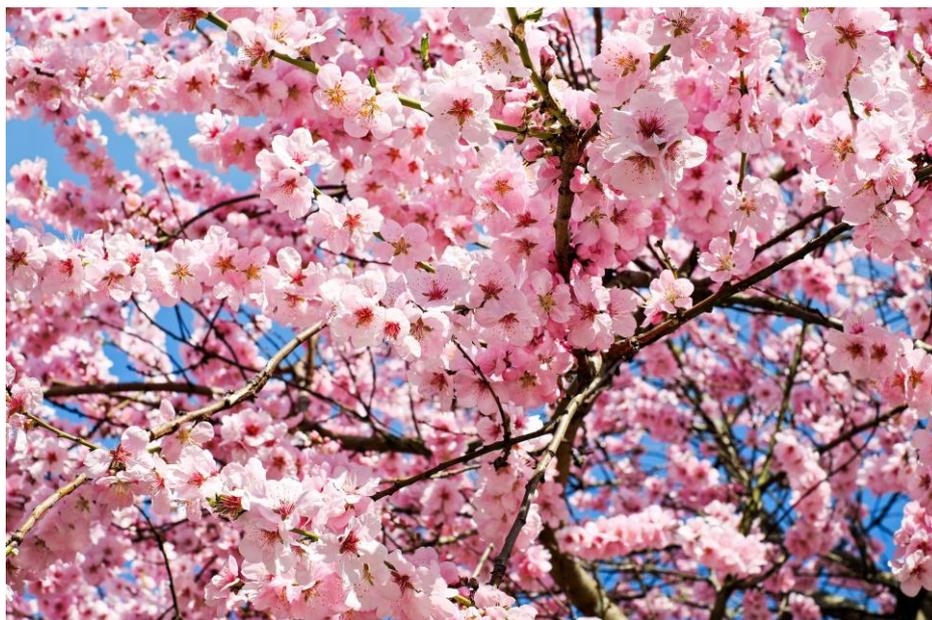


Veranstaltungen am Fiakerpark

Winter/Frühjahr 2023



Fotoquelle: Bild von Pixabay

Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung
des Marktes Meitingen

Betreiber des Seniorenbüros ist der ASB Augsburg
im Auftrag der Marktgemeinde Meitingen

Veranstaltungsüberblick – Winter/ Frühjahr 2023

Offene Treffpunkte

Café Frohsinn

14-tägig montags von 14.30 bis 17.00 Uhr

Kreativ-Nachmittag

14-tägig montags von 15.00 bis 17.00 Uhr

Spiele-Treff

wöchentlich - donnerstags von 13.00 bis 17.00 Uhr

„Meitinger Strickeria“

Jeden Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr

Schafkopf

Grundsätzlich jeden zweiten Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr

Schach-Treff

Jeden ersten Freitag im Monat von 17.00 bis 19.00 Uhr

Repair Cafe-Treff

Ein Freitag im Quartal – diesmal: 10. März von 15.00 bis 17.00 Uhr

Veranstaltungen

Filmcafé

Jeden zweiten Mittwoch im Monat – im Cineplex

Erste-Hilfe-Kompakt-Seminar für Senioren

Donnerstag, den 26.01.2023 von 17.00 bis 19.00 Uhr

Erstellung von Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Donnerstag, 16.02.2023 von 17.30 bis 19.30 Uhr

Fit und gesund - Gesunde Ernährung im Alter

Donnerstag, den 23.02.2023 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Das Wichtigste zu Demenz und Alzheimer (VHS-Veranstaltung)

Donnerstag, den 09.03.2020, 18.30 Uhr

Was und wer ist Erbe und wie findet Erbe statt

Donnerstag, den 16.03.2023 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Sicher unterwegs - für erfahrene Verkehrsteilnehmende

Donnerstag, den 30.03.2023 von 17.30 bis 19.30 Uhr

Gruppen, Kurse und Schulungen

Qigong Kurs für Senioren – ab 9.01.2023 von 10.00 bis 11.00 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining – ab 8.02.2023 von 9.30 bis 11.00 Uhr

Unterstützung am Smartphone, Tablet, iPad – ab 7.02.2023

Sehr geehrte Damen und Herren,

unter dem Motto „Gemeinsam über Generationen“ stellt das Seniorenbüro Meitingen das Veranstaltungsprogramm für Januar bis März 2023 vor.

Auf dem umfangreichen Programm stehen interessante Vorträge, z.B. über Verkehrssicherheit, zur gesunden Ernährung, über Demenz und zum Thema „Erbe“. Hinzu kommen besondere Veranstaltungsformen, wie das Erste-Hilfe-Kompaktseminar.

Alle Veranstaltungen, die besonders für pflegende Angehörige geeignet sind, werden hierfür extra ausgewiesen. Zudem machen wir Sie auf die neue Anlaufstelle für Senioren aufmerksam und stellen erstmals auch ehrenamtliche Unterstützungsangebote im Markt Biberbach und der VG Nordendorf vor.

In diesem Quartal starten wir wieder mit Smartphone-Schulungen für Anfänger und Fortgeschrittene und bieten auch nochmals ein „Ganzheitliches Gedächtnistraining“ an.

Auch die häufig nachgefragte Veranstaltung zur „Erstellung von Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung“ wird wieder angeboten.

Zudem präsentiert das Cineplex-Kino im Rahmen des „Filmcafés“ wieder drei wunderbare Filme mit vorherigem Kaffee und Kuchen an.

Wir starten auch wieder mit einer Vielzahl an offenen Treffpunkten. Hierzu gehören das „Café Frohsinn“, der „Kreativ-Nachmittag“, der „Spiele-Treff“, das „Repair-Café“, sowie die „Schafkopf-Runde“.

Außerdem finden Sie in der Begegnungsstätte die „Meitinger Strickeria“ als offener Treff zum Stricken für den guten Zweck.

Neu ist der inklusive „Schach-Treff“ für alle, die Interesse an gepflegten Schachpartien haben – schauen Sie einfach vorbei und machen mit.

Ein Dank gilt an dieser Stelle allen Initiatoren, Referenten und engagierten Personen, die hinter der Realisierung der vielfältigen Angebote stehen und damit auch wichtige Impulse für das Miteinander im Markt Meitingen setzen.

Ihr

Jens Tietböhl
Seniorenbüro Meitingen



Foto: Jens Tietböhl

Erweitertes Angebot als örtliche Anlaufstelle für Senioren

Neues Projekt und Personalzuwachs beim Seniorenbüro

Das Seniorenbüro Meitingen hat sich personell erweitert und das Angebot breiter aufgestellt. Ältere Menschen und Angehörige können sich mit ihren Anliegen zu Pflege Themen, bei Unterstützungsbedarf, helfendem Engagement und zu Begegnungsangeboten an das Seniorenbüro wenden. Die Anlauf- und Beratungsstelle wird nun vom Landratsamt Augsburg als Pilotprojekt für Markt Meitingen, Markt Biberbach und den Mitgliedsgemeinden der VG Nordendorf gefördert. Als zusätzliche Fachkraft des Seniorenbüros kümmert sich die erfahrene Sozialpädagogin, Corina Hock-Brunnhuber um die entsprechenden Anliegen. Sie gehört neben Jens Tietböhl und Christoph Stadler zum Arbeiter-Samariter-Bund Augsburg, der von der Marktgemeinde zur Projektdurchführung beauftragt wurde.

Kontakt:

Seniorenbüro Meitingen
Dezentrale Anlaufstelle für Senioren
Corina Hock-Bronnhuber

Tel.: 08271 8141 - 730

E-Mail: seniorenbuero-anlaufstelle@augzburg-asb.de



Ehrenamtliches Unterstützungsangebot für Seniorinnen und Senioren in der VG Nordendorf, sowie in Ostendorf, WALTERSHOFEN und LANGENREICHEN

Verein für ambulante Krankenpflege Holzen und Umgebung

Der Verein „Ambulante Krankenpflegeverein Holzen und Umgebung e.V.“ hat über 980 Mitglieder, gehört zur Trägerschaft der ökumenischen Sozialstation Meitingen und Umgebung und bietet Vereinsmitgliedern ehrenamtlich getragene Unterstützungsleistungen zum Erhalt von Selbstbestimmung im Alter an. Hierzu gehören niedrigschwellige Betreuungs- und Versorgungsangebote, begleitender Fahrdienst sowie Informationsveranstaltungen.

Kontakt:

Verein für ambulante Krankenpflege
Holzen und Umgebung
Helmut Wech, Vereinsvorstand
Tel.: 08273 2878

Kontakt zum begleitenden Fahrdienst:

Tel.: 0152-08367700
Montag bis Freitag von 16.00 – 18.00 Uhr

Café Frohsinn

Jeden zweiten Montag von 14.30 bis 17.00 Uhr

**Kommende Termine: 09. und 23. Januar, 06. und 20. Februar,
06. und 20. März 2023**

Das Café Frohsinn ist ein beliebter Treffpunkt für alle Generationen, bei dem das „Miteinander“ im Mittelpunkt steht. Dabei geht es um Begegnung, Austausch und gemeinsame Aktivitäten.

Nette Leute treffen, die Zeit mit Spielen, Plaudern oder Handarbeiten in geselliger Runde verbringen, leckeren selbst gebackenen Kuchen genießen, neue Ideen beisteuern, die nach Möglichkeit umgesetzt werden - das ist unser Café Frohsinn.

Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie.



Foto: Jens Tietböhl

Tauschring Schmuttertal – Repair-Café

Einmal pro Quartal – an einem Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr

Kommender Termin: 10. März 2023

Kaputt? Wegwerfen? Das muss nicht sein! Bastler und Tüftler aufgepasst: Beim Repair-Café wird in gemütlicher Runde ausgetauscht, repariert, gebastelt, vielleicht auch gefachsimpelt. Alle, die helfen wollen oder etwas zu reparieren haben, dürfen gerne hereinschnuppern in unser Repair-Café. **Reparateure werden dringend gesucht. Auch Unterstützung beim Kuchenbacken oder beim Kaffeekochen vor Ort wäre schön.** Und wer gerne tauscht – egal ob Hilfe im Garten oder alte Möbel – der ist herzlich eingeladen, sich über das Tauschen zu informieren oder gleich beim Tauschring mitzumachen.

Kaffee und kleine Leckereien stehen bereit - wir freuen uns auf Sie.

Kontakt: Gudrun Schmidbaur, Tel.: 08271 4246058



Das Repair-Café findet im Rahmen von „Meitingen miteinander“ in Kooperation mit dem Quartiersbüro statt und versteht sich als Angebot für alle Generationen.

Kreativ-Nachmittag in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden zweiten Montag von 15.00 bis 17.00 Uhr

Kommende Termine: 02., 16. und 30. Januar, 13. und 27. Februar, 13. und 27. März 2023

Der Nachmittag ist ein offenes Angebot für alle Interessierten, die Lust auf Handarbeiten und Bastelarbeiten haben – hier wird gestrickt, genäht, gemalt, geklebt, geschnitten und was noch so alles geht.

In geselliger Runde besprechen wir bei Kaffee und Kuchen unsere nächsten Vorhaben. Es entstehen dekorative Dinge, die Freude bereiten. Ihre Wünsche, Ideen und Vorschläge werden dabei gerne aufgegriffen. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



Foto: Sophieja23

Spiele-Treff in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden Donnerstag von 13.00 bis 17.00 Uhr

Kommende Termine: 12., 19. und 26. Januar, 02., 09., 16. und 23. Februar, 02., 09., 16., 23. und 31. März 2023

Seit über einem Jahr gibt es den offenen Spiele-Treff als neues Angebot in der Begegnungsstätte am Fiakerpark.

Altbekannte Spiele sorgen für Unterhaltung und Kurzweil. Kommen Sie einfach vorbei und verbringen ein paar unterhaltsame Stunden in gemütlicher Runde.

Wir freuen uns auf neue Mitspieler.



Foto: Jens Tietböhl

Sport und Gymnastik für Senioren in Meitingen

Alle Sport- und Gymnastikangebote für Senioren im Markt Meitingen – inklusive Kontaktdaten - übersichtlich aufgeführt. Die Broschüre ist in allen hausärztlichen Praxen, im Rathaus sowie im Seniorenbüro erhältlich.



„Meitinger Strickeria“ in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr

Kommende Termine: 11., 18. und 25. Januar,
01., 08., 15. und 22. Februar,
01., 08., 15., 22 und 29. März 2023

Unser Motto ist: „Gemeinsam stricken und Freude bereiten“. Wir fertigen im kleinen Kreis alles was wärmt. Am Ende des Jahres spenden wir die gefertigten Stricksachen einer sozialen Einrichtung.

Wer gerne für andere Gutes tun will und hierfür gerne stricken möchte ist bei uns in der „Strickeria“ am richtigen Ort und herzlich willkommen. Schauen Sie doch einfach mal mit Ihrem Strickzeug vorbei.



Bild: Semevent - Pixabay

Offener Schach-Treff in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden ersten Freitag im Monat von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr

Kommende Termine: 06. Januar, 03. Februar und 03. März 2023

Schach ist ein **spannendes Spielerlebnis** und ein **ausgezeichnetes Gehirntraining** zugleich, da es die Konzentration und das Miteinander fördert. Deshalb passt die Initiative für einen offenen Schach-Treff für Einsteiger bis leicht Fortgeschrittene mit und ohne Behinderung auch wunderbar.

Wer Spaß und Interesse an gepflegten Schachpartien hat ist hier am richtigen Ort und herzlich eingeladen.



Bild: SteveBuisinne -Pixabay

Bei Interesse und Fragen wenden Sie sich gerne an:

inklusionsbuero-meitingen@augzburg-asb.de, Tel.: 08271 8141-737

Schafkopf in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden zweiten Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr

**Kommende Termine: 13. und 27. Januar, 10. und 24. Februar,
10. und 24. März 2023**

Für Schafkopffreunde gibt es in der Begegnungsstätte nun eigenes offenes Angebot. Die Schafkopfrunde lädt zum Kartenspiel in geselliger Runde ein.

Schafkopf ist ein traditionelles Kartenspiel, dass in Bayern als Kulturgut zählt. Haben Sie Interesse an Schafkopfpartien in entspannter Atmosphäre, mit Lust und Spaß an gemeinsamen Spielenachmittagen? Dann freuen wir uns auf Sie?



Foto: Jens Tietböhl

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch – gerne auch auf den AB) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmeranzahl dringend erforderlich.

Trauercafé - Schritte zurück ins Leben

Jeden dritten Freitag im Monat - von 14.00 bis 15.30 Uhr

Kommende Termine: 20. Januar, 17. Februar und 17. März 2023

Ein gemütlicher Raum, Kaffeeduft und nette Menschen, die eines verbindet: Sie alle sind in Trauer. Im Trauercafe der Hospizgruppe Meitingen und Umgebung sollen Menschen, die in derselben Situation sind, außerhalb ihrer eigenen vier Wände bei einer Tasse Kaffee zusammengebracht werden. Ausgebildete Trauerbegleiterinnen sind vor Ort anwesend und nehmen sich bei Bedarf Zeit für ein persönliches Gespräch. Das Angebot ist jedoch sehr offen gestaltet und unverbindlich. Niemand muss über Erlebtes sprechen. Auch soll es nicht immer nur traurig sein, es darf auch gern gelacht werden.

**Bei Fragen:
Hospizdienst Meitingen Augsburg Land - Nord
Tel.: 08271 8120222**



Foto: pixabay, coffee

Veranstaltungen

Filmcafé im Cineplex - mit Kaffee und Kuchen

Das besondere Kinoerlebnis für Senioren!

Jeden zweiten Mittwoch im Monat

im Cineplex Meitingen, Donauwörther Str. 53 – im Kino 2

Termine: 11.01., 08.02. und 08.03.

Einlass: 14.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen

Filmbeginn: 15.00 Uhr

Eintrittspreis: 8,50 €, inkl. Kaffee und Kuchen

Das Cineplex Meitingen bietet in Kooperation mit dem Seniorenbüro das regional einmalige und oft gewünschte Seniorenkino, jetzt „**Filmcafé**“, an. Jeden zweiten Mittwoch im Monat können Sie sich um 14.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen einstimmen, um danach ab 15.00 Uhr die Vorstellung im barrierefreien Kinosaal zu genießen.

Dieses spezielle Angebot richtet sich besonders an ältere Filmfreunde, wobei alle Generationen herzlich eingeladen sind.

11.01.

„Alles was kommt“

Die Philosophielehrerin Nathalie führt ein scheinbar perfektes, intellektuell-bürgerliches Leben. Doch eines Tages verändert sich alles und Nathalie muss ihr ganzes Leben neu erfinden.

08.02.

„Mrs. Harris“

In den 1950er Jahren verliebt sich eine verwitwete Putzfrau in London in ein Couture-Kleid von Dior. Obwohl sie zu wenig finanzielle Mittel hat, will sie so ein Kleid haben.

08.03.

„Die goldenen Jahre“

Die Eheleute Alice und Peter feiern ihren Ruhestand. Auf einer Kreuzfahrt gibt es Eheprobleme. Schließlich finden sie eine neue Art die goldenen Jahre zu verbringen.



Mit den Apps *Greta* und *Starks* werden Filme trotz Handicap diskret auf dem Smartphone zugänglich. *GRETA* erklärt mit Audiodeskriptionen die Handlung, *Mimik* und *Gestik*, *STARKS* spielt Untertitel zum jeweiligen Film auf einem Smartphone ab.

Veranstaltung 1



Tipp für pflegende Angehörige

Erste-Hilfe-Kompakt-Seminar für Senioren - mit Schwerpunkt „Herzkrankheiten“

Donnerstag, den 26.01.2023 von 17.00 bis 19.00 Uhr

Mit zunehmendem Alter steigt auch die grundsätzliche „Anfälligkeit“ für Unfälle, Verletzungen und gesundheitliche Risiken, die plötzlich im Alltag passieren können. Aus diesem Grund spielen auch Erste-Hilfe-Kenntnisse eine immer größere Rolle, um auf entsprechende Notfälle vorbereitet zu sein und in solchen Momenten lebensrettende Hilfe leisten zu können.

Das Kompakt-Seminar bietet eine Einführung zu wichtigen Grundkenntnissen der „Ersten Hilfe“, insbesondere auch in Zusammenhang mit Herzkrankheiten.

Dabei geht es zum Beispiel um das Absetzen eines Notrufes, um Informationen zur Rettungskette, aber auch um konkrete Maßnahmen bei Schlaganfall oder Herzinfarkt. Sie erfahren, was bei Verletzungen zu beachten und bei Bewusstlosigkeit zu tun ist. Das Seminar beinhaltet auch praktische Übungen.

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmer erforderlich. Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie eine verbindliche Bestätigung.

Das Kompakt-Seminar vermittelt in diesem Sinne wichtige Kenntnisse zu Erste-Hilfe-Maßnahmen, die Sie über entsprechend zertifizierte Kurse weiter intensivieren können.

Referent ist Anton Büchele des BRK Kreisverband Augsburg-Land - Meitingen



Alle Angebote des Seniorenbüros finden Sie auch auf der Homepage des Meitinger Quartiersbüros: www.quartiersbuero-meitingen.de



Veranstaltung 2

Vortrag zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung mit Angebot zur Beglaubigung

Montag, den 16.02.2023 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Die Veranstaltung wendet sich gleichermaßen an ältere und jüngere BürgerInnen, die eine Vorsorgevollmacht erstellen, bzw. eine Patientenverfügung ausfüllen möchten.

Erklärt wird Ihnen, was eine Patientenverfügung und eine Vorsorgevollmacht genau ist, wie die rechtlichen Rahmenbedingungen hierfür aussehen und wieso ich die Dokumente brauche. Missverständnisse werden aus dem Weg geräumt und Praxistipps mit konkreten Handlungsvorschlägen gegeben.

Außerdem erhalten Sie zwei Wochen später das Angebot für einen Einzeltermin vor Ort, um letzte Unklarheiten zu klären und ihre ausgefüllten Unterlagen beglaubigen zu lassen. Die Betreuungsstelle ist neben Notaren auch zur Beglaubigung befugt.

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmerzahl erforderlich. Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie eine verbindliche Bestätigung.

Die Gebühr zur Beglaubigung Ihrer Vorsorgevollmacht, bzw. Betreuungsverfügung beträgt 10,- € pro Beglaubigung – bei Vorlage eines gültigen Personalausweises oder Reisepasses.

Referentin und Beratung:

Bernadette Harms, Leiterin der Betreuungsstelle des Landratsamtes Augsburg

Hospizdienst Meitingen Augsburg Land - Nord

Der Hospizdienst ist eine Initiative in Trägerschaft der Ökumenischen Sozialstation Meitingen und Umgebung. Wir sind eine ehrenamtlich arbeitende Gruppe speziell geschulter Bürger*innen, die schwerkranke und sterbende Menschen einfühlsam und mit Respekt begleiten. Wir unterstützen Ihre Angehörigen, Freunde und nahestehende Personen. Unser Dienst ist mit keinerlei Kosten verbunden. Wir halten uns an die Schweigepflicht.



Kontakt: Hospiz-Telefon-Nr.: 08271- 81202-22

E-Mail: hospiz@sozialstation-meitingen.de

Sprechzeiten im Seniorenbüro:

Mittwoch von 10.30 bis 12.30 Uhr

Veranstaltung 3



Tipps für pflegende Angehörige

Fit und gesund - Gesunde Ernährung im Alter

Vortragsveranstaltung mit der AOK Augsburg

Donnerstag, den 23.02.2023 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Mit zunehmendem Lebensalter verändern sich die Bedürfnisse des Körpers. Häufig kommt es zu einer Gewichtszunahme, der Verdauungstrakt arbeitet langsamer, die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit lässt spürbar nach. Mit einer angepassten Ernährungs- und Lebensweise lassen sich die typischen Begleitscheinungen jedoch reduzieren und sorgen für mehr Lebensqualität.

In diesem Vortrag erfahren Sie, worauf es ankommt und wie Sie die wichtigsten Bausteine Ihres Wohlbefindens in den Alltag integrieren können.

Referentin:
Bettina Mayr, AOK-Ernährungsberaterin



Bettina Mayr, Bild von AOK Augsburg

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist erforderlich.

Seniorenhelfer der Ökumenischen Sozialstation

Seit über 20 Jahren Unterstützungsangebote für ältere Menschen mit Hilfebedarf in Meitingen und Umgebung.

Freiwillig engagierte Senioren bieten Hilfen zur Bewältigung des Alltags.
Angebote:

- Begleitservice für Einkäufe und Arztbesuche
- kleinere Reparaturen im Haushalt

Kontakt:
Ökumenische Sozialstation Meitingen und Umgebung gGmbH
Christine Möritz, Tel.: 08271 81394 151



Veranstaltung der VHS



Tipp für pflegende Angehörige

in der Begegnungsstätte, Schulweg 6

„Das Wichtigste zu Demenz und Alzheimer“

Donnerstag, den 09.03.2023, 18.30 Uhr

Sie erhalten grundsätzliche Informationen über Demenzformen, über die Erkennung der Erkrankung und Diagnosestellung, über Möglichkeiten zur Beeinflussung des Krankheitsverlaufs sowie zu vorbeugenden Maßnahmen. Bei der Veranstaltung geht es um die Förderung eines besseren Umgangs mit der belastenden Krankheit.

Referent:
Dr. Jens Schneider,
Alzheimer Gesellschaft Augsburg

Anmeldung erforderlich!
Tel.: 8271 819947
Mail: bz-nord@vhs-augsburger-land.de

Veranstaltung 4

Was und wer ist Erbe und wie findet Erbe statt

Donnerstag, den 16.03.2023 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Es ist sinnvoll sich frühzeitig mit dem sensiblen Thema Erbschaft zu befassen um über den letzten Willen das eigene Vermächtnis zu klären. Mit Hilfe einer Nachlassregelung ist schließlich auch eine geregelte Absicherung der Nächsten möglich. Dabei kann es auch um die Bewahrung vor finanziellen Belastungen gehen oder um eine möglichst gerechte Verteilung, um Streitigkeiten zu vermeiden.

Wer kompetent über sein Erbe entscheiden will benötigt hierfür schon ein entsprechendes Grundwissen. Dabei geht es bereits um Fragen, was und wer genau ein Erbe ist, was die gesetzliche Erbfolge vorsieht oder wie ein Testament aussieht und wirkt.

Der Vortrag wendet sich an alle Interessierten, die sich grundsätzlich über ihr Erbe und zu Möglichkeiten einer eigenen Regelung Gedanken machen.

Referentin:
Christine Fünffinger,
Rechtsanwältin

**Eine Anmeldung beim Seniorenbüro
(schriftlich, persönlich oder telefonisch)
ist auf Grund der begrenzten
Teilnehmeranzahl erforderlich.**



pxhere.com/de/photo/854903

Veranstaltung der Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben



Tipp für pflegende Angehörige

Virtueller Informationsabend

„Unterstützungsmöglichkeiten bei der Pflege zu Hause“

Donnerstag, den 23.03.2023, um 19.00 Uhr

Hier erhalten Sie Informationen über Angebote zur Unterstützung im Alltag. Das Thema „Pflege zu Hause“ stellt viele Familien vor große Herausforderungen. Die Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben informiert über Angebote, Leistungen und Möglichkeiten der Entlastung und Unterstützung im Bereich der häuslichen Pflege.

Kontakt:

Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben

Institut für Gesundheit und Generationen
Fakultät für Soziales und Gesundheit
Hochschule für angewandte Wissenschaften Kempten

Mail: info@demenz-pflege-schwaben.de

Tel.: 0831 697143-15

Ehrenamtliches Unterstützungsangebot für Seniorinnen und Senioren im Markt Biberbach

Bürgergemeinschaft Biberbach

Die Bürgergemeinschaft Biberbach ist ein Nachbarschaftshilfeverein, der sich für das örtliche Miteinander aller Generationen in der Marktgemeinde und insbesondere für ein selbstbestimmtes Leben im Alter einsetzt. Die Bürgergemeinschaft bietet vor Ort ein breit gefächertes Hilfeangebot - insbesondere für ältere Menschen. Hierzu gehören Alltagsbegleitung, Begleitservice mit Fahrdienst sowie Mittagstisch.

Kontakt:

Bürgergemeinschaft Biberbach e.V.
Tel.: 0176 579 563 92



Veranstaltung 5

Sicher unterwegs - für erfahrene Verkehrsteilnehmende

Eine Kooperationsveranstaltung mit der Augsburger Verkehrswacht

Donnerstag, den 30.03. von 17.30 bis 19.00 Uhr

Der Verkehr ist heutzutage für alle Verkehrsteilnehmenden eine Herausforderung, die mit zunehmendem Lebensalter immer größer wird. Im Rahmen der Veranstaltung findet eine Wissensauffrischung für die Theorie und Praxis der Verkehrswelt statt. Sie erfahren nicht nur Neuerungen aus dem Bereich der Verkehrszeichen und deren Bedeutung, sondern werden auch über die neueren technischen Entwicklungen informiert. Auch der Einfluss von Medikamenten auf die Fahrtüchtigkeit oder die altersbedingte Veränderung im Leistungsvermögen und der Gesundheit gehört zum Themenstoff.

Referent:

Manfred Gottschalk, Verkehrswacht Augsburg

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmerzahl erforderlich. Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie eine verbindliche Bestätigung.

MIT DEN ÖFFENTLICHEN ZU UNS

Öffentliche Verkehrsanbindung zur Begegnungsstätte/ zum Senioren-, Inklusions- und Quartiersbüro

In unmittelbarer Nähe zur Begegnungsstätte/ zum Senioren-, Inklusions- und Quartiersbüro befindet sich die Bushaltestelle „Am Schulpark“.

Wenn Sie mit den Öffentlichen zu uns kommen möchten klären wir für Sie gerne die passende Verbindung - vielleicht auch mit dem Rufbus.

Tel. Nr. : 08271 8141 - 730

E-Mail: seniorenbuero-meitingen@augsborg-asb.de



Angebote von Gruppen und Schulungen im Fiakerpark

Qigong-Kurs für Senioren

Beginn: 09. Januar 2022 von 10.00 bis 11.00 Uhr
– insgesamt 6 Einheiten im wöchentlichen Rhythmus
in der Begegnungsstätte am Fiakerpark (Schulweg 6)

Diese ganzheitliche Methode pflegt und stärkt Körper, Geist und Seele. Muskeln, Gelenke und Wirbelsäule werden achtsam trainiert. Atemübungen helfen Ruhe und Entspannung zu finden, und mit Selbstmassagen und Akupressur können Energieblockaden gelöst werden.

Gerade für ältere Menschen ist es wichtig, aktiv mitzuwirken, um die Gesundheit zu erhalten. Wenn Sie interessiert sind, freuen wir uns über Ihre Anmeldung.

Wenn Sie dabei sind bringen Sie eine Decke und warme Socken mit.

Anleiterin
Annemarie Kottmair, Qigong-Lehrerein

Eine Spende von 5,- € als
Unkostenbeitrag ist erwünscht.



Bild von Arek Socha auf Pixabay

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch – gerne auch auf den AB) **ist auf Grund der begrenzten Teilnehmeranzahl dringend erforderlich.**

Bei erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie eine verbindliche Bestätigung.

Fahrgelegenheit

Zum Besuch von Veranstaltungen vermittelt Ihnen das Seniorenbüro auf Anfrage gerne eine Fahrgelegenheit.

Tel. Nr.: 08271 8141-730

Mail: seniorenbuero-meitingen@augzburg-asb.de



Angebote von Gruppen und Schulungen am Fiakerpark

Ganzheitliches Gedächtnistraining (GG) - Schnupperstunde für ein Gruppenangebot

Eine Kooperationsveranstaltung des Seniorenbüros Meitingen mit dem Katholischen Deutschen Frauenbund Meitingen und Herbersthofen/ Erlingen – KDFB

Mittwoch, den 08.02.2023 von 09.30 bis 11.00 Uhr

Mit der Schnupperstunde zum Gedächtnistraining startet ein kreatives Gruppenangebot zur Ertüchtigung Ihrer Koordinations- und Gedächtnisleistung. Fern von Stress und Leistungsdruck trainieren Sie Ihr Konzentrations-, Erinnerungs- und Bewegungsvermögen.

Das abwechslungsreiche Angebot bezieht Körper, Geist und Seele gleichermaßen mit ein und hilft Ihnen auf unterhaltsame Weise, länger fit und selbständig zu bleiben.

Das anschließende Gruppenangebot findet immer mittwochs von 9:30 bis 11:00 Uhr in der Begegnungsstätte statt und umfasst 6 Einheiten à 90 Minuten – für insgesamt 30,-€

Gedächtnistrainerin:
Emma Laxgang

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmeranzahl erforderlich.

Unterstützung beim Umgang mit Smartphone und iPhone – Grundlagen für Einsteiger – Aufbau für Fortgeschrittene

14-tägig – Dienstag von 16.00 bis 17.00 Uhr – für Einsteiger

14-tägig – Dienstag von 17.00 bis 18.00 Uhr – für Fortgeschrittene

Beginn: 07.02.2023 – Kurs mit 6 Terminen

Viele Seniorinnen und Senioren besitzen ein Gerät ohne eine grundlegende Einführung erfahren zu haben – oder sie haben sich bereits Kenntnisse angeeignet und möchten diese vertiefen.

Als Einsteiger im Umgang mit diesen modernen Kommunikationsmedien lernen Sie Ihr Gerät auf sehr einfache und verständliche Weise kennen. Als Nutzer mit Erfahrung erweitern Sie Ihr Wissen und erfahren neue Möglichkeiten im Umgang mit den Medien.

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro ist erforderlich.

Anmeldung bei einigen Angeboten erforderlich

siehe Ankündigungen

Sie können sich in diesem Fall persönlich, telefonisch, per Post, per Fax oder E-Mail beim Seniorenbüro Meitingen anmelden.

Gerne können Sie hierfür das beiliegende Anmeldeformular verwenden oder außerhalb der Sprechzeiten einfach auf den Anrufbeantworter sprechen.

Kontakt

Jens Tietböhl, Dipl.Soz.Päd. (FH)

Seniorenbüro Meitingen

Schulweg 6, 86405 Meitingen

Tel.: 08271 8141 730, Fax: 08271 8141 738

E-Mail: seniorenbuero-meitingen@augzburg-asb.de

Sprechzeiten:

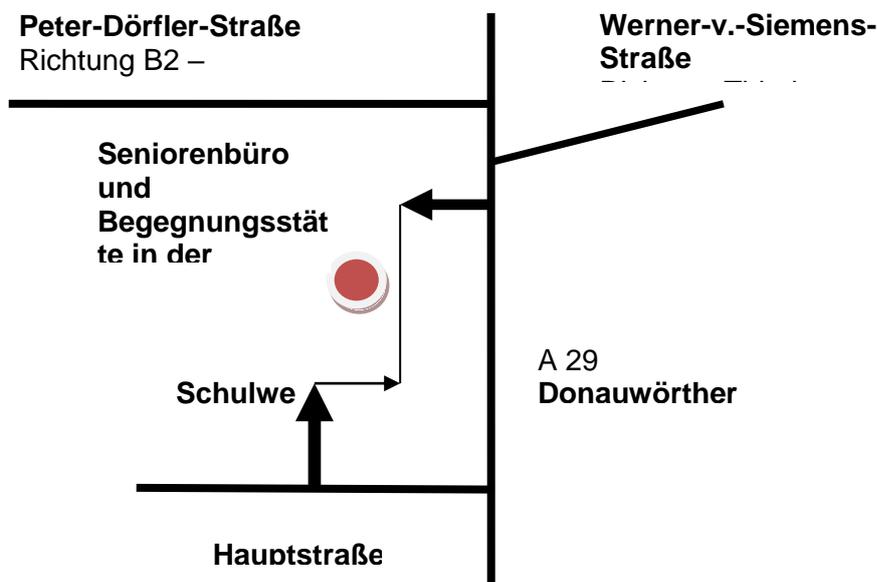
Montag: 16.00 bis 18.00 Uhr

Dienstag: 14.00 bis 16.00 Uhr

Donnerstag: 15.00 bis 17.00 Uhr
oder nach Vereinbarung

Veranstaltungsort:

Begegnungsstätte am Fiakerpark, Schulweg 6, 86405 Meitingen





SENIORENBÜRO MEITINGEN

Gemeinsam über Generationen

Schulweg 6, 86405 Meitingen,
Telefon: 08271 8141 730,
Telefax: 08271 8141 738
E-Mail: seniorenbuero-meitingen@augzburg-asb.de

Anmeldung für Veranstaltung

(verbindliche Anmeldungen sind bei bestimmten Veranstaltungen erforderlich – siehe Ankündigung)

Veranstaltung Nr.	
Datum der Veranstaltung:	
Name, Vorname:	
Anschrift	
Tel.Nr.:	
E-Mail (wenn vorhanden):	
Datum, Unterschrift:	

Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung
des Marktes Meitingen

Betreiber des Seniorenbüros ist der ASB Augsburg
im Auftrag der Marktgemeinde Meitingen



