



Solidarische Gemeinde Aulendorf e.V.

Gemeinsam geht's besser!

Newsletter 5/2026 Solidarisch in Aulendorf

Aktuelle Informationen von der Homepage
www.soliarischinaulendorf.de

Großer Erfolg: 2. Platz bei der Ferry-Porsche-Challenge 2026 für Aulendorf!



14. September 2026

Die Solidarische Gemeinde Aulendorf e.V. hat bei der diesjährigen Ferry-Porsche-Challenge unter dem Motto „Gemeinsam älter – Gemeinsam stärker“ den 2. Platz belegt. Stellvertretend für das lokale Netzwerk nahmen der Vereinsvorsitzende Josef Bühler und Andrea Brändle...

[Weiterlesen ...](#)

Tag der offenen Tür im „Treffpunkt Lichtblick“



14. September 2026

Freitag, 18.09.2026 von 15:00 – 17:30 Uhr Kindergarten
Schatzkiste, Schützenhausstr. 5,
Aulendorf Begegnung braucht Orte, an denen Menschen ohne Hürden zusammenkommen können. Der „Treffpunkt Lichtblick“ öffnet seine Türen für die gesamte Öffentlichkeit und lädt am Freitag,...

[Weiterlesen ...](#)

Vortrag 17.09.2026: Warum braucht man(n) einen Urologen?



14. September 2026

Ein Besuch beim Urologen gehört für viele Männer immer noch zu den Themen, die gerne aufgeschoben werden, meist aus Unwissenheit, Scham oder falschen Vorstellungen. Dabei ist die Urologie keineswegs nur eine „Alte-Männer-Medizin“, sondern ein zentraler...

[Weiterlesen ...](#)

Vortrag 22.09.2026: Warum spüren wir Schmerz? Die Rätsel

unseres Nervensystems.



14. September 2026

Ob ein stechender Impuls oder ein dauerhaftes Ziehen: Schmerz ist ein wichtiges Warnsignal unseres Körpers, doch wie entsteht er überhaupt und wie verarbeitet unser Gehirn diese Signale? Im Rahmen unseres Jahresprogramms Gesund durchs Jahr 2026...

[Weiterlesen ...](#)

Vortrag 29.09.2026 – Beckenbodentraining für Männer und Frauen

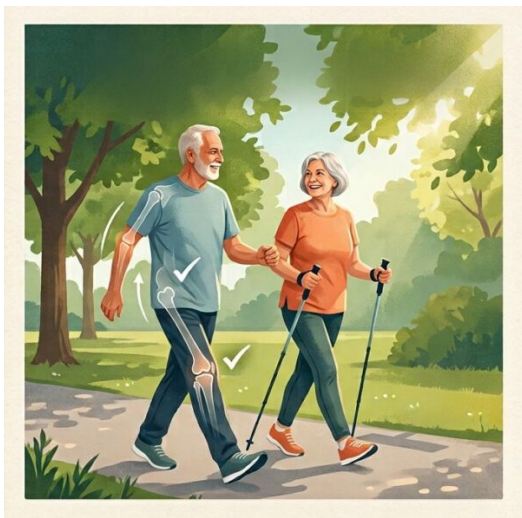


13. September 2026

Wer kennt schon seinen Beckenboden? Meist rückt dieser Bereich des Körpers erst dann in den Vordergrund, wenn er Probleme macht. Für Frauen: Ab der zweiten Lebenshälfte verändert sich vieles im weiblichen Körper: Hormonumstellungen, Schwangerschaften, weniger...

[Weiterlesen ...](#)

Aktiv älter werden: Schmerzen im Alter verstehen und vorbeugen



1. September 2026

Mit den Jahren verändert sich unser Körper ganz natürlich: Die Muskelmasse nimmt ab, Knorpel und Bandscheiben verlieren an Elastizität und die Gelenke reagieren empfindlicher auf Fehlbelastungen. All das führt dazu, dass es im Alltag schneller...

[Weiterlesen ...](#)

Fit im Kopf – Gedächtnis stärken im Alltag



27. Juli 2026

Ein starkes Gedächtnis ist keine Frage des Alters, sondern des Trainings! Unser Gehirn bleibt bis ins hohe Alter anpassungsfähig. Wer es regelmäßig fordert, sichert sich Selbstständigkeit, meistert den Alltag souverän und behält die sprichwörtliche Lebensqualität....

[Weiterlesen ...](#)

Die Aulendorf-App öffnet sich für das lokale Gewerbe



13. Juli 2026

Die digitale Community in Aulendorf wächst weiter: Ab sofort öffnet die Solidarische Gemeinde Aulendorf e.V. die offizielle Aulendorf-APP auch für örtliche Firmen, Einzelhändler, Gastronomen und Handwerksbetriebe. Ziel ist es, die lokale Wirtschaft enger mit den...

[Weiterlesen ...](#)

Sommer, Sonne, Schattenplatz: Fit und erfrischt durch die Hundstage



1. Juli 2026

Wenn das Thermometer steigt, schalten Körper und Kreislauf auf Hochtouren. Damit Sie die Sommertage unbeschwert genießen können, braucht der Körper zwei Dinge: sanfte Impulse und die richtige Erfrischung. 1. Sanfte Bewegung für zu Hause oder...

[Weiterlesen ...](#)

Ein „Lichtblick“ für Aulendorf: Unser neues Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz startet bald!



12. Juni 2026

Gemeinsam für eine demenzsensible Stadt: Die Solidarische Gemeinde geht zusammen mit den kirchlichen Nachbarschaftshilfen einen wichtigen Schritt weiter im Aulendorfer Netzwerk für solidarische Unterstützung und geselliges Miteinander. Um Menschen mit beginnender Demenz aktiv zu begleiten...

Weiterlesen ...

Wenn Sie selbst ein Angebot für andere Aulendorfer machen möchten, dann melden Sie sich gerne bei uns. Wir freuen uns auch über Ihre Nachricht, wenn Sie einen Vorschlag haben oder auf der Suche nach Unterstützung sind. Melden Sie sich einfach...

Solidarische Gemeinde Aulendorf e.V.

Hauptstr. 66

88326 Aulendorf

kontakt@solidarischinaulendorf.de

Wolfgang Unger

unger@solidarischinaulendorf.de

Tel. 0174-7705267

Marius Müller

mueller@solidarischinaulendorf.de

Tel. 0177-6758970

www.solidarischinaulendorf.de

Mitglied werden!

Einzelpersonen 20 € pro Jahr

Paare / Familien 30 € pro Jahr

Ein geringer Betrag für ein solidarisches Miteinander.

Gemeinsam geht's besser!

Mitglied werden

Aulendorf APP

- Ideen und Erfahrungen in Echtzeit austauschen.
- Sich mit Gleichgesinnten vernetzen oder neue Kontakte knüpfen.
- Planen und Organisieren von Veranstaltungen für Vereine, Gruppen und Familien.
- Hilfe und Unterstützung ehrenamtlich anbieten oder Helfer und Hilfe suchen.

Aulendorf APP

[Newsletter abbestellen](#) | [Newsletter verwalten](#) | [Online ansehen](#)

Solidarische Gemeinde Aulendorf e.V.

Solidarische Gemeinde Aulendorf e.V. | Vertreten durch: Josef Bühler, Stefanie Dölle