



SENIORiNNENBÜRO DER STADT GRAZ



für+mit SeniorInnen in Graz

Seit dem Jahre 1996 können Grazerinnen und Grazer das österreichweit erste SeniorInnenbüro als Serviceeinrichtung der Stadtverwaltung nutzen.

Rund 21 % der mit Hauptwohnsitz in Graz lebenden Personen sind älter als 60 Jahre.



Information – Beratung – Vermittlung – Begleitung

Was ist das SeniorInnenbüro?

- Beratungs- und Informationsstelle für ältere GrazerInnen und deren Angehörige
- Anlaufstelle für an ehrenamtlichem Engagement interessierte SeniorInnen
- Kooperation mit unterschiedlichen Einrichtungen in der Arbeit mit Älteren



Aktivitäten

Kunst und Kultur:

- Unbekannte Kulturschätze entdecken
- Kultur- und Konzerttreff
- PflanzenliebhaberInnen im Botanischen Garten
- Bücherrunde
- Leselust & Hörvergnügen im Zanklhof



Aktivitäten

Kreativität:

- Schreibrunde
- Handarbeitsrunde
- Theaterrunde
- Malkurs

Sprachrunden:

- Hablamos Español
- Spanisch-Treffen für WiedereinsteigerInnen
- English Talk-Table
- Sprechen Sie „Denglisch“?
- Parlez-Vous Français?
- Parliamo Italiano



Aktivitäten

Musik:

- Flötenrunde
- Singkreis
- Gitarre für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Internet und Computer:

- eBook, eReader, Tablet & Co
- SeniorNettCafé
- SeniorInnen im Internet



Aktivitäten

Geselligkeit:

- Schach für AnfängerInnen und Fortgeschrittene
- Kaffeerrunde
- Kartenrunde
- Generationen im Miteinander

Sport für SeniorInnen:

- Nordic Walking
- treffpunkt:TANZ
- Pilates
- Turnen
- Schwimmen



Aktivitäten

Vorträge:

- ICH BIN ICH
Gelingende Balance im Alltag –
Ein Selbsterfahrungsvormittag
- Wenn ich einmal groß bin ...
- Wir in unserer Umwelt
- AlterLos – Salutogenese
- Die nicht alltäglichen Gespräche ...
- Astrologierunde



Veranstaltungen

❖ SeniorInnensommerprogramm

von Juli bis September:

- Wanderungen
- Ausflüge
- Besichtigungen

❖ Adventkonzert

- Ort: Mariahilferkirche
- Termin: 30. November

❖ G'schichten im Café Graz

- Ort: Großer Saal der Arbeiterkammer, Strauchergasse 32
- Termine: 02. März
27. April
18. Mai
09. November
21. Dezember



Serviceleistungen

SeniorInnencard

Viele Vorteile für Kultur, Freizeit und Bildung

- Theater und Oper 10 % Ermäßigung
- Schöckelseilbahn
- Landeszeughaus, Kunsthaus
- Joanneumsviertel, Volkskundemuseum
- GrazMuseum, Museum im Palais
- Schloss Eggenberg
- Österreichische URANIA für Steiermark





Weitere Angebote und Serviceleistungen

- Taxifahrten für Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen
4 oder 6 Fahrten pro Monat, je nach Einkommen
- Wohnungsreinigungsdienst/Zuzahlung je nach Einkommen
- Essenzustelldienst
- Mittagstisch für SeniorInnen
- Kulturpass



Informationen und Beratung

 Montag bis Freitag 8.00 – 13.00

 Stigergasse 2/3. Stock, Zimmer 311 bis 314

 (0316) 872-6390 – 6393,

 seniorinnen@graz.at



Danke für Ihre
Aufmerksamkeit