

Infobrief Fachstelle Senioren

Gut informiert älter werden im Landkreis Passau

Infobrief 3/2022

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.

Allgemeines

- **LichtBlick Seniorenhilfe e.V.: Finanzielle Hilfe für Seniorinnen und Senioren**

Wer finanzielle Hilfe von LichtBlick Seniorenhilfe e.V. wünscht, muss einen Antrag stellen. Antragsteller müssen mindestens 60 Jahre alt sein und über einen deutschen Rentenbescheid, Grundsicherungsbescheid oder Wohngeldbescheid verfügen. Als Helfer unterstützt LichtBlick

Seniorenhilfe e.V. bedürftige Senioren dauerhaft finanziell, und das schnell, unbürokratisch und sehr persönlich. Hand in Hand mit Spendern und Partnern sorgt LichtBlick Seniorenhilfe e.V. beispielsweise dafür, dass sich Betroffene endlich ein neues Paar Schuhe, eine neue Matratze oder Lebensmittel leisten können. Dinge also, die für fast alle von uns selbstverständlich sind – und für jeden alten Menschen selbstverständlich sein sollten.

Auch können die Kosten des Hausnotrufs oder von Essen auf Rädern von LichtBlick Seniorenhilfe ggf übernommen werden.

Weitere Informationen erhalten bei LichtBlick Seniorenhilfe e.V., Pflleggasse 27, 94469 Deggendorf, Telefon: 0991 / 38 31 67 62, E-Mail: niederbayern@seniorenhilfe-lichtblick.de
Den Antrag auf finanzielle Unterstützung finden Sie am Anhang des Infobriefes.

- **Rotary hilft Seniorinnen und Senioren für ein würdiges Leben im Alter**

Der Rotary Club Rottaler Bäderdreieck unterstützt im südlichen Landkreis Passau einkommensschwache Seniorinnen und Senioren. Ansprechpartner ist Herr Josef Hallabrin, Tel. 0175/5604568 oder per Mail josef.hallabrin@rotary1842.org

- **Malteser Hilfsdienst Passau e.V.**

Die Malteser bieten Patenschaften für Bedürftige.

Für viele Menschen ist eine warme Mahlzeit am Tag keine Selbstverständlichkeit. Durch Alter, Krankheit oder Behinderung sind sie nicht in der Lage sich selbst zu versorgen. Mit den Mahlzeitenpatenschaften wollen wir diesen Menschen mit einem kostenlosen Mittagessen helfen.

Neu bei den Maltesern ist das Projekt der Hausnotrufpatenschaften. Sicherheit ist ein kostbares Gut – aber nicht selbstverständlich. So helfen hier die Paten das Bedürftige im Alter so lange wie möglich zuhause und in der gewohnten Umgebung bleiben können. Hilfe auf Knopfdruck – Sicherheit schenken!

Die Paten helfen uns dafür zu Sorgen. Vielleicht kennen Sie Menschen in Ihrem Umfeld die eine Unterstützung benötigen oder wollen selbst Pate werden.

Malteser Hilfsdienst e.V.

Stichwort: Mahlzeiten- bzw. Hausnotrufpatenschaften

Vilshofenerstr. 50

94034 Passau

0851/9566614

Hausnotruf-passau@malteser.org

Menueservice-passau@malteser.org

- **digiDem Bayern (Digitales Demenzregister Bayern)**





Es ist ein vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördertes Versorgungsforschungsprojekt mit digitaler Ausrichtung. Das Projekt zielt darauf ab, die Lebensbedingungen von Menschen mit Demenz/MCI und ihren pflegenden Angehörigen in Bayern, insbesondere in den ländlichen Regionen, zu verbessern

Weitere Informationen und auch digitale Angebote für Menschen mit Demenz, für pflegende Angehörige, Ehrenamtliche und Interessierte finden

Sie unter: <https://digidem-bayern.de/>

- **„Wir brauchen Eure Hilfe!“- Besuchsdienst vor Ort in Ortenburg**
Der Seniorenbeirat Ortenburg, Frau Franziska Lindinger und Herr Wolfgang Weber, suchen für ihren Besuchsdienst vor Ort in Ortenburg ehrenamtliche Helfer. Besucht werden die Bewohnerinnen und Bewohner in den Altenhilfeeinrichtungen Ortenburg. Für die Ausbildung „Besuchsdienst vor Ort“ werden Schulungen angeboten.
Bei Interesse melden Sie sich bitte beim Seniorenbeirat Ortenburg, Wolfgang Weber, Tel. 08542/1042 oder Frau Franziska Lindinger, 08542/7802
- **Neu ab April 2022 in Ortenburg „Digital am Ball bleiben“**
Frau Claudia Woller, ehrenamtliche Digitallotsin, bietet ab April 2022 für Ortenburger Seniorinnen und Senioren einen niedrigschwelligen digitalen Kurs für Handy, Tablet und Laptop an.
Wir freuen uns sehr, dass eine weitere Gemeinde im Landkreis Passau die Digitalisierung im Alter tatkräftig unterstützt und bedanken uns bei Frau Claudia Woller und dem Seniorenbeirat Ortenburg für deren Engagement.



Tipps für aktive Senioren

- **vhs Seniorenprogramm April 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 April 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

- **Kursangebot des BayernLabs Vilshofen für März 2022**

16.03.2022 Grundkurs Android (noch 2 Plätze frei)

23.03.2022 Aufbaukurs Android (noch 1 Platz frei)

30.03.2022 Grundkurs iOS (noch 2 Plätze frei)

Die Kurse finden jeweils von 09:30 bis 11:30 statt.

Falls Sie interessiert sind, melden Sie sich bitte telefonisch, per Mail oder persönlich bei uns an.

BayernLab Vilshofen an der Donau

Kapuzinerstraße 11

94474 Vilshofen an der Donau

Telefon: 08541 58497-20

Mobil: 0162 1330741

E-Mail: vilshofen@bayernlab.bayern.de

Internet: <http://www.bayernlab.bayern.de>



- **„Ich brauche keine Millionen“ - Konzert der Generationen in der Pockinger Stadthalle am 23. April 2022**

Am Samstag, den 23. April 2022 findet um 16 Uhr ein Konzert der Generationen statt. Das Konzert, das nicht nur für Seniorinnen und Senioren gedacht ist beginnt um 16.00 Uhr. Es spielen mit „Herbstlaub“ und „Saitenperlen“ zwei generationsübergreifende Ensembles -ein Gemeinschaftsprojekt der beiden Musikschulen aus Stadt und Landkreis Passau unter der Leitung von Musikpädagogin Katharina Heide. Neben bekannten Melodien soll auch zum aktiven Mitsingen eingeladen werden. Neben instrumentalen Darbietungen wird Kreismusikschulleiter Kurt Brunner, ausgebildeter Bariton, bekannte Melodien wie

das Motto „Ich brauche keine Millionen“ oder „Ich brech´ die Herzen der stolzesten Frau`n“ und weitere Schlager-Klassiker der 30-iger und 40-iger Jahren darbieten.

Der Eintritt zu diesem Konzert ist frei, Spenden werden erbeten.

Infos: Gerlinde Kaupa, Tel. 0160 8330822

- **Seniorenakademie Bayern: Bürgerschaftliches Engagement - Will ich zu viel oder zu wenig?**

Was bedeutet es dann, wenn es nicht in der gewünschten Weise gelingt? Wie gehen Ehrenamtliche mit Frustrationen um, wenn Ihre Bemühungen nur zum Teil oder kaum erfolgreich sind? Haben sie dann nur nicht viel genug gewollt? Oder geht es darum, keine zu großen“ Erwartungen zu haben? Das Seminar beleuchtet zunächst kritisch die moderne Vorstellung, dass der Erfolgreiche derjenige ist, der genügend oder eben fast buddhistisch nichts gewollt hat und zeigt Wege auf, wie wir mit diesem Dilemma umgehen und eine für uns ausgewogene Balance finden.

Datum: 08.04.2022 -

Anmeldeschluss: 07.04.2022

Zeit: 10:00 Uhr - 11:30 Uhr

Referent/in: Jürgen Griesbeck

Format: Seminar

Ort: virtuell

Buchungsnummer: VA_70424

Zielgruppe: Bürgerschaftlich engagierte und interessierte Personen, die sich im kommunalen Umfeld für die Belange von Seniorinnen und Senioren einsetzen (wollen) und ihr Wissen auffrischen oder vertiefen möchten. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Weitere Informationen unter:

www.seniorenakademie.bayern



- **Tipps der Gesundheitsregionplus – mehr Bewegung im Alltag mit den praktischen Bewegungspackungen**

Körperliche Aktivität kräftigt das Immunsystem und steigert das Wohlbefinden. Neben Körper und Geist fördert Bewegung auch die Geselligkeit. Zu diesem Zweck wurde die „Bewegungspackung“ entwickelt: eine kleine Schachtel mit 25 Übungskarten, die Motivation und Anregung zu Bewegungen bieten.

Mitmachen ist ganz einfach

- Die Übungen sind leicht in den Alltag integrierbar
- Es werden keine Sportgeräte oder Sportkleidung benötigt
- Die Übungen machen nicht nur alleine, sondern auch in der Gruppe Spaß
- Die Übungen können überall durchgeführt werden (zu Hause, im Park, drinnen und draußen)



Machen Sie mit, sichern Sie sich Ihre Bewegungspackung und leisten Sie einen Beitrag zu Ihrer körperlichen Gesundheit.

Die Bewegungspacks sind im [Einzelnen](#), [10-er](#) oder [20er-Pack](#) kostenfrei direkt zu Ihnen nach Hause bestellbar.

<https://shop.bzga.de/bewegungspackung-60582387/>

- **Neuer Podcast der Selbsthilfekoordination Bayern**

Seit Mitte Januar 2022 veröffentlicht die Selbsthilfekoordination Bayern (Seko Bayern) jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat einen neuen Podcast. In den Podcasts stellen sich aktive Menschen aus der Selbsthilfe und den selbsthilfeunterstützenden Einrichtungen, die Kooperationspartner und Förderer der Seko und die Seko selbst und ihre Arbeit.



SeKo Bayern ist eine Netzwerkstelle zur landesweiten Unterstützung der Selbsthilfe im Gesundheits- und Sozialbereich. Der Podcast ist abrufbar unter ["SeKo on air"](#)

[Podcast Folge 5:](#) Der Staatsminister im bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege, Klaus Holetschek berichtet von den Herausforderungen durch Corona, seine Einschätzung zur Bedeutung von Selbsthilfegruppen und über die Kampagne "Hand auf's Herz".

Termine

02.04.2022

Reparatur-Cafe Aidenbach

Reparatur-Cafe Aidenbach,

14.00 – 17.00 Uhr

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.

06.04.2022

Seniorengymnastik

13.45 – 14.30 Uhr

Aldersbach



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

14.45 – 15.30 Uhr

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.

07.04.2022

Offener generationsübergreifender

Klosterbäckerei Karlstetter Pocking

Ab 10 Uhr

Mittwoch's Treff

Klosterstr.9, 94060 Pocking

Jeden Mittwoch

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,

07.04.2022

Nordic Walking

Orangerie Aldersbach,

14 Uhr

Aldersbach für
SeniorInnen



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.

07.04.2022

DigiTreff Pocking

Pockinger Rathaus, kleiner
Sitzungssaal

16.00- 18.00 Uhr

Jeden Donnerstag

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

12.04.2022



Geführter
Spaziergang in
Aldersbach

Orangerie Aldersbach,
Klosterplatz 1, 94501 Aldersbach

15.00 Uhr

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.

29.04.2022

„Senioren werden digital“ -
Generationsübergreifend helfen

Gymnasium Pocking

13.15 – 15.00 Uhr

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, um 13:15 Uhr

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