

Freitag

Frühstücksgruppe

9.30 Uhr, 14-tägig

Termine: 16.01., 13.02., 27.02., 13.03., 27.03.

Stadtteilbrunch „Königswiesen“

ab 9.30 Uhr, 14-tägig

Termine: 23.01., 06.02., 20.02., 06.03., 20.03.

Nachmittag

Königswiesener Singgruppe

ab 14:30 Uhr, 14-tägig

Termine: 23.01., 06.02., 20.02., 06.03., 20.03.

Balkan Seniorentreff

Unser neuer Balkan-Seniorentreff im Aktivzentrum lädt Sie ab sofort einmal im Monat herzlich ein, neue Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und in gemütlicher Atmosphäre gemeinsam Zeit zu verbringen.

1-mal im Monat, 10 Uhr

Termine: 18.01., 15.02., 15.03.

Veranstaltungen im Aktivzentrum

Vortrag: Geistig fit bleiben- mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen

Referentin: Sandra Kapinzki -
Fachreferentin der Deutschen Alzheimer
Gesellschaft Landesverband Bayern e.V.
Termin: Mittwoch 28.01., 14.30 Uhr

**Basenfrühstück
mit dem Kneipp-Verein Regensburg**
Termin: Freitag 27.02., 9:30

Vortrag: Die Pflegebegutachtung: Wer bekommt einen Pflegegrad ?
Erfahren Sie in diesem Vortrag, welche gesundheitlichen Einschränkungen zu einem Pflegegrad führen können. Und holen Sie sich Tipps, wie Sie sich gut auf den Begutachtungstermin vorbereiten können.

Referentin: Claudia Nißbeck
(Pflegeberaterin)
Termin: Donnerstag, 19.03., 14 Uhr

Die Angebote sind in der Regel
kostenlos.

Wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen finden auf der Homepage des
Aktivzentrums:



Kontakt:

Wir bitten um Anmeldung unter:

Telefon (0941) 507-5594

(Anrufbeantworter für Anmeldungen)

E-Mail: tps.servicebuero-
aktivzentrum@regensburg.de

Anfahrt/Bus:

TPS – Aktivzentrum

Theodor-Heuss-Platz 4

93051 Regensburg

RVV-Linie 7 und Linie 8

Haltestelle Theodor-Heuss-Platz



IMPRESSUM:

Herausgeber: Stadt Regensburg, Seniorenamt, Johann-Hösl-Straße 11, 93053 Regensburg
Fotos: Bildokumentation Stadt Regensburg (S.1), yousifgraphics/123rf (S.8), Amt für Stadtentwicklung (S.8)
Layout: Stadt Regensburg, Seniorenamt
Druck: Stadt Regensburg, Hausdruckerei, D.-Martin-Luther-Straße 1, 93047 Regensburg
Stand: 12/2025



STADT
REGENSBURG
Seniorenamt



**Angebote im Aktivzentrum
1. Quartal 2026**

Treffpunkt Seniorenbüro (TPS)
Aktivzentrum

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Vormittag

Werkstunde für Menschen mit Demenz

9 bis 12 Uhr, 14-tägig

Termine: 12.01., 19.01., 26.01., 02.02.,
09.02., 23.02., 02.03., 09.03., 16.03.,
23.03.

MAKS – Aktivierungstherapie Alzheimer Gesellschaft Oberpfalz e.V.

9.30 bis 11.30 Uhr

Termine:
23.02., 02.03., 09.03., 16.03., 23.03.

Vormittag

Gemeinsam Malen und Zeichnen

9.30 bis 12.00 Uhr

Termine: 13.01., 20.01., 27.01., 03.02.,
10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03.,
17.03., 24.03., 31.03.

KEEP ON! Nordic Walking

Sommerzeit (mez): 9 Uhr

Winterzeit (mez): 10 Uhr

Termine: 13.01., 20.01., 27.01., 03.02.,
10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03.,
17.03., 24.03., 31.03.

Vormittag

Bewegung trotz(t) Demenz Alzheimer Gesellschaft Oberpfalz e.V.

10 bis 11 Uhr

Termine: 07.01., 14.01., 21.01., 28.01.,
04.02., 11.02., 25.02., 04.03., 11.03.,
18.03., 25.03.

Vormittag

Seniorenwerkstatt 9 bis 12 Uhr, wöchentlich Offener Betrieb, außerhalb der Ferien

Näh-Treff „mit Nadel und Zwirn“

9 bis 12 Uhr, 14-tägig

Termine: 15.01., 05.02., 19.02., 05.03., 19.03.

Nachmittag

Schnitzen 14 bis 16 Uhr, 14-tägig, **Termine:** 22.01., 05.02., 19.02., 05.03., 19.03.

Wohnen und Technik - Beratung 14 bis 16 Uhr, 14-tägig, **Termine:** 15.01., 05.02., 09.02., 05.03., 19.03.

Gesprächs- und Schreibwerkstatt 14 bis 16 Uhr, 14-tägig, **Termine:** nach Absprache

Aquarell Malerei nach Losert 14 bis 17 Uhr, 14-tägig, **Termine:** 22.01., 29.01., 12.02., 26.02., 12.03., 26.03.

Digital im Café Theo 14 bis 17 Uhr, 14-tägig, **Termine:** 15.01., 05.02., 09.02., 05.03., 19.03.

Nachmittag

Fremdsprachencafé Englisch group a 14.15 Uhr bis 15.15 Uhr group b 15.30 Uhr bis 16.30 Uhr **Termine:** 12.01., 19.01., 26.01., 02.02., 09.02., 16.02., 23.02., 02.03., 09.03., 16.03., 23.03., 30.03.

Nachmittag

Mittagstisch - Gemeinsames Kochen 10 bis 13 Uhr, 14-tägig **Termine:** 13.01., 10.02., 24.02., 10.03., 24.03.

Herzensangelegenheiten Der Kurs umfasst sechs Termine 14.30 bis 16 Uhr **Termine:** 18.03., 01.04., 08.04., 15.04., 22.04., 29.04.

Nachmittag

Nachmittags Café ab 14:30 Uhr, 14-tägig **Termine:** 21.01., 04.02., 18.02., 04.03., 18.03.

Offene Klöppelgruppe 17 Uhr, monatlich **Termine:** 25.03., 22.04., 20.05., 24.06.