

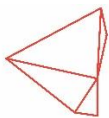
SENIORENBÜRO
MARKT MEITINGEN

Veranstaltungen am Fiakerpark Herbst/ Winter 2024



Fotoquelle: Bild von Pixabay

Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung
des Marktes Meitingen



MARKT MEITINGEN

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



Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Augsburg e.V.

Veranstaltungsüberblick – Herbst/ Winter 2024

Offene Treffpunkte

Café Frohsinn - **jeden zweiten Montag von 14.00 bis 17.00 Uhr**

Kreativ-Nachmittag - **jeden zweiten Montag von 15.00 bis 17.00 Uhr**

Spiele-Treff - **jeden Donnerstag von 13.00 bis 17.00 Uhr**

„Meitinger Strickeria“ - **jeden Mittwoch von 14.00 bis 17.00 Uhr**

Schafkopf - **jeden zweiten Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr**

Schach-Treff - **jeden zweiten Freitag von 17.00 bis 19.00 Uhr**

Repair-Café – **Freitag, den 13. September von 15.00 bis 17.00 Uhr**

Veranstaltungen

Filmcafé

am zweiten Mittwoch und Donnerstag im Monat – im Cineplex

Kinoveranstaltung zum Welthospiztag 2024 - in Meitingen

Samstag, den 12.10.2024 ab 10.00 Uhr im Cineplex-Kino

Meitinger Strickeria -Tag der offenen Tür

Mittwoch, den 16.10.2024 von 13.30 bis 16.30 Uhr

Erste-Hilfe-Kompakt-Seminar für Senioren

Donnerstag, den 14.11.2024 von 17.00 bis 19.00 Uhr

Fit und gesund – Gesunde Ernährung im Alter

Donnerstag, den 28.11.2024 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Gut begleitet und versorgt – bis zuletzt

Donnerstag, den 12.12.2024 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Hoigarta und Harfenklänge

Donnerstag, den 19.12.2024 – von 14.00 bis 15.30 Uhr

Gruppen, Kurse und Schulungen

Gruppe - Senioren mit besonderen Herausforderungen **14-tägig Donnerstag**

Geschichtswerkstatt - **jeden ersten Montag/Monat von 17.30 bis 19.00 Uhr**

Nordic Walking Treff – **jeden Montag ab 10.00 Uhr**

Qigong Kurs für Senioren – **jeden Montag von 10.00 bis 11.00 Uhr**

Old & Young Handy-Fun - **nach Vereinbarung**

Sehr geehrte Damen und Herren,

unter dem Motto „Gemeinsam über Generationen“ stellt das Seniorenbüro Meitingen das Veranstaltungsprogramm für das letzte Quartal 2024 vor. Auch im vierten Quartal gibt es wieder ein umfangreiches Angebot. Hierzu gehören interessante Vorträge, insbesondere zum Thema „Gesunde Ernährung“ oder „Gut begleitet bis zuletzt“, aber auch ein Erste-Hilfe-Kompakt-Seminar. Zum Welthospiztag laden wir mit Info-Ständen und einem Film ins Cineplex ein. In der Weihnachtszeit steht mit „Hoigarta und Harfenklänge“ wieder ein kultureller Abend auf dem Programm.

Alle Veranstaltungen, die besonders für pflegende Angehörige geeignet sind, werden extra ausgewiesen.

Zu den Gruppenangeboten gehört neben Qigong, der Smartphone-Schulung „Old & Young Handy-Fun“, dem Nordic Walking Treff und der Gruppe für Senioren mit besonderen Herausforderungen auch die neue Initiative der Meitinger Geschichtswerkstatt.

Die häufig nachgefragte Veranstaltung zur „Erstellung von Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung“ wird erst wieder im Januar angeboten. Das Cineplex-Kino präsentiert im Rahmen des „Filmcafés“ wieder drei wunderbare Filme mit vorherigem Kaffee und Kuchen an. Aufgrund der hohen Nachfrage werden die Filmcafé-Veranstaltungen auch am Folgetag wiederholt, sofern kein Feiertag dazwischenkommt.

Es gibt wie immer eine Vielzahl an offenen Treffpunkten. Hierzu gehören das „Café Frohsinn“, der „Kreativ-Nachmittag“, der „Spiele-Treff“, das „Repair-Café“ sowie die „Schafkopf-Runde“ und der „Schach-Treff“. Außerdem finden Sie in der Begegnungsstätte die „Meitinger Strickeria“ als offenen Treff zum Stricken für den guten Zweck. Die Strickeria veranstaltet einen Tag der offenen Tür und lädt herzlich zum Vorbeikommen ein.

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: JensTietböhl

Anlaufstelle für Senioren – ein Angebot des Seniorenbüros

Das Seniorenbüro Meitingen ist mit dem neuen Beratungsangebot der Anlaufstelle breiter aufgestellt worden. Ältere Menschen und Angehörige können sich mit ihren Anliegen zu Pflgethemen, bei Unterstützungsbedarf, helfendem Engagement und zu Begegnungsangeboten an das Seniorenbüro wenden. Die Anlauf- und Beratungsstelle wird vom Landratsamt Augsburg als Pilotprojekt für den Markt Meitingen, den Markt Biberbach und die Mitgliedsgemeinden der VG Nordendorf gefördert. Als zusätzliche Fachkraft des Seniorenbüros kümmert sich die erfahrene Sozialpädagogin, Corina Hock-Bronnhuber um die entsprechenden Anliegen. Sie gehört neben Jens Tietböhl und Christoph Stadler zum Arbeiter-Samariter-Bund Augsburg, der das Seniorenbüro im Auftrag der Marktgemeinde betreibt.

Kontakt:

**Seniorenbüro Meitingen
Dezentrale Anlaufstelle für Senioren
Corina Hock-Bronnhuber**

Tel.: 08271 8141 - 730

E-Mail: seniorenbuero-anlaufstelle@augsburg-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 für „Ambulante Krankenpflege 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 14.00 bis 17.00 Uhr

**Kommende Termine: 28. Oktober, 11. und 25. November,
9. Dezember 2024**

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 und Plaudern in geselliger Runde verbringen, leckeren selbst gebackenen Kuchen genießen, neue Ideen einbringen, einfach dabei sein - das ist unser Café Frohsinn. Kommen Sie ohne Anmeldung einfach vorbei, wir freuen uns auf Sie.



Foto: Patrizia Lofner

Tauschring Schmuttertal – Repair-Café

Einmal pro Quartal – an einem Freitag von 15.00 bis 17.00 Uhr

**im AWO-Raum unter der Dr.-Max-Josef-Metzger-Halle
(ehemals „Gemeindehalle“), Werner-von-Siemensstr. 2., Meitingen**

Kommender Termin: 13. Dezember 2024

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: 7., und 21. Oktober, 4. und 18. November,
2. und 16. Dezember 2024**

Der Nachmittag ist ein offenes Angebot für alle Interessierten, die Lust auf Handarbeiten und Bastelarbeiten haben – wir treffen uns zum Stricken, Häkeln, Sticken oder Malen. Dazu ist Unterhaltung angesagt. Meistens gibt es auch Selbstgebackenes und Kaffee.

Auch Tee und Sprudelwasser wird gereicht.

Eigene angefangene Sachen können gerne mitgebracht werden, um daran in geselliger Runde weiterzuarbeiten.

Die fertigen Produkte können evtl. fotografiert oder als Anschauungsprojekte dienen und gezeigt werden.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



Spiele-Treff in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden Donnerstag von 13.00 bis 17.00 Uhr

**Kommende Termine: 10., 17., 24. und 31. Oktober, 7., 14., 21. und 28.
November, 5., 12. und 19. Dezember 2024**

Seit vielen Jahren ist der offene Spiele-Treff ein sehr beliebtes und gern besuchtes 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 haben noch Platz und freuen uns über neue Mitspieler – einfach vorbeikommen.



Foto: Patrizia Lofner

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 sowie im Seniorenbüro erhältlich.



„Meitinger Strickeria“ in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden Mittwoch von 14.00 bis 17.00 Uhr

Kommende Termine: 2., 9., 16. 23. und 30. Oktober., 6., 13., 20. und 27. November, 4. und 11. Dezember 2024

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 zweiten Freitag – 14-tägig - von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr

Kommende Termine: 4. und 18 Oktober, 8. und 22. November, 6. und 13. Dezember 2024

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 – 14-tägig - von 14.00 bis 17.00 Uhr

**Kommende Termine: 4. und 18. Oktober, 8. und 22. November,
6. und 13. Dezember 2024**

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, das 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: Patrizia Lofner

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

Veranstaltungen der vhs Augsburg Land e.V.

Die vhs Augsburg Land e.V. bietet eine große Auswahl vieler Veranstaltungen an, von denen rund 40 Angebote auch Seniorinnen und Senioren ansprechen - von Sprachkursen über Gymnastik und Yoga bis hin zum Kreativ- und Kulturbereich. Beispiele hierfür im dritten Quartal 2024:

- **Wirbelsäulengymnastik mit Entspannung** **12x ab 2.10.24, wöchentlich 18.15 – 19.00 Uhr**
- **Kalligraphie – Karolinger Muskel** **19.10.24, 10.00 - 15.00 Uhr**
- **Meditative Kreistänze** **6 x ab 6.11.24, wöchentlich, 20.00 - 21.30 Uhr**
- **Vorweggenommene Erbfolge - Fluch oder Segen?** **5.12.24, 19.00 – 21.15 Uhr**

Kontakt und Anmeldungen über:

Tel.: 08271 819947 (bitte sprechen Sie auf den Anrufbeantworter, wenn das Büro nicht besetzt ist)

E-Mail: meitingen@vhs-augsburger-land.de



Veranstaltungen

Filmcafé im Cineplex - mit Kaffee und Kuchen

Das besondere Kinoerlebnis für Senioren!

Am zweiten Mittwoch und jetzt auch Donnerstag im Monat
im Cineplex Meitingen, Donauwörther Str. 53 – im Kino 2

Termine: 9.10. + 10.10, 13.11. + 14.11., 11. + 12.12.2024
Einlass: 14.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
Filmbeginn: 15.00 Uhr

Eintrittspreis: ab 10 € (Parkett), *inkl. Kaffee und Kuchen* / Online: 9 €

Das Cineplex Meitingen bietet in Kooperation mit dem Seniorenbüro das regional einmalige und oft gewünschte „**Filmcafé**“, an.

Am zweiten Mittwoch und Donnerstag 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.

9.10. + 10.10.
„Zwei zu Eins“

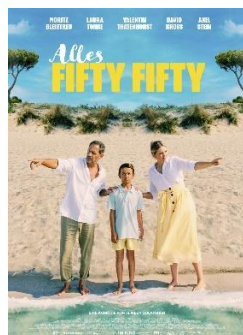
Robert, Volker und Maren sind beste Freunde und leben in Halberstadt. Eines Tages im Juli 1990 entdecken sie, dass in ihrer Nähe die Millionen der ehemaligen DDR eingelagert wurden.

13.11. + 14.11.
„Alles Fifty Fifty“

Marion und Andi sind geschieden und teilen sich die Erziehung ihres Sohnes. Sie beschließen, einen gemeinsamen Urlaub in Italien zu verbringen. Dort kommen sie sich wieder näher.

11.12. + 12.12.
„Der Buchspazierer“

Der Buchhändler Carl Kollhoff schlägt jeden Tag Bücher in Papier ein, um sie seinen treuen Kunden nach Hause zu bringen. Dann heftet sich die neunjährige Schascha an seine Fersen.



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

Kinoveranstaltung zum Welthospiztag 2024 - in Meitingen

Samstag, den 12.10.2024 ab 10.00 Uhr im Cineplex-Kino

Der Hospizdienst Meitingen, das Bayerische Rote Kreuz (BRK) und das Seniorenbüro laden in Kooperation mit dem Cineplex-Kino herzlich zum Welthospiztag ein. An diesem besonderen Tag steht die Sensibilisierung für die Hospizarbeit im Mittelpunkt, um die Bedeutung von Würde und Fürsorge am Lebensende zu unterstreichen.

Programm:

Ab 10:00 Uhr: Informationsstände der Partnerorganisationen über die vielfältigen Angebote und Unterstützungsleistungen

Um 11:00 Uhr beginnt die exklusive Filmvorführung des preisgekrönten Films "IVO" von Eva Trobisch. Der Film bietet eine einfühlsame und kraftvolle Auseinandersetzung mit den Themen Verlust und Abschied und regt zur Reflexion über das Leben und das Sterben an.

**Eintritt: 5 € Onlinepreis
(zzgl. Sitzkategorie-Aufschlag).**

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und darauf, gemeinsam mit Ihnen einen bedeutungsvollen Tag zu gestalten.



Angebote für Telefongespräche

Wenn Sie Gesprächsbedarf haben und dafür ein Gegenüber suchen, haben Sie die Möglichkeit sich an folgende kostenlose Anbieter zu wenden:



Telefonseelsorge: rund um die Uhr erreichbar und vertraulich -
Telefonnummer: 0800 111 0 -111 oder 0800 111 0 -222

„Telefon Engel“: Der Verein Retla vermittelt älteren, einsamen Menschen ehrenamtliche Telefon-Partnerinnen und -partner,
Telefonnummer der Vermittlungsstelle: **0891 8910 026**,
Montag bis Freitag von 10.00 bis 18.00 Uhr

Veranstaltung 2

„Meitinger Strickeria“ Tag der offenen Tür - mit Sockenverkauf

Mittwoch, den 16.10.2024 von 13.30 bis 16.30 Uhr



Nach dem Motto: „Gemeinsam stricken und Freude bereiten“ stellt die Initiative seit sieben Jahren unzählige Socken, Mützen, Schals und andere Sachen für bedürftige Menschen her.

Am Tag der offenen Tür erhalten Sie einen Eindruck von den angefertigten Stricksachen, die in hoher Qualität und in großen Mengen hergestellt wurden, um bedürftigen Empfängern große Freude zu bereiten.

Außerdem verkaufen wir an dem Tag auch Socken für den guten Zweck.

Schauen Sie vorbei, lernen Sie die Initiative und ihre Produkte bei einer Tasse Kaffee kennen - wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Veranstaltungshinweis

Tanzcafé in Meitingen

Sonntag, den 20.10.2024 von 15.00 bis 18.00 Uhr
(Einlass ab 14.30 Uhr)

in der Dr.-Max-Josef-Metzger-Halle
(früher Gemeindehalle, Werner-von-Siemens-Straße 2)

Eintritt: 5,-€ - Für Kaffee und Kuchen wird gesorgt.

Die Tanzsportabteilung des TSV Meitingen lädt auch dieses Jahr wieder zum Tanzcafé ein. Für Alle, die Lust zum Tanzen haben wird ein stimmungsvoller Nachmittag mit Live-Musik geboten. Lustvoll und tanzbar bietet die Band des Reservistenmusikzugs Nordschwaben „König Ludwig“ eine musikalische Reise durch die Jahrzehnte.

Die Veranstaltung wird unterstützt vom Quartiersbüro Meitingen.

Teilnahme nur über Platzreservierung

- per E-Mail: info@tanzsportabteilung-meitingen.de
- Online übers Quartiersbüro Meitingen – siehe QR-Code:



Veranstaltung 3



Tipp für pflegende Angehörige

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

Donnerstag, den 14.11.2024 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



Fahrgelegenheit

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

Tel. Nr.: 08271 8141-730

Mail: seniorenbuero-meitingen@augsborg-asb.de



Veranstaltung 4

Fit und gesund – Gesunde Ernährung im Alter

Vortragsveranstaltung mit der AOK Augsburg

Donnerstag, den 28.11.2024 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 Begleiterscheinungen 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.

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



Tipp für pflegende Angehörige

„Gut begleitet und versorgt – bis zuletzt“

Donnerstag, den 12.12.2024 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Es fällt uns schwer, uns mit der eigenen letzten Lebensphase auseinanderzusetzen. Vorstellungen fehlen, Ängste lähmen und als Ausweg bleibt der oft geäußerte Wunsch und die Hoffnung, friedlich im Schlaf zu versterben.

Wie aber wollen wir begleitet und versorgt sein, wenn es doch anders kommt? Welche Möglichkeiten gibt es überhaupt? Und an wen kann ich mich wenden?

In der Region Augsburg haben sich bereits über 60 Organisationen und Dienste dem gemeinnützigen Verein Augsburger Hospiz- und Palliativversorgung e.V. angeschlossen. Gemeinsam bilden sie ein sich ergänzendes Netz an Versorgungs- und Unterstützungsangeboten für schwerkranke und sterbende Menschen und deren Angehörige.

Im Rahmen der Veranstaltung erfahren Sie, wer involviert ist, was Hospiz- und Palliativversorgung ist und macht, wie Sie sich und ihr Umfeld vorbereiten können und wo Sie Information und Unterstützung erhalten.

Referenten:

**Christine Fricke und Daniel Felber,
Koordination der Hospiz- und
Palliativnetzwerke Region Augsburg**



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

Ankündigung

Der nächste Vortrag zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung mit dem Angebot zur Beglaubigung findet wieder am 16.01.2025 (17.30 bis 19.00 Uhr) statt.

Erklärt wird Ihnen, was eine Patientenverfügung und eine Vorsorgevollmacht genau ist, wie die rechtlichen Rahmenbedingungen hierfür aussehen und wieso Sie die Dokumente brauchen.

Für diese Veranstaltung ist eine Anmeldung beim Seniorenbüro erforderlich.



Veranstaltung 6

„Hoigarta und Harfenklänge“ – musikalisch eingerahmte Geschichten und Gedichte in schwäbischer Mundart

Donnerstag, den 19.12.2024 von 14.00 bis 15.30 Uhr

„Hoigarta“ heißt übersetzt „Heimgarten“ und bedeutet „Treffpunkt“ oder „Schwätzchen halten“. Unter diesem Titel findet eine vorweihnachtliche Lesung in altschwäbischer Mundart statt.

Heinrich Schilling trägt uns auch in diesem Jahr wieder Gedichte und Erzählungen in diesem Dialekt vor.

Die Geschichten sind aus dem Leben gegriffen – mal heiter und lustig, mal tief Sinnig und nachdenklich. Auch Besinnliches wird vorgetragen – dabei geht es neben historischen Zeitgeschehen auch um aktuelle Texte.

Die literarischen Häppchen werden in heimeliger Klangsprache auf beherzte Weise vorgetragen. Diesen Anspruch hat der Vortragende, der als alteingesessener Bürger dieser Region mit Leib und Seele ein Schwabe ist. Viele Menschen hat er mit seiner altschwäbischen Erzählkunst bereits begeistert.

Zwischen den literarischen Darbietungen lauschen wir den schönen, zarten Klängen der **Meitinger Veeh-Harfenensemble „Saitenspiel“**.

Vortragender:

Heinrich Schilling, Hobby-Sammler und Erzähler von altschwäbischen Geschichten und Gedichten



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

Homepage: www.hospizdienst-meitingen.de

Sprechzeiten im Seniorenbüro: Mittwoch von 10.30 bis 12.30 Uhr



Angebote von Gruppen und Schulungen

Gruppenangebot für Senioren mit besonderen Herausforderungen

Diakonie 
Augsburg

Das Angebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren, die unter körperlichen und psychischen Erkrankungen leiden.

Jeden zweiten Donnerstag von 10.30 bis 12.00 Uhr

Kommende Termine: 17. und 24. Oktober, 7. und 28. November, 5. und 19. Dezember 2024

Das Alter bringt neben den Reichtümern und Schätzen des Lebens leider auch Erfahrungen von Krankheit, Verlust und Einsamkeit mit sich. Da das Älterwerden als Lebensphase eine Vielfalt an persönlichen Erfahrungen beherbergt, braucht es Inseln des Austausches.

Diese angeleitete und moderierte Gruppe möchte zu einer **Entlastung** und **Stabilisierung** im Alltag beitragen - durch:

- geistige Impulse im Umgang mit eigenen Gedanken und Gefühlen
- körperlich meditative Impulse um zu entspannen
- Austausch und Gespräche

Hier bieten wir Ihnen einen geschützten Ort zum Sprechen an.

Gruppenleitung: Bernd Bönsch
Sozialpsychiatrischer Dienst, Diakonie Augsburg

Anmeldung über das Seniorenbüro oder die Diakonie Augsburg, Tel.: 0821 45019 – 3311, spdi-augsburg@diakonie-augsburg.de (schriftlich, persönlich oder telefonisch)



Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben

⇒ *Tipp für pflegende Angehörige*

Beratung und virtuelle Informationsabende

Das Programm für die kostenlosen Online-Veranstaltungen der Fachstelle finden Sie unter: <https://www.demenz-pflege-schwaben.de>

Kontakt:

Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben

Mail: info@demenz-pflege-schwaben.de, Tel.: 0831 697143 -18 oder -15

Angebote von Gruppen und Schulungen

Meitinger Geschichtswerkstatt – Materialsichtung, Austausch und Redaktion

**Jeden ersten Montag im Monat von 17.30 bis 19.00 Uhr
in der Begegnungsstätte – Schulweg 6**

Die Geschichtswerkstatt ist offen für alle, die Lust auf Information und Austausch zur Meitinger Geschichte haben. Insbesondere freuen wir uns über Interessierte, die sich an der Recherche, Aufbereitung, Archivierung und Texterstellung mit beteiligen möchten.

Unser Ziel ist ein regelmäßig stattfindender offener Treffpunkt, bei dem wir interessante Geschichten aus der Meitinger Historie je nach Lust und Laune aufgreifen, als Lektüre aufbereiten und gemeinsam veröffentlichen.

Aktuell beschäftigen wir uns mit dem Thema „Verkehr“, das für die Meitinger Geschichte eine zentrale Rolle spielt.

Der Meitinger Hobbychronist Adolf Fischer bringt hierzu eigens gesammeltes Material mit, das uns als Grundlage für Austausch und Geschichtsschreibung dient. Falls Sie historische Geschichten kennen, sowie alte Texte oder Fotos besitzen; bringen Sie diese gerne zum Treffen mit, wir freuen uns über jede Anregung.

Nordic Walking Treff

Nordic Walking ist ein Outdoor-Sport, der gerade auch bei der älteren Generation als ganzjähriger Freizeitsport beliebt ist. Die etwas schnellere Fortbewegung mithilfe von Stöcken stärkt unser Herz-Kreislaufsystem und beansprucht insgesamt 90 Prozent unserer Muskulatur.

Über die Initiative des Seniorenbüros hat sich eine Nordic Walking-Gruppe gebildet, die sich jeden Montag um 10.00 Uhr zum gemeinsamen Walken trifft.

Alle Interessierten, die bereits etwas Erfahrung mitbringen oder schon entsprechende Stöcke besitzen und einmal reinschnuppern möchten, sind herzlich zum Mitmachen eingeladen.

Weitere Informationen erhalten Sie beim Seniorenbüro – einfach melden, wenn Sie Interesse haben mitzumachen - schriftlich, persönlich oder telefonisch – gerne auch auf den Anrufbeantworter



Angebote von Gruppen und Schulungen

„Old & Young Handy-Fun“

Jugendliche unterstützen Senioren am Smartphone

Termin nach Vereinbarung

Das Seniorenbüro betreibt mit dem Jugendzentrum Meitingen ein Kooperationsprojekt zur Unterstützung von Senioren im Umgang mit dem Smartphone.

Dabei kann es um das Kennenlernen der Gerätefunktionen, um die Pflege von persönlichen Kontakten (z.B. über „WhatsApp“), den Umgang mit Fotos und Filmen oder die Nutzung des Internets gehen.

Ziel ist die einfache und verständliche Vermittlung zur Bedienung von Smartphones, indem die junge Generation der älteren Generation zeigt, wie es geht und die Handynutzung mit Spaß und Freude erlernt und vertieft werden kann.

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist erforderlich, um entsprechend planen zu können.

Qigong-Kurs für Senioren

**Montags, wöchentlich von 10.00 bis 11.00 Uhr
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.**



Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch – gerne auch auf den AB) 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 nachfolgende 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:

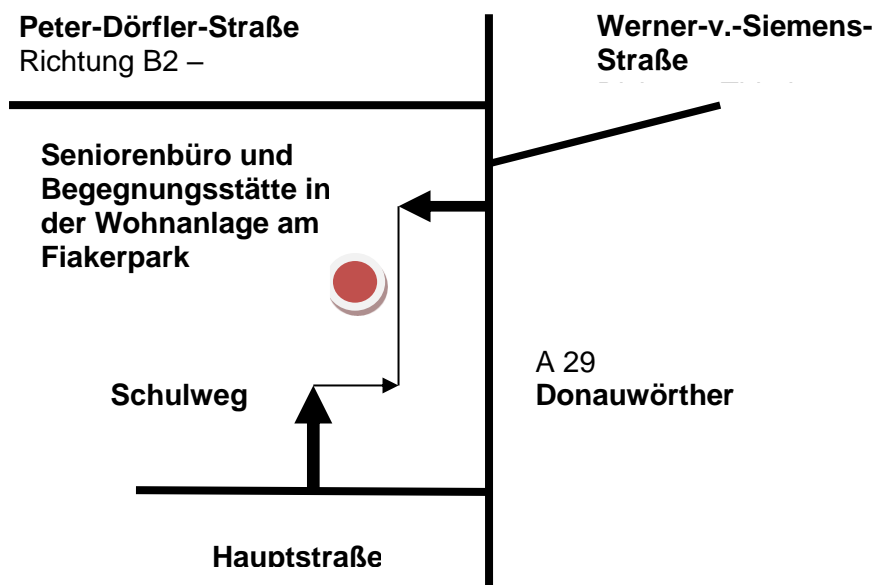
Montag: 16.00 bis 18.00 Uhr

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
MARKT MEITINGEN

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



MARKT MEITINGEN

