

---

## Inhaltsverzeichnis

<b>Kultur, Freizeit, Sport</b>	<b>2</b>
<b>Büchereien</b>	<b>2</b>
<b>Mehr Zeit für Familien - Urlaub und Freizeit</b>	<b>4</b>
<b>Angebote für Frauen</b>	<b>5</b>
<b>IN VIA - Angebote für Frauen - Leben in Bayern</b>	<b>5</b>
<b>Angebote für Senioren und Seniorinnen</b>	<b>6</b>
<b>Austausch und Vernetzung für Alle</b>	<b>7</b>
<b>Gesund, fit und aktiv im Alter</b>	<b>9</b>
<b>Sportangebote</b>	<b>9</b>
<b>Gesund, fit und aktiv im Alter</b>	<b>9</b>
<b>Geschichte &amp; Brauchtum</b>	<b>10</b>

## Kultur, Freizeit, Sport

### Büchereien

In einer Bibliothek oder Bücherei kann man Bücher, CDs, Lernmaterial und Lernhilfen für Zuhause ausleihen. Dafür brauchen Sie einen Büchereiausweis. Diesen bekommen Sie in Ihrer örtlichen Bücherei. Ebenso ist es möglich, dort ganz in Ruhe zu lernen oder zu lesen. Informieren Sie sich vor Ort.

### Bücherei im Herzogskasten

Die Bücherei befindet sich im historischen Herzogskasten in der Stadtmitte. Hier finden Sie auf sechs Etagen Medien für jedes Alter und für jeden Geschmack. Circa 100.000 Medien sind im Herzogskasten im Angebot.

Das Haus ist durch eine Zugangsrampe und einen Aufzug auch für gehbehinderte Besucher geeignet.

### Stadtbücherei Ingolstadt - Hauptstelle im Herzogskasten



[Hallstraße 2-4](#)

85049 Ingolstadt

 0841 305-3839



0841 305-3849

[@stadtbuecherei@ingolstadt.de](mailto:@stadtbuecherei@ingolstadt.de)

<https://www.ingolstadt.de/Stadtbuecherei/>

 Mo. - Fr. 10:00 - 18:00 Uhr

Sa. 10:00 - 15:00 Uhr

Die Stadtteilbücherei Südwest ist eine familienorientierte öffentliche Bücherei. Gleichzeitig ist sie Schulbibliothek für die drei Schulen des Schulzentrums. Schüler des Schulzentrums entleihen kostenfrei.

Das Schulgelände ist umzäunt. Der Zugang zum Medienrückgabekasten und der Bibliothek ist nur an Schultagen

 Mo-Do 7.00-17.45 Uhr; Fr 7.00-15.00 Uhr;

und in den Schulferien während der Öffnungszeiten der Stadtteilbücherei möglich.

### Stadtbücherei - Stadtteilbücherei Südwest



[Maximilianstraße 25](#)

85051 Ingolstadt

 0841 305-3823



0841 305-3826

 [@stadtteilbuecherei.sw@ingolstadt.de](mailto:@stadtteilbuecherei.sw@ingolstadt.de)

 <https://www.ingolstadt.de/Stadtteilbuecherei-Suedwe...>

 Mo. - Do. 10 - 17 Uhr Fr. 10 - 14 Uhr

Schulferien 10 - 14 Uhr

Sommerferien

Mo + Di 10 - 14 Uhr

Mi - Fr geschlossen

### **Bücherbus Ingolstadt - für Sie unterwegs**

Der Bücherbus ist die rollende Zweigstelle der Stadtbücherei. Er besucht im zweiwöchentlichen Turnus seine derzeit 32 Haltestellen. Der Bücherbus ist besonders beliebt bei Kindern und Eltern, die die wohnortnahe Versorgung schätzen. Leseausweise können vor Ort im Bus erstellt werden.

Im Bus stehen circa 4.000 Medien zur Auswahl bereit. Das Angebot umfasst:

- Sachliteratur für Freizeit und Bildung,
- Romane,
- Kinder- und Jugendbücher,
- DVDs, MusikCDs, KinderCDs,
- Hörbücher,
- NintendoDS-Spiele
- und Zeitschriften.

Gerne besorgen wir Ihnen Titel aus dem Gesamtbestand der Stadtbücherei oder merken Ihnen entlehene Titel vor.

Der Bücherbus ist auch mit Gehhilfen oder Rollstuhl benutzbar.

### **Stadtbücherei - Bücherbus**



[Maximilianstraße 25](#)

85051 Ingolstadt

 0841 305-3821



0841 305-3826

 [@buecherbus@ingolstadt.de](mailto:@buecherbus@ingolstadt.de)

 [www.ingolstadt.de/Bücherbus/](http://www.ingolstadt.de/Bücherbus/)

## **Mehr Zeit für Familien - Urlaub und Freizeit**

### **Mehr Zeit für Familien - Urlaub und Freizeit, die guttut**

Ein Familienurlaub bringt schöne gemeinsame Erlebnisse. Eltern und Kinder lassen den Alltag hinter sich. Sie entdecken neue Orte und lernen sich besser kennen.

Jede Familie soll Urlaub machen können. Gemeinnützige Familienferienstätten helfen dabei. Sie stärken Familien seit über 50 Jahren. Es gibt einfache Ferienhäuser, Campingplätze, Schlösser und Hotels. Familien verbringen ihre Ferien am Meer, in den Bergen oder an Seen.

### **Freizeit für Groß und Klein**

In den Familienferienstätten stehen gemeinsame Aktivitäten im Mittelpunkt. Eltern und Kinder spielen zusammen und erforschen die Natur. Kinder probieren neue Hobbys aus. Sie nehmen an Sportkursen teil und machen spannende Ausflüge. Erzieherinnen und Erzieher leiten Kurse rund um Erziehung, Gesundheit und Bewegung. Eltern können sich in dieser Zeit ausruhen und neue Kraft sammeln. Alleinerziehende gewinnen besonders viel durch diese Angebote.

### **Hilfe für Familien mit wenig Geld**

Familien mit geringem Einkommen finden günstige Ferienangebote. Viele Bundesländer unterstützen bei den Kosten. Auf den Familienportalen der Bundesländer oder unter [www.urlaub-mit-der-familie.de](http://www.urlaub-mit-der-familie.de) gibt es alle Informationen und Hinweise zu Zuschüssen.

### **Erholung in Bayern und im ganzen Land**

Familien bekommen in Bayern finanzielle Unterstützung. Diese gilt für Aufenthalte in gemeinnützigen Familienferienstätten. Weitere Infos gibt es unter [www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de).

### **Kuren für Mütter und Väter mit Kindern**

Eltern, die sich erschöpft fühlen, finden Hilfe. Das Müttergenesungswerk bietet Beratung in über 1.400 Stellen in Deutschland. Die Beraterinnen und Berater helfen bei der Vorbereitung von Kuren. Diese Kuren stärken Körper und Seele. Eltern gewinnen neue Kraft für ihren Familienalltag.

 Unterstützung finden sie bei der [Caritas](#), der [Arbeiterwohlfahrt](#) oder dem [Diakonischen Werk](#).



## Angebote für Frauen

### IN VIA - Angebote für Frauen - Leben in Bayern

#### IN VIA Bayern e.V.

Dieser Verband unterstützt Mädchen und Frauen durch soziale Angebote und Projekte. Die Veranstaltungen richten sich an Frauen und Kinder aller Nationalitäten.

#### IN VIA Bayern e.V.

Katholischer Verband für Mädchen- und Frauensozialarbeit

Maistraße 5 · 80337 München

 [089512661911](tel:089512661911)

 [089512661929](tel:089512661929)

 [info@invia-bayern.de](mailto:info@invia-bayern.de)

 [www.invia-bayern.de](http://www.invia-bayern.de)

Die Kursreihen sind ein Angebot des Bayerischen Staatsministeriums des Innern, für Sport und Integration:

- für dauerhaft bleiberechtigte Menschen mit Migrationshintergrund,
- Asylbewerberinnen mit guter Bleibeperspektive
- Personen, die im Besitz einer Beschäftigungsduldung nach § 60d des Aufenthaltsgesetzes sind.

## Lebenswirklichkeit in Bayern

Das Projekt "Lebenswirklichkeit in Bayern" ist ein Angebot für bleibeberechtigte Frauen und Kinder mit Migrationshintergrund in Bayern.

Ziel ist die Stärkung des Selbstbewusstseins und der eigenen Fähigkeiten der Frauen.

Das Leben in der neuen Heimat stellt für ausländische Frauen oft eine Herausforderung dar. Deshalb brauchen sie kompetente Unterstützung und Anleitung, um sich auf die deutsche Kultur und Werte einzulassen.

Anhand von praktischen, alltagsbezogenen Angeboten werden die Projektteilnehmerinnen bei ihren Integrationsbemühungen unterstützt. Sie lernen, ihren Alltag aktiv zu gestalten und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Dabei werden ihre Kultur und vorhandene Ressourcen wahrgenommen, wertgeschätzt und gefördert.

Alle Informationen erhalten Sie hier  [IN VIA BAYERN E.V. - Lebenswirklichkeit in Bayern](#)

 [Flyer LW für März 2025 Ingolstadt.pdf](#)

## Leben in Bayern

Ziel des Kurses ist es, dass die Teilnehmerinnen praktische Hilfen für ihr Leben in Bayern erhalten und unsere Lebensart kennenlernen.

- Wie funktioniert der Alltag in Bayern?
- Wie wollen wir miteinander leben?
- Welche Werte verbergen sich dahinter?
- Was ist für unser friedliches Zusammenleben wichtig?

 [Flyer LiB Ingolstadt März 2025.pdf](#)

## Angebote für Senioren und Seniorinnen

Im Jahr 2020 lebten etwa 18.3 Millionen Menschen älter als 65 Jahre in Deutschland. Und diese Zahl wächst jedes Jahr. Sie machen mittlerweile mehr als 22 % der Gesamtbevölkerung aus. Ältere Menschen brauchen oft Pflege oder Hilfe im Haushalt. Je älter Menschen sind, desto wahrscheinlicher ist es, dass sie Hilfe brauchen. Einige wohnen auch alleine. Das bedeutet manchmal, dass ihre sozialen Kontakte weniger werden. Soziale Kontakte sind wichtig für die seelische Gesundheit.

Hier finden Sie Angebote für Senioren und Seniorinnen in Ihrer Region.

### Seniorenarbeit in Ingolstadt

Auf unseren [Internetseiten](#) finden Sie Ansprechpartner, die bei Bedarf zur Seite stehen, aber auch Hinweise auf Einrichtungen, in denen Sie Ihre Freizeit angenehm gestalten können sowie Informationen, Hilfen und Angebote für Senioren.

## Älterwerden in Ingolstadt

Ingolstadt ist eine junge Stadt. Es leben vergleichsweise viele Kinder und Jugendliche bei uns. Doch auch der Anteil älterer Menschen ist groß. Und er wird in den nächsten Jahren noch deutlich wachsen.

Älter werden ist eine Chance, seine Vorstellungen von einem erfüllten Leben umzusetzen. Älter werden ist jedoch auch eine Herausforderung.

In Ingolstadt gibt es eine Vielzahl von unterstützenden Angeboten. Diese werden von den unterschiedlichsten Trägern angeboten.

Wichtig sind dabei soziale Kontakte und Begegnungen älterer Menschen miteinander. Aber auch mit anderen Generationen.

Einen hohen Stellenwert haben Gelegenheiten,

- sich auch im Alter bürgerschaftlich zu engagieren
- sowie an Kultur- und Bildungsveranstaltungen teilzuhaben

Gemeinsam geht es besser – deshalb wurde das „[Netzwerk selbst bestimmt Älter werden](#)“ gebildet.

Aufgabe dieses Netzwerkes eine weiter verbesserte Zusammenarbeit aller Akteure. Das Ziel ist, den Bedürfnissen von älteren Bürgern möglichst optimal entsprechen zu können.

## Gesundheit, Bildung & Freizeit

Auf unseren [Internetseiten](#) finden Sie

- Ansprechpartner, die bei Bedarf zur Seite stehen,
- Hinweise auf Einrichtungen, in denen Sie Ihre Freizeit angenehm gestalten können
- sowie Informationen, Hilfen und Angebote für Senioren.

## Austausch und Vernetzung für Alle

### Stadtteiltreffs in Ingolstadt

In Ingolstadt gibt es mehrere Stadtteiltreffs. Diese bieten verschiedene Angebote wie Beratung, Kurse und Veranstaltungen. Die Angebote sind meistens kostenlos oder kosten wenig Geld für die Bewohner des Stadtteils.

## Wohnen Sie im Piusviertel?

### Stadtteiltreff Piusviertel

Adresse: [Pfitznerstraße 19a](#), 85057 Ingolstadt

Telefon: [+49 \(0\) 84130545840](#) oder [+49 \(0\) 84130545849](#)

Im Stadtteiltreff Piusviertel gibt es verschiedene Angebote für die Nachbarschaft. Ob Sie Fragen haben oder einfach Leute aus der Umgebung kennenlernen möchten – hier sind Sie willkommen. Auf der [Webseite](#) finden Sie weitere Informationen zu den aktuellen Angeboten und Öffnungszeiten.

## Wohnen Sie im Augustinviertel?

### Stadtteiltreff Augustinviertel

Adresse: [Stollstraße 2](#), 85053 Ingolstadt

Telefon: [+49 \(0\) 84130545820](#) oder [+49 \(0\) 84130545829](#)

Auch im Augustinviertel gibt es einen Stadtteiltreff. Hier können Sie an Veranstaltungen teilnehmen. Sie werden beraten oder finden einfach einen Ort zum Austausch. Mehr Informationen gibt es online auf der [Webseite](#) des Treffs.

## Wohnen Sie im Konradviertel?

### **Stadtteiltreff Konradviertel**

Adresse: [Oberer Taubentalweg 65](#), 85055 Ingolstadt

Telefon: [+49 \(0\) 84130545830](#) oder [+49 \(0\) 84130545839](#)

Im Konradviertel finden ebenfalls viele Veranstaltungen und Kurse statt. Ob jung oder alt, es gibt Angebote für jeden. Die genauen Angebote und Öffnungszeiten stehen auf der [Webseite](#) des Stadtteiltreffs.

## Café International

Adresse: Stadttheater Ingolstadt – Foyer Werkstattbühne, [Schlosslande 1](#), 85049 Ingolstadt

Öffnungszeiten: Montag und Mittwoch, 15:00 Uhr – 17:30 Uhr (in den Ferien geschlossen)

### Wichtiger Hinweis:

Im Sommer 2024 findet das Café International an anderen Orten statt. Vom 29.07. bis 14.08. und vom 02.09. bis 11.09.2024 ist das Café im Bürgerhaus zu finden. [Flyer-Bürgerhaus Neuburger Kasten -Sommer.pdf](#)

## Was ist das Café International?

Das [Café International](#) ist ein Treffpunkt für Menschen aus verschiedenen Kulturen. Es ist ein Ort, an dem sich alle willkommen fühlen. Egal ob Männer oder Frauen, ob jemand hier geboren ist oder aus einem anderen Land kommt – alle sind herzlich eingeladen.

Menschen kommen hier zusammen, um:

- sich auszutauschen,
- gemeinsam Zeit zu verbringen,
- Beratung zu erhalten,
- neue Freunde zu finden.

Es gibt auch [spezielle Treffen](#), bei denen besondere Ausflüge oder Projekte gemacht werden. Diese finden einmal im Monat statt.

## Bürgerhaus - Mehrgenerationenhaus der Stadt Ingolstadt

- Kreuzstraße 12 (Bürgerhaus Alte Post)
- Fechtgasse 6 (Bürgerhaus Neuburger Kasten)  
Telefon: [+49 \(0\) 8413052800](#) oder [+49 \(0\) 8413052830](#)  
E-Mail: [buengerhaus@ingolstadt.de](mailto:buengerhaus@ingolstadt.de)

Im Bürgerhaus treffen sich Menschen aller Altersgruppen und Kulturen. Es ist ein Ort, an dem alle willkommen sind. Auf der [Webseite](#) gibt es weitere Informationen.

## **IN VIA Bayern e.V. - Lebenswirklichkeit in Bayern**

Dieser Verband unterstützt Mädchen und Frauen durch [soziale Angebote und Projekte](#). Die Veranstaltungen richten sich an Frauen und Kinder aller Nationalitäten.

Informationen finde Sie [hier](#).

## **Kulturvereine und Verbände**

In Ingolstadt gibt es viele Vereine, die kulturelle und soziale Projekte anbieten. Die Integrationsbeauftragte der Stadt arbeitet eng mit dem Migrationsrat und anderen Gremien zusammen, um diese Angebote zu koordinieren.

Eine Liste der Kulturvereine in Ingolstadt finden Sie auf der [Webseite](#) der Stadt.

## **Gesund, fit und aktiv im Alter**

### **Sportangebote**

#### **Sport in Ingolstadt**

Bewegung bringt Freude. Sport bringt noch mehr.

Wenn Sie Sport treiben, lernen Sie schnell neue Menschen kennen. Beim Sport entstehen Kontakte ganz unkompliziert. Die Regeln sind überall gleich. Menschen verstehen einander, auch wenn sie keine gemeinsame Sprache sprechen. Sport verbindet und öffnet Türen.

Das [Ingolstädter Sportportal](#) zeigt, welche Sportangebote es gibt. Sie sehen dort alle Angebote auf einer Karte. Sie erfahren, welche Vereine es gibt.

💡 Sie können im Sportportal suchen. Wählen Sie Ihre Sportart. Wählen Sie die Zielgruppe und den Stadtbezirk.

💡 Besuchen Sie auch die Seite [„Sport & Freizeit“](#).

Das finden Sie dort:

- Aktuelle Informationen aus Sport und Freizeit
- Veranstaltungen und Termine
- Freizeitmöglichkeiten, Spielplätze und Parks
- Sportvereine, Sportarten und Sportstätten in Ingolstadt
- Angebote der Ingolstädter Sportvereine
- Hilfe und Service für Sportlerinnen, Sportler und Vereine
- Alle Termine im Veranstaltungskalender

## **Gesund, fit und aktiv im Alter**

## Gesund, fit und aktiv im Alter

Bewegung hält Körper und Geist gesund. Kein Medikament kann das ersetzen. Wer regelmäßig trainiert, bleibt fit. Bewegung stärkt die Koordination und steigert die Lebensqualität.

Die Stadt Ingolstadt hilft Seniorinnen und Senioren dabei, aktiv zu bleiben. Es gibt viele Angebote. Sie finden Unterstützung in den Bereichen Gesundheit, Bildung und Freizeit.

### Unsere Angebote im Überblick:

**Seniorenbüro:** Hier bekommen Sie Antworten zu allen Fragen rund ums Älterwerden. Die Beratung ist freundlich und kompetent.

**Selbsthilfekontaktstelle:** Hier treffen sich Betroffene, Fachkräfte und Selbsthilfegruppen. Der Austausch hilft und stärkt.

**Gesundheit und Sport:** Es gibt viele Gesundheitskurse und Sportangebote. Besonders beliebt ist Tanzen im Sitzen. Diese Bewegungsform ist für Menschen gedacht, die nicht mehr stehen können. Musik, einfache Schritte und kleine Choreografien bringen Spaß. Sie stärken Muskeln, Koordination und Ausdauer. Gleichzeitig trainieren sie das Gedächtnis.

**IngolstadtPass:** Mit dem IngolstadtPass erhalten Sie Vergünstigungen. Der Flyer „IngolstadtPass – Information für Seniorinnen und Senioren“ zeigt alle Vorteile.

**Psychosoziale Beratung:** Hier bekommen Menschen Hilfe, die unter Krankheit oder Sucht leiden. Auch Angehörige finden Unterstützung.

**Beratung für Menschen mit Behinderung:** Diese Beratung richtet sich an ältere und chronisch kranke Menschen. Sie erleichtert den Alltag.

 Bewegung sorgt für mehr Zufriedenheit.

 Gemeinsame Aktivitäten wie Tanzen im Sitzen fördern nicht nur die Gesundheit. Sie bringen Menschen zusammen.



So bleibt das Leben im Alter aktiv, gesund und voller Freude.



## Geschichte & Brauchtum

### Ingolstadt - die Geschichte und das Brauchtum

**Geschichte & Brauchtum:** Sie interessieren sich für Ihre neue Heimat. Dann sind Sie auf dieser Seite richtig. Hier finden Sie alles zur

- Denkmalpflege
- Ingolstädter Festungsgeschichte: Die beiden Apps "[Karten-App](#)" und "[Story-Map](#)" verhelfen Ihnen zu einer umfassenden Übersicht über die Geschichte und Bauten der "Festung"

Ingolstadt" von 1250 - 1919.

- Stadtarchiv
- Stadtgeschichte
- Stadtheimatpflege

## **Welche Locations, Museen, Parks und andere Sehenswürdigkeiten lohnen einen Besuch?**

Hier wird verraten, was Sie in Ingolstadt anschauen und erleben sollten:

- [erlebe.bayern/listicles/sehenswuerdigkeiten-ingol...](#)
- [Stadttouren](#)
- [Museen](#)