

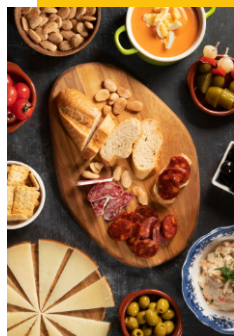


Mo – Sa 2.11. – 7.11.

Spanische Woche der VHS im du & hier

¡Olé Gersthofen!

Erleben Sie im du & hier eine spannende VHS-Woche voller Kultur, Kulinarik, Musik, Tanz und Mitmach-Angeboten – ganz ohne Flugticket! Egal, ob Sie noch keine Spanischkenntnisse haben oder bereits Spanisch sprechen – alle sind herzlich willkommen!



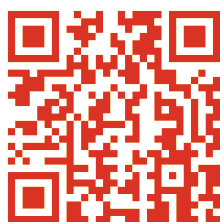
¡6 Tage volles Programm!

Vom Spanischen Frühstück, über Sprach-Crash-Kurse (z.B. Begrüßung und Vorstellung, Zahlen von 0-100, Essen auf dem Markt, Reis-spanisch u.v.m.), dazu grammatikalische Grundlagen. Es werden Tapas zubereitet, Salsa und Bachata getanzt und und und...

Am Samstag steigt den ganzen Tag die große Fiesta Final!

¡Anmelden!

Melden Sie sich jetzt bei der VHS an! Die kostenlosen Programmpunkte sind im Innenteil hervorgehoben.



Programm

Oktober 2026 bis Januar 2027

www.gersthofen.de/du-und-hier

Tisch der Generationen

Fr 30.10. 15:00 – 18:00

■ VHS

Menschen aller Generationen kommen miteinander ins Gespräch: Bei Themen wie Arbeitswelt (Was macht gute Arbeit aus?), Lebensentscheidungen (z.B. Elternschaft, Pflege) oder Sicherheit (Beispiel Wehrpflicht) kommen Lebenserfahrungen und Werte ins Gespräch. Die erfahrene Moderation leitet den Ablauf, von der Tischrunde bis zu Einzelbegegnungen. **Anmeldung** bei der VHS erforderlich (kostenlos)



Schafkopfen

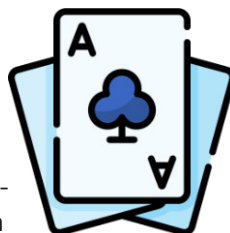
Kurs 5xFr ab 2.10. 19:00 – 20:30

Üben 3xMo ab 12.10. 14:00 – 16:30

■ VHS und du & hier

Für die Einen ist das Schafkopfspiel ein bayerischer Mythos – für die Anderen der beste Zeitvertreib der Welt. Im Kurs erlernen Sie das Spiel, an den 3 Übungsnachmittagen erproben Sie das Erlernte.

Anmeldung erforderlich: VHS für Kurs (kostenpflichtig), du & hier zum Spielen (kostenlos)



Demenz Früherkennung

Sa 31.10. 9:00 – 16:00

Sind Sie oder Angehörige über 65 Jahre alt und bemerken eine Verschlechterung der geistigen Leistungsfähigkeit? Dann nutzen Sie diesen kostenfreien Test. Er dauert 15 Minuten und Sie erfahren direkt, ob weitere ärztliche Abklärung notwendig und sinnvoll ist.

Anmeldung 0162 3686 146 und 0151 5115 2472 sowie Hannelore.Britzlmaier@gmx.de
Infos digidem-bayern.de

Komm mit... in den Iran

Fr 23.10.

19:00 – 20:30

■ du & hier

Lernen Sie die Vielfalt des Iran kennen! Unser aus dem Iran stammender Gastgeber informiert über das Land mit seiner reichhaltigen Geschichte, ethnischen und kulturellen Vielfalt, eingebettet in persönliche Einblicke. Dann ist Raum für Gespräch, eigene Fragen und Ansichten. Faszinierende Eindrücke und Blickwinkel warten auf Sie.

Anmeldung keine



10 Jahre Bürger:Treff

Mo 2.11. 14:30 – 17:00 ■ **Zebi**
Seit 10 Jahren engagiert sich ein eingeschworenes Team, zuver-



Lustiger Fasching 2025

lässig und durchgehend. Lang-jährige Gäste fühlen sich wohl, neue Gäste und Ehrenamtliche werden freundlich aufgenommen und treffen dort auf Herzblut, Gemeinschaft, Ideen und Engagement. Das ist außergewöhnlich und wir feiern! Seien Sie dabei! **Anmeldung keine**

Montag**ElternRATsch**

9:00 – 11:00 ■ **Familienstation**
14-tägig, Austausch und Rat für Eltern mit Kind. **Termine** 21.9., 5.10., 19.10., 9.11., 23.11., 7.12.26, Weihnachtspause, 11.1.27, 25.1. **Anmeldung keine**

Familienhebamme

9:00 – 12:00 ■ **Frühe Hilfen**
wöchentlich im Wechsel von Präsenz und online. Beratung während der ersten 12 Lebensmonate Ihres Kindes. **Anmeldung erforderlich**

Erziehungs- & Familienberatung

14:00 – 17:00 ■ **KJF**
Wöchentlich, Unterstützung bei Konflikten, Trennung und schwierigen Phasen im Familienleben. **Anmeldung erforderlich**

Bürger:Treff

14:30 – 17:00 ■ **Zebi**
Monatlich am 1. Montag, bei Feiertag eine Woche später. Geselligkeit, Ratsch und Spiel für alle. **Termine** 5.10., Jubiläum am 2.11., 7.12.26, 4.1.27 **Anmeldung keine**

Sitzung des Seniorenbeirat

16:00 – 17:30 ■ **Seniorenbeirat**
Mitreden und sich einbringen. Letzten Montag im Monat, bei Feiertag eine Woche früher. **Termine** 26.10., 30.11.26, 25.1.27 **Anmeldung keine**

Montagsmaler

Ausgebucht ■ **Zebi**
Monatlich, keine Plätze frei

Hula Tanz

Ausgebucht ■ **Zebi**
Wöchentlich, keine Plätze frei

Dienstag**Näh:Treff**

10:00 – 14:00 ■ **Zebi**
14-tägig, individuelle Projekte und gegenseitiger Austausch **Termine entfällt am 6.10.**, Klimawoche am 13.10., 20.10., 3.11., 17.11., 1.12., 15.12., 29.12.26, 12.1.27, 26.1.27 **Anmeldung erforderlich**

BAYERISCHE KLIMAWOCH
#ShowYourStripes

Kochen und Genießen-Extra

Fr 9.10., 17:00 – 20:30 ■ **du & hier**
Jede:r bringt aus dem eigenen Bestand ein halbes Pfund Lebensmittel mit, z.B. Obst, Gemüse, Nudeln, Reis, eine Konserve oder trockenes Brot. Nicht mitgebracht werden können Eier sowie (tief-)kühlpflichtige Lebensmittel wie Fisch, Fleisch oder Milchprodukte. Wir kochen gemeinsam ein leckeres Menü! **Anmeldung keine**

Computer:Treff

15:00 – 16:30 ■ **Zebi**
14-tägig, Anwendungshilfe mit PC, Handy & Co. **Termine** 6.10., 20.10., 3.11., 17.11., 1.12., 15.12., Weihnachtspause, 12.1.27, 26.1. **Anmeldung erforderlich**

Gesprächskreis Demenz

14:00 – 15:30 ■ **Seniorenberatung**
Monatlich am 3. Dienstag, Austausch und Information für Angehörige von Demenzerkrankten. **Termine** 20.10., 17.11., 15.12.26, 19.1.27 **Anmeldung keine**

Rommé Club

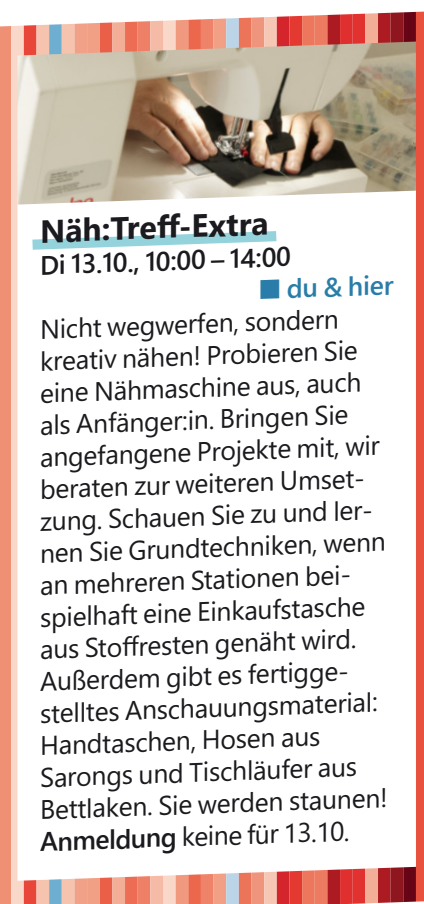
Ausgebucht ■ **du & hier**
mehrmals im Monat, keine Plätze frei

Meine Tanzzeit

Ausgebucht ■ **Zebi**
14-tägig, keine Plätze frei

Deutsch lernen mit Elena

17:00 – 19:00 ■ **Zebi**
Wöchentlich, Wortschatz und Grammatik für ukrainische Geflüchtete. **Ferien Pause Anmeldung erforderlich**

**Näh:Treff-Extra**

Di 13.10., 10:00 – 14:00 ■ **du & hier**
Nicht wegwerfen, sondern kreativ nähen! Probieren Sie eine Nähmaschine aus, auch als Anfänger:in. Bringen Sie angefangene Projekte mit, wir beraten zur weiteren Umsetzung. Schauen Sie zu und lernen Sie Grundtechniken, wenn an mehreren Stationen beispielsweise eine Einkaufstasche aus Stoffresten genäht wird. Außerdem gibt es fertiggestelltes Anschauungsmaterial: Handtaschen, Hosen aus Sarongs und Tischläufer aus Bettlaken. Sie werden staunen! **Anmeldung keine für 13.10.**

Selbsthilfegruppe Erwachsene mit ADHS

19:00 – 21:00 ■ **ADHS**
Monatlich am 4. Freitag, Geschützter Rahmen für Erfahrungsaustausch, Verständnis und gegenseitige Unterstützung. **Termine** 23.10., 27.11.26, 22.1.27 **Anmeldung erforderlich**

Familie**Kinder schützen = Kinder stärken**

Mi 14.10. 19:00 – 20:30 ■ **Familienstation**
Erfahren Sie, wie Sie Ihre Kinder durch eine präventive Erziehungshaltung, Aufklärung und Informationen stärken.

Gemeinsam durch die 4. Klasse

Mi 21.10. 19:00 – 20:30 ■ **Familienstation**
Noten geraten in den Fokus, Entscheidungen stehen an, Druck entsteht. Wir besprechen, was entlastet und Kraft gibt.

Yoga für Schwangere

Do 12.11. 10:00 – 12:00
Do 3.12. 15:00 – 17:00 ■ **Schwangerenberatung**
Entspannende Yogaübungen, abgestimmt auf die Bedürfnisse in der Schwangerschaft, vorweg ein Impuls, danach Ausklang bei heißen Getränken.

Anmeldung erforderlich

Verschiedene Wochentage**Vermittlung Fahrdienste**

Di, Do 9:00 – 12:00 ■ **Zebi**
Wöchentlich, Information, Neuaufnahmen, Fahrtanfragen und Vermittlung **Telefon** 0821 2491-7103

Sprach- und Lernpaten

■ **Integrationslotsin**
Di 17:00 – 19:00, Mi 18:00 – 20:00, Do 17:30 – 19:30, Sa 10:00 – 12:00
Wöchentlich, Hausaufgaben und Deutsch üben **Ferien Pause Anmeldung erforderlich**

Schon gewusst? Alle, die in unserem du & hier mit Kindern arbeiten, sind im Kinderschutz geschult. Alle.

Rezeptauswahl für's Kochen

Di, Mi oder Do ■ **du & hier**
16:00 – 17:00
Wir entscheiden, was wir nächste Woche am Freitag kochen. **Termine** 13.10., 19.11.26, Weihnachtspause, 21.1.27 **Anmeldung keine**

Mittwoch**Auf einen Schwatz**

9:30 – 11:30 ■ **du & hier**
Am 2. und 4. Mittwoch im Monat sprechen wir an vielen Tischen in je einer Sprache der über 100 Nationen in Gersthofen. Ideal zum Üben! **Termine** 14.10., 28.10., 11.11., 25.11., 9.12.26, Weihnachtspause, 13.1., 27.1.27 **Spanische Woche** 4.11. ab 9:00 Uhr mit köstlichem Spanischen Frühstück, Chorizo, Schinken, Oliven u.v.m. **Anmeldung keine, kostenlos**

Erzähl-Café

14:30 – 16:30 ■ **Zebi**
Wir erzählen und hören uns gegenseitig zu. Tauchen Sie ein in die Erlebnisse anderer und teilen Sie Ihre Geschichte. **Termine und Themen** Spanische Woche 4.11.26 Spanischer Lebensstil: Siesta und Fiesta? 13.1.27 freie Themenwahl **Anmeldung keine, kostenlos**

Senioren-Singen

14:30 – 16:00 ■ **Zebi**
Am 2. und 4. Mittwoch im Monat singen wir gemeinsam alte Volkslieder und beliebte Melodien. Das Wichtigste ist nicht, möglichst richtig zu singen, sondern, dass wir mit viel Freude gemeinsam singend Zeit verbringen. **Termine** 14.10., 28.10., 11.11., 25.11., 9.12.26, Weihnachtspause 13.1.27, 27.1. **Anmeldung erforderlich**

Treffen des Helferkreis

18:00 ■ **Integrationslotsin**
Monatlich am 3. Mittwoch, Erfahrungsaustausch und Informationen **Termine** 21.10., 18.11., 16.12.26, 20.1.27 **Anmeldung erforderlich**

Vorsorgevollmacht und rechtliche Betreuung

15:00 – 17:00 ■ **SKF**
Mehrere Termine pro Jahr, individuelle Sprechstunde für Ihre Fragen. **Termine** 25.11.26, 20.1.2027 **Anmeldung erforderlich**

Donnerstag**Gemeinsames Wandern**

10:00 am Parkplatz
Hallenbad ■ **Seniorenbeirat**
Monatlich am 3. Donnerstag geht es auf eine gemütliche Tour mit Mittagseinkauf und anschließendem Rückweg. Bitte an festes Schuhwerk, ausreichend zum Trinken und Wetzschutz denken. Dauer insgesamt ca. 4 – 5 Stunden **Termin** 15.10.26, Winterpause **Anmeldung keine**

Ehrenamts-Stammtisch

14:30 – 16:30 ■ **Zebi**
Quartalsweise, lernen Sie die vielen anderen Engagierten kennen, die sich wie Sie im Zebi für Ihre Mitmenschen einsetzen und tauschen Sie sich mit gleichgesinnten, netten Menschen aus. **Termine** 8.10.26, 14.1.27 **Anmeldung keine**

Deutsch üben mit Anshela

17:00 – 19:00 ■ **Zebi**
Wöchentlich, lesen und Übungen für ukrainische Geflüchtete. **Ferien Pause Anmeldung erforderlich**

Freitag**Multi-Kulti-Handarbeiten**

Ausgebucht ■ **Zebi**
14-tägig, keine Plätze frei

Eltern-Kind-Gruppe

9:30 – 11:00 ■ **Familienstation**
Wöchentliche Krabbelgruppe. **Ferien Pause Anmeldung erforderlich**

Kontaktdaten für Anmeldung und weitere Information auf Seite 4.

Freitag

Spiele:Treff für Kinder

14:30 – 16:30 ■ **Familienstation**
Monatlich. Wir spielen, spielen, spielen. Mindestalter 6 Jahre **Termine** 9.10., 13.11., 11.12.26 **Anmeldung** erforderlich

Gemeinsam Kochen und Genießen

15:00 – 18:00 ■ **du & hier**
Wir kochen und essen gemeinsam! **Termin** in der Klimawoche am 9.10. erst um 17:00 Uhr; reguläre Uhrzeit am 23.10., 27.11.26 und 29.1.27 **Anmeldung** keine

Beratung bei Sehproblemen

16:00 – 18:00 ■ **Blindenverein Augsburg**
Monatlich 3. Freitag **Termine** 16.10., 20.11.26, Winterpause **Anmeldung** erforderlich

Wochenende

Spanische Woche: ¡Fiesta Final!



Sa 7.11. 10:00 – 18:00 ■ **VHS**
Mit leckerer Comida con música, Speeddating mit Muttersprachler:innen, Dalli-Klick und Pubquiz (mit kleinen Gewinnen), Musik und Tanz. **Anmeldung** keine, kostenlos

Strick:Treff

Sa 14:00 – 17:00 ■ **Zebi**
Monatlich am 3. Samstag, wir stricken und häkeln gemeinsam an unseren Projekten. Jede:r bringt das eigene Material mit. **Termine** 17.10. 21.11., 19.12.26, 16.1.27 **Anmeldung** keine

Senit

Sa/So 14:45 – 18:00 ■ **Senit**
Monatlich, deutsch-eritreische Gruppe. **Termine** auf Anfrage **Anmeldung** erforderlich

Seniorenbeirat

Ihr Gersthofener Seniorenbeirat ist für Sie aktiv:

Weltseniorentag- Frühstück

Do 1.10. 10:00 – 13:00 Jede:r bringt etwas mit, Kaffee, Brezen, Semmeln sind schon da! **Anmeldung** keine



Adventsfeier

Fr 18.12. 14:00 – 16:00
Stimmungsvoll bei Kaffee und Kerzen – bringen Sie eigene Leuchte mit und kosten Sie bei anderen! **Anmeldung** keine

Kontakte, Information und Anmeldung

ADHS

Selbsthilfegruppe für Erwachsene mit ADHS, Leitung 0157 5556 4357, adhs.shg.gersthofen@gmail.com

Blindenverein

Augsburg und Schwaben e.V. 08271 429051, kontakt@blindenverein-augsburg.de

du & hier

Stadt Gersthofen, Stefan Krug 0821 2491-7100
du-und-hier@gersthofen.de
www.gersthofen.de/du-und-hier

Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Bistum Augsburg, 0821 33333
efl-gersthofen@bistum-augsburg.de

Familienstation

Daniela Schöbel, Elisabeth Vogl, Angelika Werner, 0821 2491-7105
familienstation@gersthofen.de

Frühe Hilfen

Familienhebamme, Landratsamt Augsburg, 0171 541 0566
fruehehilfen-koki@LRA-A.Bayern.de

Integrationslotsin

Helferkreis Gersthofen, Christine von Gropper, 0162 21 600 21
Christine.vonGropper@diakonie-augsburg.de

KJF

Erziehungs- und Familienberatung der Katholischen Jugendfürsorge 0821 4554 100, eb.augsburg@kjf-soziale-angebote.de

Schwangerenberatung

Landratsamt Augsburg 0821 3102-2669
schwangerenberatung@LRA-a.bayern.de

Seniorenberatung

Gesprächskreis Demenz, Landratsamt Augsburg, 0821 3102 2421
seniorenberatung@LRA-A.Bayern.de

Seniorenbeirat Gersthofen

Vorsitzende 0157 5556 4357
seniorenbeirat@kjs-gersthofen.de
gersthofen.de/seniorenbeirat
Facebook „Seniorenbeirat von Gersthofen“

Senit

Mobatsen Tesfaszgi, 0174 781 9672
mobatsen.tesfaszgi@gmail.com

SKF

Sozialdienst Katholischer Frauen, Patricia Mangold, 0821 31 23 86,
betreuungsverein@skf-augsburg.de

Sozialpsychiatrischer Dienst

Diakonisches Werk Augsburg 0821 45019 3311
spdi-augsburg@diakonie-augsburg.de

VHS Gersthofen

Anmeldung vhs-augsburger-land.de und 0821 344840

Zebi

Freiwilligenzentrum der Stadt Gersthofen, Ayla Talay, 0821 2491-7111
freiwilligenzentrum@gersthofen.de