



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Veranstaltungen

August bis Dezember

2026

Änderungen unter Vorbehalt

Schwangauer Miteinander



Quartiersmanagement

neue Adresse:

Deichelweg 1
87645 Schwangau





Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Brauchen Sie Unterstützung oder Hilfe, damit Ihr Alltag selbstbestimmt und angenehm gestaltet werden kann?

Gibt es Probleme oder Schwierigkeiten beim „ÄLTER“ werden?

Gerne berate und helfe ich Ihnen, die richtigen Angebote zu finden, um Ihren Alltag nach Ihren Ansprüchen zu gestalten.

Kommen Sie zu einem persönlichen Gespräch ins Büro des Schwangauer Miteinander Quartiersmanagements oder ich besuche Sie zuhause.

Vereinbaren Sie gerne einen Termin mit mir!

Birgit Simon

Quartiers-/

Generationenmanagerin



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Telefon:

08362 8198-55

E-Mail:

birgit.simon@schwangau.bayern.de

Postadresse:

Münchener Straße 2

Büroadresse:

Deichelweg 1

87645 Schwangau

Seniorenaktivkurs

KOSTENLOS



Miteinander

Gesellige Runde zum
Thema des Tages
Gesang, Geschichten
und einem zünftigen
Ratsch

Geist

Köpfchenrunde
Knobeln, rätseln und
Denksportaufgaben
zum Thema des
Tages

Körper

Gymnastik am Stuhl
Kraft, Balance und
Koordination
mit Musik

mittwochs von 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Fachklinik König Ludwig Panoramapavillion

Kreuzweg 11, 87645 Schwangau

(der Panoramapavillion ist barrierefrei erreichbar)



für die freundlicher Unterstützung



Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, daher ist eine Anmeldung über das Schwangauer Miteinander Quartiersmanagement erbeten.

Gerne stehe ich Ihnen für Fragen zur Verfügung!

Unser Ziel

Der Seniorenaktivkurs hilft dabei, im Alter körperlich und geistig fit zu bleiben. Regelmäßige Bewegung und gemeinsame Aktivitäten fördern die Gesundheit, stärken das Selbstvertrauen und unterstützen dabei, den Alltag möglichst lange selbstständig zu meistern.

Das Miteinander in der Gruppe schafft neue Kontakte, fördert den Austausch und kann Einsamkeit, Ängste und Unsicherheiten verringern.

Unser Ziel ist es, Lebensfreude, Selbstständigkeit und ein aktives, gemeinsames Schwangauer Miteinander zu gestalten!



Unser Team:

Wir sind ehrenamtliche, speziell ausgebildete Trainer und Therapeuten mit viel Herz und Engagement für gelingende Seniorenaktivkurse

Anmeldung:

Birgit Simon

Schwangauer Miteinander Quartiersmanagement

Telefon: 08362 8198-55

E-Mail: birgit.simon@schwangau.bayern.de

Postadresse: Münchener Straße 2

Büroadresse: Deichelweg 1
87645 Schwangau

Mittagstisch 2026

für alle Generationen!



jeden 2. Donnerstag im Monat

12:00 Uhr

**in wechselnden Gaststätten
in Schwangau**



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales 

Termine 2. Halbjahr 2026:

13. August	Hotel Helmer Mitteldorf 10 87645 Schwangau
10. September	Schreinerwirt König-Ludwig-Straße 12 87645 Schwangau
8. Oktober	Campingplatz Bannwaldsee – Stadel Münchener Straße 151
12. November	Hotel Rübezahl Am Ehberg 31 87645 Schwangau
10. Dezember	Hotel Helmer – Horn Adventscafe Frauenberstraße 9 87645 Schwangau

Spielefreunde 2026



jeden 3. Donnerstag im Monat

ab 14:30 Uhr



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales 

**Gasthof am See
im „Blauen Zimmer“
Forggenseestr. 81
87645 Schwangau**

Termine 2. Halbjahr 2026:

August  <i>Sammerpause</i>
17. September 2026
15. Oktober 2026
November 2026 Betriebsruhe 
17. Dezember 2026

Senioren Info 2026



jeden 4. Mittwoch im Monat

**Fachklinik König Ludwig
Kreuzweg 11
87645 Schwangau**



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales 

14:00 Uhr: Cafétreff in der Cafeteria - Fachklinik König Ludwig

15:00 Uhr: informative Vorträge zu Themen des Älterwerdens
UG - Vortragsraum

Termine 2. Halbjahr 2026:

30. September 2026	Erste- Hilfe- Kurs 60+	Manfred Keitel BRK Birgit Simon und ein Notarzt/Ärztin
25. November 2026	Der Muskel machts! Fitnessstudio stellt sich vor	Lukas Hiemer Sportstudio FÜSSEN



Einladung zum Informationsabend

Schlossbrauhaus, Gipsmühlweg 5

87645 Schwangau – Saal

Mittwoch, 28.10.2026

um 17:00 Uhr

**Durchblick im Pflegedschungel
Pflegegrade und Leistungen verständlich erklärt“
Der Pflegestützpunkt Ostallgäu informiert in der
Gemeinde Schwangau**

Der Pflegestützpunkt Ostallgäu und das
Schwangauer Miteinander Quartiersmanagement lädt
herzlich zur Informationsveranstaltung rund um das
Thema Pflege ein.

Die Pflege eines nahestehenden Menschen ist eine große
Herausforderung. Besonders die Vielzahl an Regelungen,
Leistungen und Anträgen kann schnell unübersichtlich
werden – der sogenannte „Pflegedschungel“.

**In diesem Vortrag erhalten Sie klare und verständliche
Antworten auf die wichtigsten Fragen rund um das
Thema Pflege.**

Schritt für Schritt erfahren Sie:

- Wie beantrage ich einen Pflegegrad?
- Was bedeuten die verschiedenen Pflegegrade?
- Welche Unterstützungsleistungen stehen mir zur Verfügung?

**Darüber hinaus erhalten Sie wertvolle Tipps und
praktische Hinweise, um den Überblick zu behalten
und die richtigen Entscheidungen für sich und Ihre
Angehörigen zu treffen.**

**Alle Interessierten Bürgerinnen und
Bürger sind herzlich eingeladen!**

Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Wir freuen uns auf einen informativen Abend!

Pflegestützpunkt



Ostallgäu
Pflegeberatung
und -koordination

Pflegestützpunkt Ostallgäu
Schwabenstraße 11
87616 Marktoberdorf

Rufen Sie uns an unter:

08342 911-511

Email: pflegestuetzpunkt@ira-oal.bayern.de



zusammen stark!



Regionales Dienstleistungsnetzwerk für
Familie, Arbeit und Senioren



**Das Schwangauer Miteinander steht für
Herzlichkeit, gelebten Zusammenhalt und der
Kraft einer starken Gemeinschaft!**

**Ich wünsche Ihnen eine „gute Zeit“ mit den
Angeboten des Schwangauer Miteinander 2026.**

Herzlichst 
Ihre Birgit Simon

