

Infobrief Fachstelle Senioren

Aktuelles

Gut informiert älter werden im Landkreis Passau

Infobrief 3/2024

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

- **Flyer „Gut informiert älter werden“ im Landkreis Passau**

Im Anhang des Infobriefes finden Sie den aktualisierten Flyer „Gut informiert älter werden“ im Landkreis Passau.

- **Workshop „Älter werden als Heldenreise“ – es gibt viele Gründe, sich auf das Alter zu freuen - beim Aktionstag „Zu Hause daheim“ am 5. Mai 2024 in Aldersbach**

Wir wollen alle gut älter werden. Es gibt viele Gründe, sich aufs Älterwerden zu freuen. Die neue Lebensphase, wenn die Kinder erwachsen sind und die Berufstätigkeit der Vergangenheit angehört, bringt neue Möglichkeiten mit sich, aber auch Herausforderungen, denen wir uns stellen müssen. Niemand will alt sein, sondern Teil des Lebens bleiben.

Referent: Jürgen Griesbeck, pme Familienservice

Um Anmeldung wird gebeten bei Fachstelle Senioren, Tel. 0851/397-3318 oder daniela.schalinski@landkreis-passau.de

Nähere Informationen erhalten Sie bei der Fachstelle Senioren, Daniela Schalinski: Tel. 0851/397-3318 oder bei den Seniorenbeauftragten von Aldersbach Heidi und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245



Allgemeines

- **Flyer „Patienten- und Pflegebeauftragter der Bayerischen Staatsregierung“**

Herr Thomas Zöller, MdL, ist für Patientinnen und Patienten, für Pflegebedürftige und deren Angehörige der Patienten- und Pflegebeauftragte der Bayerischen Staatsregierung

Nähere Informationen und die Kontaktadresse finden Sie im Flyer im Anhang des Infobriefes.

- **Vortragsreihe „Länger leben Zuhause“ DeinHaus 4.0 im Erlebniszentrum Digitale Gesundheit der THD**

Adresse: Der Land-Au 27, 94469 Deggendorf, jeweils von 17.00 – 19.00 Uhr

- Donnerstag, 25.04.2024, Ernährung/Diabetes – digital den Kurs ändern
- Mittwoch, 12.06.2024 Physio/Bewegung – bewegungsbezogene Gesundheitskompetenz
- Donnerstag, 11.07.2024 Wundversorgung/Gesundheitsförderung – zu Hause pflegen leichter gemacht
- Mittwoch, 25.09.2024 Demenz - Alltagshelfer für Schutz, Spaß und Training
- Donnerstag, 24.10.2024 Einsamkeit – auch digital sozial

Anmeldung unter www.deinhaus4-0.de/ezdg.Vortragsreihe_anmeldung/

Tel. 0991/3615-615

Weitere Informationen finden Sie im Flyer.

- **Wohnberatungsstelle für den Landkreis Passau**

Frau Mader Christine ist seit 1. Dezember 2023 als VdK Wohnberaterin im Landkreis Passau tätig. Im Rahmen einer zugehenden Beratung in Form von Hausbesuchen können gemeinsam Lösungen für die barrierefreie Umgestaltung der eigenen vier Wände erarbeitet werden. Die Beratung umfasst kleine Möglichkeiten, wie das Entfernen von Sturz- und Stolperfallen bis hin zu größeren baulichen Veränderungen, wie der Installation eines Treppenliftes oder dem Einbau einer bodengleichen Dusche. Die Beratung ist für Bürgerinnen und Bürger im Landkreis Passau kostenfrei. Es handelt sich hierbei um ein Kooperationsprojekt zwischen dem VdK Sozialverband Bayern und dem Landkreis Passau.

Eine VdK Mitgliedschaft ist für die kostenfreie Wohnberatung nicht notwendig.

Die Kontaktdaten der VdK Wohnberatung lauten:

VdK Wohnberatung Landkreis Passau

Nibelungenplatz 02

94032 Passau

Telefon: 0851 / 955 28- 19

Telefax: 0851 / 955 28-28

E-Mail: wohnberatung.passau@vdk.de

www.vdk.de/kv-passau

Weitere Informationen entnehmen Sie dem Flyer im Anhang.

- **Hybrider Fachtag Demenz und Teilhabe am 20.03.2024 der Fachstelle für Pflege und Demenz Oberbayern**

Uhrzeit: 09.00 – 15.30 Uhr

Menschen mit Demenz erleben im Alltag nicht selten, dass sie ausgegrenzt werden, da diese Erkrankung gesellschaftlich nach wie vor tabuisiert wird. Eine wirksame Möglichkeit, dieses Thema weiter ins öffentliche Bewusstsein zu bringen und Betroffene wieder stärker am alltäglichen Leben teilhaben zu lassen, sind sensible

Angebote im Bereich Kultur. Der Fachtag stellt dazu einige Beispiele vor, die zum Nachmachen einladen, und informiert sowohl Akteure, Interessierte, als auch Menschen mit Demenz sowie ihre An- und Zugehörigen über Unterstützungs- und Finanzierungsmöglichkeiten in dieser Richtung.

Weitere Informationen und den Anmeldelink entnehmen Sie dem Flyer im Anhang.

Tipps für aktive Seniorinnen und Senioren

- **vhs Seniorenprogramm April 2024**



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 April 2024 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



- **Die Gute Stunde bietet vier unterschiedliche Online Kultur-Formate an:** Salon, Kulturcafé, Werkstatt und Raum – alle live und interaktiv. Alle unsere Veranstaltungen sind für Einzelpersonen kostenfrei.

„Die Gute Stunde“ bietet auch **interaktive Online-Kulturveranstaltungen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen an**. Neben den regulären digitalen Kulturveranstaltungen wird auch die **kulturelle Teilhabe von Menschen mit Demenz gestärkt**. Dafür wurden **gemeinsam mit Kulturschaffenden** erste Formate im Bereich Poesie und Kunst entwickelt. Behutsam sollen gemeinsam mit den Gästen online Begegnungen entstehen, die **Freude** machen und eine Abwechslung im Alltag bieten.

Um an der Veranstaltung teilzunehmen, schreiben Sie uns entweder eine E-Mail an gutestunde@humaq.org. Dann erhalten Sie den Einwahl-Link von uns. Alternativ können Sie sich bei der Guten Stunde [registrieren](#) und dann nach Login an der Veranstaltung teilnehmen.

<https://diegutestunde.org/>

- **Bei Anruf Kultur März 2024**

Aktuelles Programm März 2024 für Telefonführungen

„Bei Anruf Kultur“ lädt Sie ein, unterwegs oder zuhause am Festnetz- oder Mobiltelefon Ausstellungen zu erleben – einfach, kostenlos und unterhaltsam.



Ein professioneller Guide führt Sie für eine Stunde durch eine Ausstellung. Im Programm sind Museen, Gedenkstätten, Sammlungen etc. aus dem gesamten Bundesgebiet. Sie können den spannenden Vorträgen zuhören, zwischendurch Fragen stellen und sich in kleinem Kreis austauschen, wenn Sie möchten.

Das Programm ist unter [Tel. \(040\) 209 404 66](tel:04020940466) telefonisch abrufbar oder unter www.beianrufkultur.de

Eine Anmeldung ist bis einen Tag vor der Führung erforderlich, per E-Mail an buchung@beianrufkultur.de oder [Telefon \(040\) 209 404 29](tel:04020940429).

Programm im Anhang des Infobriefes

- **Seniorenkino in Vilshofen**
2. April 2024 um 14.30 in der Alten Kirche Pleinting
3. April 2024 um 14.00 Uhr im Veranstaltungsraum Bürg 35 Vilshofen
Gezeigt wird ein Krimi aus 2020 für Jung und Junggebliebene. Der Seniorenfilmnachmittag für alle Seniorinnen und Senioren, der Eintritt ist frei. Nähere Informationen erteilt Ihnen gerne Frau Silvia Ragaller, Stadt- und Seniorenbeirätin Vilshofen, Tel. 08549 - 1386
- **Pilgerwanderung für Seniorinnen und Senioren am 27. April 2024**
Uhrzeit von 09.30 bis 15.30, Wanderung Schweiklberg – Mattenham – Vilshofen
Treffpunkt vor der Klosterkirche Schweiklberg (Parkplätze sind vorhanden)
Die Gehstrecke beträgt etwa 10 km, feste Wanderschuhe, passende Kleidung, Brotzeit und Trinken bitte selbst mitbringen.
Kosten: 12 €
Leitung: Silvia Ragaller, Pilgerwegbegleiterin und Diakon Anton Fliegerbauer
Anmeldung: bis 24. April 2024 im Referat Seniorensorge; Tel. 0851/393-6101 oder seniorensorge@bistum-passau.de
- **Bewegung im Alter: Fit werden, fit bleiben!**
Jeden Donnerstag um 10.00 Uhr findet im Das Pockinger, Am Stadtplatz 2, 94060 Pocking die Bewegungsstunde Fit werden, fit bleiben! statt.
Jede/r ist willkommen, unabhängig von Fitnesslevel. Im Vordergrund steht gemeinsame Bewegung, die Spaß bringt.
Nähere Informationen erteilt Ihnen gerne Frau Gerlinde Kaupa, Seniorenbeauftragte Landkreis Passau, Tel. 0160/8330822 oder kaupa@t-online.de
- **Secondhand-Laden im Caritas Wohnheim St. Josef Hauzenberg**
Der Laden hat jeden Dienstag von 09.00 – 12.00 Uhr für jedermann geöffnet.
Kusserstr.14, 94051 Hauzenberg
- **Mittagessen im Caritas Wohnheim St. Josef Hauzenberg**
Im Seniorenheim haben ältere Menschen und alleinstehende Menschen die Möglichkeit nach telefonischer Vorbestellung ein günstiges Mittagessen ein- oder mitzunehmen. Eine Portion kostet 6,50 €. Die Bestellung bitte min. 2 Tage vorher, besser noch frühzeitiger, unter Telefonnummer 08586/605-164 oder per Mail kueche-hauzenberg@caritas-passau.de aufgegeben werden. Den Speiseplan kann man auf der Homepage einsehen oder sich per Mail zusenden lassen.
Kusserstr.14, 94051 Hauzenberg

- Musik und Bewegung unter diesem Motto findet am 21. März 2024 der öffentliche Tanztee im SeniorenWohnen Bad Füssing statt**
 Schwingen Sie das Tanzbein oder genießen Sie einfach einen gemütlichen Nachmittag in netter Gesellschaft bei Kaffee und Kuchen sowie toller Schlagermusik.
 Termin: 21. März 2024 um 15.00 Uhr
 Eintritt ist frei.
 SeniorenWohnen Bad Füssing, Münchener Str. 7, 94072 Bad Füssing
- Im Seniorentreff der Malteser Passau sind auch für Besucherinnen und Besucher aus dem Landkreis Passau herzlich willkommen.**
 Ort: Zwinger 1, 94032 Passau, Öffnungszeiten Montag bis Freitag 12.00 bis 17.00 Uhr
 Das Programm April bis Juli 2024 finden Sie im Anhang des Infobriefes.

Termine

03.04.2024 13.45 – 14.30 Uhr 14.45 – 15.30 Uhr Jeden Mittwoch	Seniorengymnastik  Aldersbach	Kultur- und Begegnungszentrum Aldersbach, Freiherr-von-Aretin-Platz 4, 94501 Aldersbach
<p>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.</p>		
03.04.2024 Ab 10.00 Uhr Jeden Mittwoch	Offener generationsübergreifender Mittwoch's Treff	Klosterbäckerei Karlstetter Pocking Klosterstr.9, 94060 Pocking
<p>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</p>		
04.04.2024 Jeden Donnerstag von 15.00 – 16.30 Uhr	Tanz mit, bleib fit – Tanzvergnügen 60plus	Salzweg, Vereinsheim d. Trachtenvereins, Passauer Str. 13a
<p>Tanzen hält den Körper fit, stärkt die Seele und steigert die Lebensqualität. Gemeinsam in der Gruppe werden verschiedene, abwechslungsreiche Tanzformen und Musikstile getanzt. Die koordinierten, angesagten Bewegungsabläufe stärken und trainieren das Gedächtnis und die Konzentration. Durch das regelmäßige Tanzen auf der Fläche oder manchmal auch im Sitzen wird die geistige Leistungsfähigkeit, Beweglichkeit, Kondition und Reaktion gefördert.</p>		



Frauen und Männer, die Freude an Bewegung und Lust haben, Neues zu lernen sind herzlich willkommen. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnahme ist auch als Einzelperson möglich (keine klassischen Paartänze).

Mitzubringen sind Getränke und bequeme Schuhe.

Referentin Ulrike König Kosten 5 Euro pro Termin Anmeldung wegen begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt erforderlich unter [08501/914422](tel:08501914422) oder koenig-ulrike@gmx.de

04.04.2024
16.00- 18.00 Uhr
Jeden Donnerstag



Das Pockinger,
Am Stadtplatz 2, 94060 Pocking

DigiTreff Pocking

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

04.04.2024
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.

06.04.2024
20.04.2024
14.00 – 17.00 Uhr

Reparatur-Cafe



Aidenbach

Reparatur-Cafe Aidenbach,
Ludwigstr.6, 94501 Aidenbach

Nähere Informationen zum Reparatur-Cafe erhalten Sie bei den Seniorenbeauftragten Heidi und Dieter Rabs, Gemeinde Aldersbach, Tel. 08543/624245

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

09.04.2024
15.00 Uhr

Geführter Spaziergang in
Aldersbach

Orangerie
Aldersbach,
Klosterplatz



94501 Aldersbach

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

Landratsamt Passau – Fachstelle Senioren

Daniela Schalinski

Domplatz 11, 94032 Passau

Tel. 0851/397-3318

daniela.schalinski@landkreis-passau.de

www.landkreis-passau.de



**LANDKREIS
PASSAU
FACHSTELLE SENIOREN**