



Generationenbüro
Kirchweidach



Generationenbüro
Kirchweidach

SENIOREN FORUM KIRCHWEIDACH

Die Plattform für Vorträge, Gesprächsthemen,
gemeinsame Aktivitäten für alle Senioren der VG

Infos und Anmeldung:
Robert Meisner, Seniorenreferent
Quartiersmanagement
Mobil: 0152 – 08 42 73 51
Robert.meisner@kirchweidach.de

Unser Motto:
„Fit und vital bis ins hohe Alter“

Unser Ziel:
Die fittesten und lustigsten Senioren Bayerns!

Die Senioren-Nachmittage finden immer
am 3.-ten Mittwoch im Monat statt.

Treffpunkt: Kooperatorhaus
Kirchenstraße 7
84558 Kirchweidach

SENIOREN FORUM KIRCHWEIDACH

Veranstaltungen 2. Jahreshälfte 2025

Generation 60 +



Gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

16. Juli
15.00 Uhr

Referent:
Markus
Goldmann

Infostunde:
Demenzsensible Alltagsbetreuung zu Hause

Markus Goldmann, Geschäftsführer von Home Instead Inn-Salzach und in der Senioren- und Familienbetreuung Inn-Salzach GmbH tätig, erläutert uns auf spannende Art wie man im häuslichen Alltag mit an Demenz erkrankten Familienangehörigen umgehen soll. Die Schwerpunkte des Vortrags sind:

- Die Bürde der pflegenden Angehörigen
- Leistungen der Pflegekasse
- Demenzbetreuung zu Hause - praktische Beispiele

17. Sept.
15.00 Uhr

Referentin:
Alexandra
Hartmann

Vortrag:
„Altern und Sterben in Würde“

Es ist entscheidend, sich frühzeitig Gedanken darüber zu machen, welche medizinischen Maßnahmen sinnvoll sind und welche einem schaden könnten. Auch die Frage, wo man seinen Lebensabend, eingebettet in Fürsorge und Achtsamkeit, verbringen kann, spielt eine wichtige Rolle für ein würdevolles Sterben. In ihrem ansprechenden Vortrag gibt Alexandra Hartmann wertvolle Tipps und Anregungen, auch für Angehörige, wie man rechtzeitig die richtigen Weichen stellen kann.

**Mit Kaffee
und Kuchen**

2. Oktober
14.30 Uhr

Ausflug:
Burg Tittmoning

Führung durch die Burg um 14.30 Uhr

15. Oktober
15.00 Uhr

Referentin:
Maria Stadler

Vortrag:
Vitamine kennen kein Alter

Im zunehmenden Alter steigt meistens der Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen. Der Körper kann oft nicht alle Vitamine in ausreichender Menge selbst bilden. Deshalb braucht man oft besonders vitaminreiche Lebensmittel die richtig zubereitet sind, um Mangelerscheinungen oder sogar Krankheiten zu verhindern.

19. November
15.00 Uhr

Erzählerin:
Monika Aigner

„GRIMM“iger Nachmittag
Boarisch gredt

Erleben sie eine märchenhafte Stunde mit Grimms Märchen aus der Feder von Elfie Meindl. Zauberhaft und frech in bayerischer Mundart erzählt von Monika Aigner

16.00 Uhr

Singen macht lustig!

Singen ist gesund. Es verbessert die Haltung, stärkt unsere Abwehrkräfte, bringt den Kreislauf in Schwung & macht glücklich.

26. November
18.00 Uhr

Referent:
Markus Goldmann
Home Instead

2-Stunden Kompaktkurs für Angehörige
Kompetenz Demenz -
Demenz verstehen und annehmen

Demenz ist heute ein großes Thema in unserer Gesellschaft. Fast jeder kennt jemanden, der daran erkrankt ist. Menschen mit Demenz brauchen ab einem bestimmten Zeitpunkt viel Unterstützung. Für die Angehörigen ist das eine große Herausforderung, die sie oft nicht alleine schaffen.

17. Dezember
15.00 Uhr

**mit Kaffee
und Kuchen**

Harfenklänge zur Adventszeit

Veronika Vorbuchner aus Reischach ist als Musiklehrerin an der Sing- und Musikschule in Waldkraiburg tätig. Die Künstlerin spielt Harfe solistisch und auch bei der Neuöttinger Saitenmusik

25. August

Senioren Fit Zirkel:
Trainingsprogramm für Körper, Geist und Seele
jeweils von 9.30-11.00 Uhr.
Anmeldung erforderlich

24. November