche und Pfarrscheune durch Eigenleistung und Spenden

Dorf- und Kirchengeschichte

Fotos über das frühere ländliche Leben mit anschließender Führung

Weinfest mit Weinprobe + Musik

- ▶ 12:30 Uhr Mittagessen Grillhütte Niederasphe mit anschließender Weinprobe durch Werner Semus
- ▶ ab 14:30 Uhr - ca. 17:00 Uhr Weinfest mit musikalischer Begleitung durch Werner Schaumburg

Teilnehmerzahl min. 30 - max. 80 Personen, Kosten: 25 € ganzer Tag, 15 € nur Vormittag und Mittagessen, 20 € ab mittags

23. September 2015



Donnerstag

Märchenwanderung

Premium-Wanderweg Reddehausen

- ▶ 9:30 Uhr Treffpunkt Waldparkplatz (Nähe Grillhütte Reddehausen)
max. 40 Teilnehmer

An 3 Stationen gibt es Zwischenstopps mit Erzählungen rund ums Märchen

Kosten 3 € (inkl. kleine Erfrischung)

- ▶ 12:30 Uhr Mittagessen Restaurant-Cafe „Zum Flugplatz“, Zum Flugplatz 10, Schönstadt (3 Gerichte zur Auswahl - Selbstzahler)

max. 50 Teilnehmer

- ▶ 15:00 Uhr Yoga Schnupperstunde
 - ▶ 16:00 Uhr Yoga Schnupperstunde
- Beide Termine im Kindergarten Löwenzahn, Breslauer Str. 1, Cölbe, Turnraum

Kosten: 5,00 €, je max. 10 Personen

- ▶ ab 16:00 - 18:00 Uhr Kaffeetrinken Cafe-Bistro „Culina“, Breslauer Str. 4, Cölbe, selbstgebackener Kuchen, Terrasse vorhanden

max. 40 Teilnehmer (Selbstzahler)

24. September 2015

Freitag

Tagesfahrt nach Willingen

- ▶ Abfahrt Bhf. MR 8:29 Uhr
- Abfahrt Bhf. Cölbe 8:35 Uhr
- Abfahrt Bhf. Wetter 8:44 Uhr
- Abfahrt Bhf. Münchh. 8:57 Uhr

maximal 80 Teilnehmer

Mit der Seilbahn geht's auf den Ettelsberg. Dort findet eine geführte Wanderung statt. Die Besichtigung des Aussichtsturms ist ebenfalls möglich.

- ▶ 12:30 Uhr zünftiges Mittagessen in Siggis Hütte (Selbstzahler)
- ▶ 15:00 Uhr Besichtigung einer Glasbläserei oder optional zur freien Verfügung

- ▶ Abfahrt Willingen 17:35 Uhr
- Ankunft Münchh. 18:55 Uhr
- Ankunft Wetter 19:09 Uhr
- Ankunft Cölbe 19:18 Uhr
- Ankunft Marburg 19:23 Uhr

Kosten: 25 € (Fahrtkosten, Seilbahn, Wanderung, Glasbläserei)

25. September 2015

Anmeldung (bitte abtrennen)

Bitte gewünschte Veranstaltung/en ankreuzen

Bitte beachten:

Der Anmeldeschluss für die Seniorenaktivwoche ist der **11.09.2015**.

Montag

- Planwagenfahrt 5,00 €
- Mittagessen Burg Mellnau Selbstzahler
- Dorfmuseum Oberrospho 8,00 €

Dienstag

- Frühstück & Ernährungsquiz 10,00 €
- Mittagessen Mekan Sterzhausen Selbstzahler
- Mühlenbesichtigung Caldern 2,00 €
- Kaffeetrinken mit Jodelspaß 6,00 €

Mittwoch

- Dorfbesichtigung + Mittagessen 15,00 €
- Mittagessen + Weinprobe + Weinfest 20,00 €
- Dorfbesichtigung + Mittagessen + Weinprobe + Weinfest 25,00 €

Donnerstag

- Märchenwanderung + Erfrischung 3,00 €
- Mittagessen Flugplatz Schönstadt Selbstzahler

Bitte Menü ankreuzen

- Menü I** Schweineschnitzel mit Champignons, Salat, Pommes 11,50 €
- Menü II** Putensteak Hawaii mit Ananas + Käse, Gemüse, Pommes 13,50 €
- Menü III** Vegetarische Platte 8,50 €
- Yoga-Schnupperstunde 5,00 €
- Kaffeetrinken Cafe Culina Selbstzahler

Freitag

- Tagesfahrt nach Willingen 25,00 €