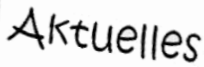


Infobrief Fachstelle Senioren

Gut informiert älter werden im Landkreis Passau

Infobrief 11/2023



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.
- Leben ohne Internet – geht's noch?
Den Ergebnisbericht der BAGSO zu „Leben ohne Internet – geht's noch“ finden Sie im Anhang des Infobriefes.
Rund sieben Millionen Menschen, die über 60 Jahre und älter sind, nutzen in Deutschland das Internet nicht. Ältere Frauen haben seltener Zugang zum Internet als ältere Männer, ebenso Ältere mit geringem Einkommen. Menschen in Pflegeeinrichtungen haben oft nicht die technischen Voraussetzungen, um an der digitalen Welt teilnehmen zu können.

Allgemeines

- **WOHNEN IM ALTER Online-Seminar am 23.11.2023 von 15.00 bis 16.30 Uhr – Seniorenakademie Bayern**
Ehrenamtliche unterstützen Seniorinnen und Senioren dabei, selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben. Sie beraten über Möglichkeiten, wie möglichst lange die selbstbestimmte und autarke Gestaltung des Alltags in den eigenen vier Wänden realisierbar ist. Indem Ehrenamtliche über diese Aspekte informiert sind, können sie den Seniorinnen und Senioren gezielte Unterstützung und Beratung beim Thema Wohnen im Alter bieten und sie dabei unterstützen, eine geeignete und an ihre Bedürfnisse angepasste Wohnsituation zu finden.
- Inhalte
Die gewohnte Umgebung verspricht Geborgenheit und lässt Erinnerungen lebendig bleiben, ältere Menschen möchten ihre vertraute Umgebung nicht verlassen und suchen nach Möglichkeiten, wie sie möglichst lange selbstbestimmt und autark ihren Alltag gestalten können.
Das Seminar behandelt folgende Themen:
 - Barrierefreiheit
 - Wohnen zu Hause
 - Wohnen zu Hause bei Bedarf mit ausgewählten Pflegeleistungen
 - Betreutes Wohnen in einer Seniorenresidenz
 - Senioren-Wohngemeinschaft
 - Unterstützungssysteme, z.B. Beratungsstellen, Sozialdienste
 - Soziale und psychologische Aspekte

Dieses kostenlose Seminar findet in MS Teams statt.

Anmeldung unter folgendem Link:

<https://www.seniorenakademie.bayern/seminare/schwerpunkt-wohnen>

Weitere OnlineSeminare:

07.12.2023, 15:00 – 16:30 Uhr, MS-Teams

Thema: Umgang mit demenziellen und psychischen Einschränkungen von Seniorinnen und Senioren innerhalb des Ehrenamts

www.seniorenakademie.bayern

- **Digitaler Kinogenuss mit Gästen aus der Filmwelt**

Eine völlig neue Art, um das Kino bequem von Zuhause aus zu erleben!

Für den Herbst und Winter haben wir sieben packende Filme ausgewählt, die faszinierende Einblicke in die Lebensphase des Älterwerdens bieten.

Mit einem kostenfreien Ticketlink können diese Filme in der eigenen Umgebung geschaut werden.

Registrierung für Wunschfilme: Interessierte melden sich online, per E-Mail oder telefonisch für die gewünschten Filme an.

Versand eines exklusiven, kostenfreien Film-Links: Einige Tage vor dem Online-Termin verschicken wir einen exklusiven und kostenfreien Link, der ein bequemes Filmerlebnis von Zuhause aus ermöglicht.

Notieren von Fragen und Gedanken: Wir empfehlen, im Voraus Fragen, Gedanken und Lieblingsszenen festzuhalten.

Live-Diskussion in Zoom: Die Live-Diskussion findet in Zoom statt.

Einziger Austausch: Wir erleben gemeinsam als Publikum einen einzigartigen Austausch mit den Filmschaffenden und spannenden Diskussionsgästen.

Mit einem Klick auf den Film kommen Sie zur Veranstaltungsseite.

Dort können Sie sich für ein Onlineticket digital registrieren

oder Sie schreiben uns eine E-Mail an: dialog@alterngestalten.de

<https://www.alterngestalten.de/filmreihe/>

- **Neues Beratungsformat für Menschen, die direkt oder indirekt von Demenz betroffen sind**

Online-Demenzsprechstunde „Frag nach Demenz“

Mit der Online-Demenzsprechstunde „Frag nach Demenz“ schafft die gemeinnützige Organisation Desideria ein neues Beratungsangebot: rund um die Uhr, kostenlos und anonym. Ein interdisziplinäres Experten-Team berät individuell per Mail- und Live-Chat. Die Beratungsplattform ist ab Montag, 30. Oktober 2023, unter www.frag-nach-demenz.de zugänglich.

Ziel der kostenfreien Beratung per E-Mail- und Live-Chat "Frag nach Demenz" ist eine erste, niederschwellige Hilfestellung zu bieten, Ratsuchende zu stärken. Sie zu motivieren, sich mit der Krankheit aktiv auseinanderzusetzen. Ihnen relevantes Wissen zu vermitteln. Sie an die bestehenden Beratungs- und Versorgungsangebote weiter zu vermitteln. Das heißt auch, auf die Wichtigkeit einer differenzierten Diagnostik außerhalb des hausärztlichen Settings hinzuweisen und nächste sinnvolle Schritte zur Betreuung und Versorgung des Menschen mit Demenz aufzuzeigen.

- **digiDEM Bayern – Digitale Angebote für Menschen mit Gedächtnisbeeinträchtigungen und ihre An- und Zugehörigen**

Das wichtigste Ziel von digiDEM Bayern ist es, die Lebenssituation von Menschen mit Gedächtnisbeeinträchtigungen und Demenz und ihren pflegenden An- und Zugehörigen zu verbessern. Dazu stellt DigiDEM Bayern digitale Angebote zur Unterstützung im Alltag bereit. Die Angebote finden Sie unter:

<https://digidem-bayern.de/digitale-angebote/>

- **Infoveranstaltung zu Enkeltrick, Cyberkriminalität und Betrüger an der Haustüre am 23. November 2023 um 14.00 Uhr im Gasthaus Habereeder in Tittling**

Herr Kriminalhauptkommissar Robert Stadler von der kriminalpolizeilichen Beratungsstelle klärt alle interessierten Bürgerinnen und Bürger über diese Machenschaften auf.

Nähere Auskünfte erhalten Sie bei der Seniorenbeauftragten des Marktes Tittling Irmgard Hain, Tel. 08504/3530

- **„Letzte-Hilfe-Kurs“ - Für eine würdevolle Begleitung am Lebensende am 22.11.2023**

Von 16.00 - 20.00 Uhr in Bad Füssing, Pfarrsaal, Rathausstraße 10

Kosten 15,00 Euro

Mitveranstalter: Pfarrverband und Kurseelsorge Bad Füssing, Hospizverein Passau

Wenn ein Mensch einen anderen Menschen in schwerer Krankheit oder am Lebensende begleitet, entwickeln sich häufig Unsicherheiten, Fragen oder auch Ängste. Wichtiges Wissen über das Sterben sind in den letzten Jahrzehnten etwas verloren gegangen. Wenn ein Menschenleben endet, stehen Betroffene oftmals unvorbereitet und hilflos daneben. Gerade in diesen Situationen sind menschliche Nähe und Unterstützung notwendig.

Der Kurs soll ein Grundlagenwissen zu einer würdevollen Begleitung vermitteln, – damit sich Menschen die Betreuung eines sterbenden An – oder Zugehörigen zu Hause oder im Pflegeheim zutrauen, – denn Letzte Hilfe lässt sich erlernen.

Referentinnen Evelyn Bötsch, Eva Weig, Claudia Warmuth und Juscha Stuber-Kranixfeld

Anmeldung unter Tel. 0851/200 947 90 oder info@hospizverein-passau.de

Tipps für aktive Seniorinnen und Senioren

- **vhs Seniorenprogramm Dezember 2023**

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 Dezember 2023 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 November 2023**

Aktuelles Programm November 2023 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

- **Donnerstagsprogramm für Seniorinnen und Senioren im Das Pockinger, Am Stadtplatz 2, 94060 Pocking**

10.00 – 11.00 Uhr Bewegung nach Musik
14.00 – 16.00 Uhr Stricken und Häkeln
14.00 – 15.00 Uhr Einsteigerkurs Handy
15.00 – 16.00 Uhr Einsteigerkurs Laptop
16.00 – 18.00 Uhr DiGiTreff
18.30 Uhr jeweils andere Vorträge

Weitere Informationen erhalten Sie bei der Seniorenbeauftragten, Gerlinde Kaupa, Tel. 0160/8330822 oder kaupa@t-online.de

- **Seniorenkino: Stadt Vilshofen an der Donau und Pfarr-Caritas Vilshofen präsentieren in der Alten Kirche Pleinting, Hauptstr. 34 am Montag, den 11. Dez. um 14:30 Uhr und**

im Veranstaltungsraum Bürg 35-37
am Dienstag, den 12. Dez. 2023 um 14:00 Uhr
einen Weihnachtsfilm für die ganze Familie.
Filmlänge: ca. 90 min.

Kaffee und Kuchen (3,50 Euro in der Alten Kirche) bereits ab 13:30 Uhr / im Bürg-Raum keine

Bewirtung. Tel. Anmeldung unter 08541 – 208105 erbeten / Zugänge jeweils barrierefrei bzw. behindertengerecht.

Termine

02.11.2023
Jeden Donnerstag von 15.00 – 16.30 Uhr

Tanz mit, bleib fit –
Tanzvergnügen 60plus

Salzweg, Vereinsheim d. Trachtenvereins,
Passauer Str. 13a

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.



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

02.11.2023
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 Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder Email: rabsohio@t-online.de kontaktieren.

02.11.2023
16.00- 18.00 Uhr
Jeden Donnerstag



Der neue Veranstaltungsort wird in der
Presse mitgeteilt

DigiTreff Pocking

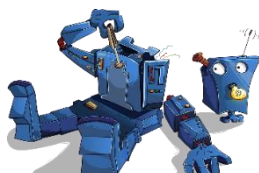
Online sein ermöglicht mehr gesellschaftliche Teilnahme und Unabhängigkeit, deshalb ist digitale Teilhabe in vielen Bereichen für Bürger und Bürgerinnen jeden Alters eine Bereicherung. Unterhaltung im Netz, Bankgeschäfte online und mobil, Gesundheit im Netz, bestellen und bezahlen, Fahrkarten buchen 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

04.11.2023
18.11.2023
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.

08.11.2023
13.45 – 14.30 Uhr
14.45 – 15.30 Uhr
Jeden Mittwoch

Seniorgymnastik
Aldersbach



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

08.11.2023
Ab 10.00 Uhr
Jeden Mittwoch

Offener
generationsübergreifender
Mittwoch's Treff

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

14.11.2023
15.00 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.

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



**LANDKREIS
PASSAU
FACHSTELLE SENIOREN**