



SENIORENBÜRO MEITINGEN

Gemeinsam über Generationen

Veranstaltungen am Fiakerpark Sommer 2024



Fotoquelle: Bild von Pixabay

Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung
des Marktes Meitingen

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



MARKT MEITINGEN



Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Augsburg e.V.

Veranstaltungsüberblick – Sommer 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

Digitale Haushaltshelfer für selbständiges Wohnen im Alter

Donnerstag, den 04.07.2024 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Heilpraktische Ansätze fürs Alter – über die Heilwirkung von Speisepilzen

Donnerstag, den 18.07.2024 – von 17.30 bis 19.00 Uhr

Lesung von Kurzgeschichten und Mundartlyrik

Donnerstag, den 25.07.2024 – von 17.30 bis 18.30 Uhr

Initiativtreffen für Meitinger Kochgruppen

Mittwoch, den 4.09.2024 von 14.00 bis 15.30 Uhr

MEGA - Messestand „Meitingen miteinander“

Samstag, den 7.09 und Sonntag, den 8.09.2024 von 10.00 bis 18.00 Uhr

Erstellung von Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Donnerstag, den 12.09.2024 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Gruppen, Kurse und Schulungen

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

Meitinger Geschichtswerkstatt **Jeden ersten Montag/ Monat 17.30 - 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 Juli bis September 2024 vor. Auch im dritten Quartal gibt es wieder ein umfangreiches Angebot. Hierzu gehören interessante Vorträge, insbesondere zum Thema: „Digitale Haushaltshelfer“ oder „Heilpraktische Ansätze fürs Alter“. Mit einer Lesung von Kurzgeschichten und Mundartlyrik steht auch ein kultureller Abend auf dem Programm. Zudem wird das erste Initiativtreffen für eine Meitinger Kochgruppe stattfinden. Schließlich gehört auch unser Messetand „Meitingen miteinander“ zum Veranstaltungsprogramm.

Alle Veranstaltungen, die besonders für pflegende Angehörige geeignet sind, werden hierfür 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 nun auch die neue Initiative zur Meitinger Geschichtswerkstatt.

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. 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.

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

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-Brunnhuber 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: 8. und 22. Juli, Sommerpause im August,
16. und 30. September 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

Kommender Termin: 13. September 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: 1., und 15. Juli, Sommerpause im August,
9. und 23. September 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: 4., 11., 18. und 25. Juli, Sommerpause im August,
12., 19. und 26. September 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, im Rathaus sowie im Seniorenbüro erhältlich.



„Meitinger Strickeria“ in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr

Kommende Termine: 3., 10., 17., 24. und 31. Juli,
Sommerpause im August,
11., 18. und 25. September 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: 12. und 26 Juli,
Sommerpause im August,
6. und 20. September 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@augsbuerg-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: 12. und 26 Juli,
Sommerpause im August,
6. und 20. September 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, 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: Patrizia Lofner

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

Generationen-Fitness an der frischen Luft **Bewegungsparcours an der Laubenbachpromenade**

Wer sich an der frischen Luft sportlich betätigen möchte, ist beim Bewegungsparcours nördlich des Pouzauges Rings am richtigen Ort. Dort können Interessierte aller Generationen an insgesamt neun Stationen ihre Fitness trainieren. Für alle Übungen, wie Dehnung, Armzug, Beinheber und Stutzspringen sowie Balancieren gibt es Geräte und Tafeln mit ausführlichen Erklärungen. Verschiedene Schwierigkeitsstufen ermöglichen einen raschen Einstieg in jede Übung.

Die Seniorengruppe 70 plus des TSV Herbertshofen hat den Parcours ausprobiert und war sichtlich begeistert.

Schauen Sie doch auch mal vorbei!



Bild: <https://tsvherbertshofen.de/hauptverein/bewegungsparcours-in-meitingen>

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: 10.07. + 11.07, 14.08. + 15.08., 11.09. + 12.09.2024
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 „**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.

10.07. + 11.07.
„Morgen ist auch noch ein Tag“

Im Rom 1946 spielt Delia die Rolle der Ehefrau und Mutter, während ihr Mann das Familienoberhaupt ist. Die Verlobung der ältesten Tochter mit einem Jungen aus der Bourgeoisie sorgt für Aufruhr in der Familie.

14. und 15.08.
„Es sind die kleinen Dinge“

Alice ist Lehrerin und Bürgermeisterin einer 400 Seelen-Gemeinde. Das der 65 jährige Émile bei ihr Lesen und Schreiben lernen möchte sollte nicht lange ihre größte Sorge bleiben ...

11.09. + 12.09.
Film wird noch bekannt gegeben



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

Digitale Haushaltshelfer für selbständiges Wohnen im Alter

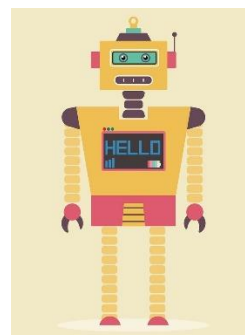
Donnerstag, den 04.07.2024 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Einen universell einsetzbaren Hausroboter gibt es zwar noch nicht; dennoch trägt die digitale Unterstützung bereits viel zum selbstbestimmten Wohnen im Alter bei.

Sehr erfolgreich sind heutzutage zum Beispiel Saug- und Wischroboter im Einsatz. Sprachassistenten mit beweglichen Monitoren sorgen bei der Organisation des Alltags bereits für viel Entlastung. Spezielle Senioren-Tablets sind leicht in der Handhabung und werden für vielfältige Aufgaben des täglichen Lebens genutzt. Hierzu gehören auch der Einsatz von Sicherungssystemen im Haushalt bis zur Eingangsüberwachung.

Im Rahmen des Vortrags erhalten Sie einen Eindruck von der Vielfalt des Einsatzes von künstlicher Intelligenz, die eindrucksvoll zur selbständigen Lebensführung in den eigenen vier Wänden beiträgt.

Referent
Günter Nisseler
Ehrenamtlicher Wohnraumberater
bei der Stadt Augsburg



Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmeranzahl 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 2

Heilpraktische Ansätze fürs Alter – über die Heilwirkung von Speisepilzen

Donnerstag, den 18.07.2024 – von 17.30 bis 19.00 Uhr

Sie erhalten eine kurze Einführung zur grundsätzlichen heilpraktischen Tätigkeit und den dahinterstehenden Ansätzen und Standards zur Feststellung, Heilung, Linderung oder Vorbeugung von Krankheiten.

In diesem Zusammenhang stellt Ihnen die Referentin aus Meitingen ihren Werdegang vor, der 18 Jahre praktizierende Tätigkeit als Heilpraktikerin umfasst.

Außerdem geht es in der Veranstaltung um Mykotherapie, die sich mit der positiven Wirkung von Pilzen auf die Gesundheit beschäftigt. Konkret wird der therapeutische und vorbeugende Einsatz von Speisepilzen vorgestellt, der auch bei verschiedensten Krankheitsbildern von Seniorinnen und Senioren eine Rolle spielt, zum Beispiel bei der psychischen und physischen Leistungsfähigkeit oder bei geriatrischen Befunden.

Der Vortrag richtet sich an alle, die an einem Einblick in das Reich der Pilze zur Gesundheitsförderung im Alter interessiert sind.



Referentin:
Ulrike Müller,
Heilpraktikerin und Mykotherapeutin

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich, telefonisch) ist bis zum 15. Juli erforderlich.

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 3

„Die Schiefertafel“

Lesung von Kurzgeschichten und Mundartlyrik

Donnerstag, den 25.07.2024 – von 17.30 bis 18.30 Uhr

Lauschen Sie Geschichten an einem Sommerabend, bunt gemischt wie ein feiner Cocktail, gerührt oder geschüttelt. Sie haben die Wahl!

Auf der Karte stehen Kurzgeschichten über eine Mogelpackung, eine unerwünschte Schwiegertochter und andere Themen von damals und heute.

Tauchen Sie ein in erlebte und erdachte Begebenheiten um Liebe, Enttäuschung, Spannung und Humor.

Mundartgedichte aus dem Schwäbischen schupsen die Mundwinkel nach oben.

Die Autorin ist gebürtige Augsburgerin und in Schwaben fest verwurzelt.

Der Sprung auf die andere Seite des Lechs währte immerhin zwanzig Jahre. Heute lebt sie wieder im Westen ihrer Heimatstadt.

Ihr erstes Werk, eine Kurzgeschichtensammlung, erschien unter dem Titel „Ein falsches Vogelkind“. Ihre Texte wurden auch in verschiedenen Anthologien und der Presse veröffentlicht.

Eintritt frei -
Wertschätzung gegen freiwillige Hutspende

Autorin: Uli Karg

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro
(schriftlich, persönlich, telefonisch)
ist bis zum 22. Juli erforderlich.



Foto: CreativDesigns

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



Veranstaltung 4

Initiativtreffen für Meitinger Kochgruppen

Mittwoch, den 4.09.2024 von 14.00 bis 15.30 Uhr

im AWO-Raum der Gemeindehalle – im Untergeschoss an der Ostseite,
Werner-von-Siemensstr. 2., Meitingen

Haben Sie Interesse an einer Gruppe, die regelmäßig zur Mittagsmahlzeit zusammenkommt? Können Sie sich vorstellen die Mahlzeit auch selber mit herzustellen, also hierfür zu planen, einzukaufen bei der Zubereitung zu helfen und anschließend mit abzuwaschen und aufzuräumen, je nachdem wer welche Dienste mit übernimmt?

Dann sind Sie herzlich zum Initiativtreffen eingeladen, bei dem wir uns über die Umsetzung von Meitinger Kochgruppen unterhalten.

Dabei ist es egal, ob Sie bereits kochen können oder nur geringe Kochkenntnisse haben. Was zählt ist Ihr Interesse am gemeinsamen Tun und die Lust darauf in Gesellschaft Mittag zu essen.

Ort des Treffens ist die AWO-Begegnungsstätte unter der Gemeindehalle, in der es auch eine offene Küchenzeile gibt.

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



Veranstaltung 5

MEGA - Messestand „Meitingen miteinander“

**Samstag, den 7.09 und Sonntag, den 8.09.2024
von 10.00 bis 18.00 Uhr**

Dieses Jahr finden Sie das Seniorenbüro wieder auf der MEGA-Messe beim Stand „Meitingen miteinander“ - hier stehen wir Ihnen zusammen mit dem Quartiersbüro und dem Inklusionsbüro mit Rat und Tat zur Verfügung. Bei uns erwarten Sie aktuelle Informationen zu Angeboten für Begegnung, Bildung und Gesundheitsförderung, die über ehrenamtliches Engagement im Markt Meitingen auf die Beine gestellt werden.

Außerdem können Sie bei uns Lose ziehen und etwas gewinnen, sich mit Anliegen und Ideen an uns wenden oder unseren Jokerplatz besuchen, bei dem sich unterschiedliche Initiativen und Einrichtungen vorstellen.



Veranstaltung 6

Vortrag zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung mit Angebot zur Beglaubigung

Donnerstag, den 12.09.2024 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 Sie die Dokumente brauchen.

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 beseitigen 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

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

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: 4. und 25. Juli, (Sommerpause vom 27. Juli bis 9. September) 12. und 26. September 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**

Nach dem letzten Initiativtreffen im April sind wir mit der konkreten Erstellung einer Geschichtsschreibung gestartet.

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.

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:

- **Sport trotz(t) Demenz** - Die Lebensqualität trotz der Erkrankung **17.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr**
- **Achtsames Yoga** **25.09. bis 27.11.24, 9.00 - 10.00 Uhr**
- **Qi Gong - mit 18 Bewegungen zum eigenen Wohlbefinden** **26.09. bis 12.12.24, 15.00 - 16.00 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



Angebote von Gruppen und Schulungen

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 Herzkreislaufsystem 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



„Old & Young Handy-Fun“ Jugendliche unterstützen Senioren am Smartphone

Termin nach Vereinbarung

**im Gemeindezentrum der Johanneskirche
(Hans-Koch-Str. 2, Meitingen)**

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.

Angebote von Gruppen und Schulungen

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 auf Grund der begrenzten Teilnehmeranzahl dringend erforderlich.

Ehrenamtliches Unterstützungsangebot für Seniorinnen und Senioren im Markt Biberbach

Bürgergemeinschaft Biberbach

Die Bürgergemeinschaft Biberbach ist ein Nachbarschaftshilfverein und 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**



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:

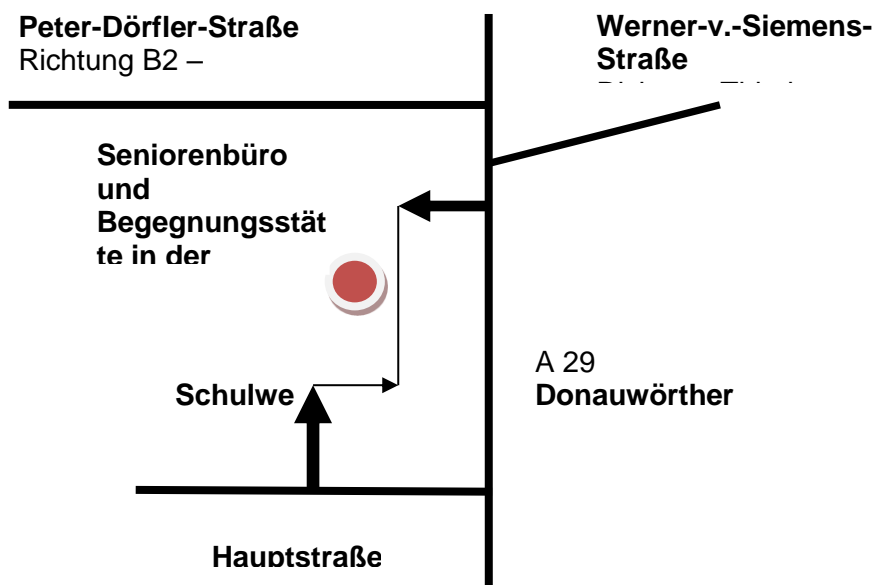
Montag: 16.00 bis 18.00 Uhr

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 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



MARKT MEITINGEN



Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Augsburg e.V.