

Infobrief Fachstelle Senioren

Gut informiert älter werden im Landkreis Passau

Infobrief 9/2022

Aktuelles

- Mit dem Infobrief der Fachstelle Senioren möchten wir Sie über Termine und Wissenswertem auf dem Laufenden halten. Dringendes und Wichtiges erfahren Sie auch weiterhin, ohne auf diesen Infobrief warten zu müssen.



Welt
Senioren-Tag
im Rahmen
50 Jahre
Landkreis Passau -
Von wegen ALT!



1. Oktober 2022
von 10:00 - 16.00 Uhr
in der Sonnen-Therme
Eging a. See

Freuen Sie sich auf ein vielfältiges Programm, eine besondere Attraktion an diesem Tag ist das „Begehbare Herz“.

Nähere Informationen erhalten Sie bei der Fachstelle Senioren, Landratsamt Passau, Tel. 0851/397-318 oder daniela.schalinski@landkreis-passau.de

- Weltsekiorentag des Landkreises: Vom „Begehbaren Herz“ bis zur Verkehrswacht**

Senioren-Fachstelle hat für den 1. Oktober ein buntes Programm organisiert – Landrat Raimund Kneidinger ist Schirmherr

Am 1. Oktober 2022 findet im Rahmen des Jubiläums „50 Jahre Landkreis Passau“ zum ersten Mal im Landkreis der Weltsekiorentag statt. Schirmherr der Veranstaltung in der Sonnen-Therme Eging a. See ist Landrat Raimund Kneidinger, organisiert wird sie von der Fachstelle Senioren am Landratsamt. Es erwartet die Besucher ein abwechslungsreiches Programm, eine besondere Attraktion ist das „Begehbare Herz“ (Foto), unterstützt durch die AOK Bayern und passend zum Jahresschwerpunktthema „Hand aufs Herz“. Die Gesundheitsregion^{plus} veranstaltet Vorträge zur gesunden Ernährung, Bewegung und Entspannung genau wie die AOK Bayern mit einem Beitrag „Herzgesund essen – mediterran genießen. Defi-Vorführungen und Erste Hilfe Kurse durch den BRK Kreisverband Passau runden dieses Angebot ab.

Bei diesem Aktionstag beteiligen sich eine Vielzahl an Organisationen und Initiativen: Das BayernLab Vilshofen bietet Handykurse an und drei Themeninseln, die Verkehrswacht Stadt und Landkreis Passau ist mit einem

Mitmachstand vertreten, bei den Darbietungen der vhs Stadt und Landkreis Passau können die Besucher aktiv werden, die Seniorenbeauftragte des Landkreises Passau Gerlinde Kaupa motiviert zu Fit im Alter und bei einem Kräuterspaziergang kann mein sein Wissen erweitern.

Der Weltsekiorentag beginnt um 10 Uhr mit der Begrüßung durch die stellvertretende Landrätin Cornelia Wasner-Sommer, den 1. Bürgermeister des Marktes Eging a. See Walter Bauer und Edwin Urmann, AOK Bayern. Die Veranstaltung endet mit der Verlosung des Herz-Quiz um 16 Uhr.

Die musikalische Umrahmung zur Eröffnung erfolgt durch den Harmonika- und Heimatverein Eging a. See und um 13 Uhr dürfen sich die Gäste auf das Konzert von Herrn Gerald Pernerstofer, bekannt aus Rundfunk und Fernsehen, freuen.

Für das leibliche Wohl ist bestens durch den Kath. Frauenbund Eging a. See und die Gastronomie Döttl gesorgt.

Für Rückfragen steht die Fachstelle Senioren mit Daniela Schalinski, Tel. 0851/397-318, daniela.schalinski@landkreis-passau.de, zur Verfügung.

Allgemeines



Demenz VORTRAG

Die Referentinnen Fr. Steinleitner und Fr. Faber erklären praxisnah demenzielle Veränderungen bei Erkrankten. Im Anschluss stehen sie für Fragen des Publikums zur Verfügung.

22.09.2022
19:00 - 20:15 Uhr
Pfarrzentrum Pocking

Veranstalter:
CV für Stadt und Landkreis Passau e.V.
Fachstelle für pflegende Angehörige
in Kooperation mit

- Dritte Bayerische Demenzwoche vom 16.09. – 25.09.2022**

- **Die Caritas-Fachstellen pflegende Angehörige im Landkreis Passau bieten im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche Demenz-Vorträge an.**

Frau Steinleitner und Frau Faber von der Caritas-Fachstelle für pflegende Angehörige Bad Griesbach informieren bei ihrem Vortrag in gut nachvollziehbaren und praxisnahen Beispielen, wie sich der Alltag von demenziell Erkrankten und ihren Familien verändert.

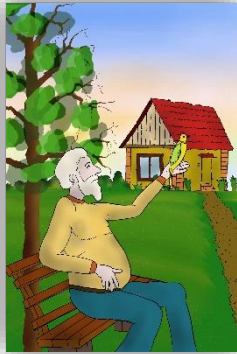
Termin ist am 22. September 2022 von 19.00 – 20.15 Uhr im Pfarrzentrum Pocking, Wolfinger Str. 5. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, siehe Anhang.

- **Die Caritas-Fachstelle pflegende Angehörige Hauzenberg**

Am 25. September 2022 findet im Pfarrsaal Hauzenberg, Kirchplatz 3 von 14.00 bis 15.00 Uhr ein kostenloser Vortrag zum Thema statt. Herr Bauer und Frau Kaltenecker erläutern wie die Topothek für an Demenz erkrankte Menschen hilfreich sein kann.

Nähere Informationen finden Sie im Plakat und in der Pressemitteilung im Anhang des Infobriefes.

- Die Caritas-Fachstelle für pflegende Angehörige für den Vilshofener Raum beteiligen sich am Sonntag den 18. September 2022 von 14.00 bis 17.00 Uhr am Familienfest Vilshofen mit einem Informationsstand zum „Thema Demenz im Rahmen der Dritten Bayerischen Demenzwoche. Am Stand erhält man Informationsmaterial zum Thema Demenz, außerdem ist der Stand zum Mitmachen gedacht, man kann an Gedächtnistraining-Übungen und Bewegungseinheitenteilnehmen.
Infostand Annemarie Ritzinger
Gedächtnistraining Margarete Schuster
Bewegungseinheit Susanne Kinzl



- **Körper Demografie Symposium: Die Zukunft des Wohnens in der altersfreundlichen Stadt | 10. November 2022, 10.00 – 16.00 Uhr, Hamburg und digital**

Das 13. Körper Demografie Symposium befasst sich unter anderem mit der Frage, wo und wie die nächste Altersgeneration, die Generation der Babyboomer, wohnen wird. Wie können Kommunen das Wohnen zukunftsfähig gestalten? Dafür stellt das Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung die Studie „Wohnen in der altersfreundlichen Stadt“ vor. Außerdem präsentieren sich gute Beispiele aus der Praxis und es gibt Vorträge zu Themen wie queeres Wohnen im Alter und resiliente Quartiere. Das Symposium richtet sich an Fachleute, die sich mit den Themen Alter und Demografie auseinandersetzen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Wenn Sie sich von den Themen angesprochen fühlen und am Symposium teilnehmen möchten, schicken Sie eine Mail an

demografie@koerber-stiftung.de



- **Frauengesundheitstag am 8. Oktober 2022 zum Thema Herzgesundheit „Herzessache – Nimm Dir Zeit!“**

Beim Frauengesundheitstag lernen Sie Risikofaktoren für Herz-Kreislaufkrankungen kennen und wie Sie vorbeugen können.

Das Programm dazu finden Sie im Anhang des Infobriefes.

- **„Menschen im Alter kompetent begleiten“ – Ausbildungskurs für ehrenamtliche Besuchsdienste**

Dieser Kurs bereitet Sie für einen regelmäßigen Besuch bei älteren Menschen zu Hause oder in der Pflegeeinrichtung vor und vermittelt Ihnen die wichtigsten Grundlagen.

Termine sind am 21.10., 11.11. und 25.11.2022 jeweils von 13.30 bis 17.00 Uhr im Gästehaus St. Benedikt, Benediktinerabtei Schweiklberg 1

Der Veranstalter ist das Referat Seniorensorge der Diözese Passau und die Referentinnen sind Frau Theresia Hofbauer und Frau Regina Roßmadl vom Referat Seniorensorge.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Infos und Anmeldung bitte bis spätestens Mittwoch, 12.10.2022, Tel. 0851/393-6101 oder 08723/1329 oder per Mail:

seniorensorge@bistum-passau.de



- **Fortbildung „Wenn Du nicht mehr tanzen kannst, lass Deine Seele tanzen“**

Rhythmisches Bewegungstraining im Sitzen

Wie Sie ältere Menschen dazu motivieren und anleiten können, zeigt Ihnen bei diesem Fortbildungsnachmittag Sitzanleiterin Helga Mayer. Sie gibt außerdem Tipps für die praktische Umsetzung im Seniorenkreis oder in einer Betreuungseinrichtung. Auch Anfänger/innen sind herzlich willkommen,

Termin: Freitag, 28. Oktober 2022, von 13.30 bis 17.00 Uhr im Gästehaus St. Benedikt, Benediktinerabtei Schweiklberg 1

Weitere Fortbildungstermine: 10.02.2023 und 17.11.2023

Die Kursgebühr beträgt 25,00 Euro. Der Veranstalter ist das Referat Seniorensorge der Diözese Passau.

Infos und Anmeldung bitte bis spätestens Freitag, 21.10.2022, Tel. 0851/393-6101 oder 08723/1329 oder per Mail: seniorensorge@bistum-passau.de

- **Mit dem Sterben leben lernen**

Gemeindcaritas und Hospizkreis Vilshofen laden zu einem Tagesseminar ein

Sterben ist unsere letzte Lebensaufgabe. Krankheit und Sterben belasten jedoch nicht nur die Betroffenen, sondern vor allem auch Angehörige und Freunde, die mit der Situation oft überfordert sind. Wer Menschen in dieser besonderen Lebenssituation begleitet braucht Wissen, Einfühlungsvermögen und kommunikative Kompetenz.

Der Hospizkreis „Hoffnungsfenster“ aus Vilshofen lädt auch in diesem Herbst wieder gemeinsam mit der Gemeindcaritas zu einem Tagesseminar ein, das Interessierten die Möglichkeit bietet, Einblicke in die Hospizarbeit zu gewinnen. Der Kurs richtet sich an alle, die sich für eine Begleitung von schwerstkranken und sterbenden Menschen interessieren oder die für sich selbst dem Thema „Sterben und Tod“ nachgehen möchten. Das Tagesseminar greift die Themen Biographiearbeit, Umgang mit Tod und Sterben sowie Formen der Begegnung und Kommunikation auf. Neben fachlichen Impulsen haben die Teilnehmenden vor allem auch die Gelegenheit sich im Gespräch über persönliche Erfahrungen auszutauschen.

Der Kurs findet am 15.10.2022 von 9.00 bis 16.30 Uhr im Pfarrzentrum Vilshofen (Donaugasse 4, 94474 Vilshofen) statt. Die Teilnahmegebühr beträgt 30,00 € (ohne Mittagessen). Um Anmeldung bis 07.10.2022 wird gebeten unter: johanna.hoeng@caritas-passau.de oder 0851/5018-961.



„5. Vilshofer Familienfest“ am Sonntag, 18. September im Ginkgo-Park in Vilshofen mit generationenübergreifendem Programm

Von 14 bis 17 Uhr heißt es „Spiel & Spaß für die ganze Familie und alle Generationen“ und auch der Aspekt „Gesundheit“ kommt dabei nicht zu kurz. Sowohl Seniorinnen und Senioren, als auch Kinder und Jugendliche mit ihren Eltern kommen bei dem vielfältigen Programm bei freiem Eintritt auf ihre Kosten. „Hand aufs Herz“ heißt es am Stand der „Gesunden Stadt Vilshofen“, des Seniorenbeirats und der Herz- und Reha-Sportgruppe. Dort informieren die Beteiligten über ihre Arbeit und bieten Sitz-Hocker-Gymnastik und Übungen zur Herzgymnastik an. Mit dem „virtual T-Shirt“ und den Tablets vom BayernLab kann man außerdem einen digitalen Blick in den Körper - u.a. auf das Herz-Kreislauf-System - werfen.

Weitere Infos zum Familienfest der „Gesunden Stadt Vilshofen“ gibt es auf der städtischen Homepage www.vilshofen.de und auf facebook. Für Rückfragen und weitere Informationen steht Eva Aschenbrenner von der Stadt Vilshofen an der Donau zur Verfügung (Tel. 08541/208108, E-Mail: eva.aschenbrenner@vilshofen.de).

Tipps für aktive Seniorinnen und Senioren

• vhs Seniorenprogramm Oktober 2022



Ein vielfältiges und breitgefächertes Programm bietet die vhs für Seniorinnen und Senioren an. Von gesundheitlicher Prävention, Kultur, Sport, Sprachen bis zu speziellen Computerkursen reicht das Angebot.

Eine Auflistung der Kurse und Vorträge für den Monat Oktober 2022 finden Sie im Anhang des Infobriefes.

Information und Anmeldung: vhs für Stadt und Landkreis Passau, Nikolastr. 18, 94032 Passau, Tel. 0851/95980-0, email: info@vhs-passau.de



• Bei Anruf Kultur für den Monat September 2022

Als PDF zum Ausdrucken im Anhang, mit Details auf der Webseite www.beianrufkultur.de oder alternativ als [barrierefreie Darstellung des Programms](#) und als Ansage unter [Telefon 040/209 404 66](tel:04020940466).



Ein professioneller Guide führt Sie für eine Stunde durch ein Museum der Metropolregion Hamburg. Sie können zuhören, zwischendurch Fragen stellen und sich in kleinem Kreis austauschen

Bei Anruf Kultur: Besuchen Sie mit uns Museen und weitere spannende Kulturstätten von Zuhause aus.

Jeder und jede kann sich anmelden.

Bei Anruf Kultur funktioniert ähnlich wie ein Podcast. Die Teilnehmenden erhalten eine Festnetznummer und den Zugangscode für die Einwahl. Sie hören dem Guide über das Telefon zu und werden während des Vortrags stumm geschaltet, so dass Sie sich um störende Geräusche keine Gedanken machen müssen. Falls während der Führung Fragen aufkommen, haben die Zuhörenden die Möglichkeit diese zwischendurch in Gesprächsrunden zu stellen.

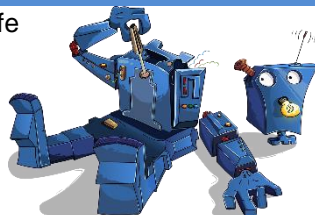
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Wie funktioniert das?

- Ausstellung und Termin auswählen (Termine im Anhang, im Internet auf www.beianrufkultur.de oder telefonisch abrufbar unter Tel. 040/20940466)
- Anmelden per E-Mail an buchung@beianrufkultur.de oder am Telefon 040/209 404 29 (Melanie Wölwer)
- Am Tag vor der Führung versenden wir die Zugangsdaten per E-Mail.
- Zur Führung dann mit dem Telefon einwählen. Entweder mit Tastaturwahl oder Spracheingabe.

Termine

01.10.2022 Reparatur-Cafe Aidenbach
15.10.2022
14.00 – 17.00 Uhr



Reparatur-Cafe Aidenbach,
Ludwigstr.6, 94501 Aidenbach

Nähere Informationen zum Reparatur-Cafe erhalten Sie bei den Seniorenbeauftragten Christa Unger, Markt Aidenbach, Tel. 08543 /6018520, oder bei Heidi und Dieter Rabs, Gemeinde Aldersbach, Tel. 08543/624245

Das Reparatur-Cafe ist immer am 1. und 3. Samstag eines Monats geöffnet.

02.10.2022 Seniorentag Pocking Stadthalle Pocking
14.00 Uhr

Die Pockinger Seniorinnen und Senioren erwartet ein bunter Nachmittag mit Informationen und Gesprächen, Bühnendarbietungen sowie Kaffee und Kuchen. Im Foyer stehen ab 11.00 Uhr verschiedene Aussteller mit Informationen.

Nähere Informationen bei Gerlinde Kaupa, Tel. 0160/8330822 oder kaupa@t-online.de

05.10.2022 Seniorengymnastik Aldersbach
13.45 – 14.30 Uhr
14.45 – 15.30 Uhr



Kultur- und Begegnungszentrum Aldersbach,
Freiherr-von-Aretin-Platz 4, 94501 Aldersbach

Die Gymnastikstunden finden jeden Mittwoch aufgeteilt in 2 Gruppen statt.

Für nähere Informationen zur Seniorengymnastik können Sie gerne die Seniorenbeauftragten von Aldersbach, Heidi und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder rabsohio@t-online.de kontaktieren.

05.10.2022 Offener generationsübergreifender
Ab 10.00 Uhr Mittwoch's Treff
Jeden Mittwoch



Klosterbäckerei Karlstetter Pocking
Klosterstr.9, 94060 Pocking

Einladung zum Offenen generationsübergreifenden Mittwochstreff

Jeden Mittwoch treffen wir uns in der Klosterbäckerei Karlstetter zum geselligen Austausch, zum Spaß, um das Miteinander zu stärken, Ideen aufzugreifen und in die Tat umzusetzen.

Es sind ALLE jeden Alters herzlich willkommen, bei uns treffen sich Jung, Junggebliebene und Ältere, Alleinstehende, Familien, Hiesige und Zugezogene, unser Treff ist GRENZENLOS.

Infos dazu gibt's von Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail kaupa@t-online.de

Klosterbäckerei Karlstetter, Pocking Klosterstraße 9,

06.10.2022
10.00 – 11.00 Uhr
Jeden Donnerstag



Nordic Walking
Aldersbach für
SeniorInnen

Orangerie Aldersbach,
Klosterplatz 1, 94501 Aldersbach

Nordic Walking findet jeden Donnerstag statt.

Für nähere Informationen können Sie gerne die Seniorenbeauftragten Heidi und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder Email: rabsOhio@t-online.de kontaktieren.

06.10.2022
13.10.2022
20.10.2022
27.10.2022
16.00- 18.00 Uhr
Jeden Donnerstag



DigiTreff
Pocking

Der neue Veranstaltungsort wird in der
Presse mitgeteilt

Online sein ermöglicht mehr gesellschaftliche Teilnahme und Unabhängigkeit, deshalb ist digitale Teilhabe in vielen Bereichen für Bürger und Bürgerinnen jeden Alters eine Bereicherung. Unterhaltung im Netz, Bankgeschäfte online und mobil, Gesundheit im Netz, bestellen und bezahlen, Fahrkarten buchen und vieles mehr, bis hin zur Sicherheit im Netz, ist viel möglich und hilfreich. Ob Fragen zu Handy, Tablet oder Computer, es stehen erfahrene Damen und Herren zur Verfügung die Antworten geben können.

Anmeldung notwendig Kaupa Tel. 0160 8330822 oder Mail kaupa@t-online.de

11.10.2022
16.00 Uhr

Geführter Spaziergang in Aldersbach

Orangerie
Aldersbach,
Klosterplatz 1,
94501
Aldersbach



Für nähere Informationen zum geführten Spaziergang für Senioren in Aldersbach können Sie gerne die Seniorenbeauftragten Heidi und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder Email: rabsOhio@t-online.de kontaktieren.

13.10.2022
18.00 Uhr



Fachvortrag über
private, häusliche
Pflege von
Christina Ulirsch,
Gesundheits- und
Krankenpflegerin

Gasthaus Zum Goldenen Löwen, Fam.
Haiböck in Wegscheid

Als Vortrag werden grundsätzliche Themen behandelt:

Pflegegrade

Pflegehilfsmittel

Anlauf- und Beratungsstellen für pflegende Angehörige

Pflege-Tipps

Verhinderungs- und Kurzzeitpflege und die finanziellen Möglichkeiten

Nähere Informationen unter Telefon: 08592/939121

13.10.2022
14.00 Uhr

Erzählcafe für Seniorinnen und Senioren
Thema des Monats ist Erntedank

Gasthof
Habereder
Tittling



Information bei Frau Irmgard Hain, Tel. 08504/3530, Seniorenbeauftragte Markt Tittling

28.10.2022
13.00 Uhr

„Senioren werden digital“ -
Generationsübergreifend helfen

Gymnasium Pocking

Jeder jüngere Mensch kennt ältere Personen, die es im Einstieg und Umgang mit Smartphone und Tablet schwer haben. Die jüngere Generation ist mit den neuen Medien aufgewachsen und muss keine Fortbildung besuchen, um hier schnell und unkompliziert eine große Hilfe leisten zu können.

Die Schülerinnen und Schüler des Pockinger Gymnasiums und Sebastian Sperl bieten diese Hilfe wieder an.

Jeweils am letzten Freitag im Monat

Eine Anmeldung ist notwendig! Tel. 0160/8330822 oder kaupa@t-online.de



Kontakt

Landratsamt Passau – Fachstelle Senioren
Daniela Schalinski
Domplatz 11, 94032 Passau
Tel. 0851/397-318, Fax 0851/397-90318
daniela.schalinski@landkreis-passau.de
www.landkreis-passau.de