

Mit dem Infobrief der Fachstelle Senioren möchten wir Sie über Termine und Wissenswerten auf dem Laufenden halten.

Dringendes und Wichtiges erfahren Sie auch weiterhin, ohne auf diesen Infobrief warten zu müssen.

- **Die Fachstelle Senioren ist ab sofort unter der Telefonnummer 0851/397-2318 zu erreichen!**

- **WETTBEWERB „DEMOGRAFIEPREIS BAYERN“  
Gutes tun – Mitmachen – Gewinnen!**

Das Bayerische Heimatministerium würdigt den besonderen Einsatz und das herausragende Engagement örtlicher Akteure im Kampf gegen den demografischen Wandel seit 2021 jährlich mit der Auszeichnung „Demografiepreis Bayern“.

In drei Kategorien zeichnet das Heimatministerium daher Projekte mit einem echten Mehrwert für die Lebensqualität der Menschen vor Ort aus:

Meine.Heimat.Zukunftssicher

Meine.Heimat.Arbeit&Familie

Meine.Heimat.Lebensqualität

Jeder kann mitmachen!

Egal, ob Sie sich als Einzelperson einsetzen oder als Verein, Verband, Netzwerkinitiative, kommunale Gebietskörperschaft, Verwaltung oder Unternehmen – unabhängig von seiner Rechtsform kann jeder Projektträger mitmachen. Auch die Bewerbung kleinerer Projekte wird ausdrücklich begrüßt. Wichtig ist nur, dass Ihr Projekt bereits aktiv betrieben wird, denn reine Ideen und Konzepte können wir bei der Preisentscheidung leider nicht berücksichtigen. Der räumliche Wirkungskreis Ihres Projekts muss zudem in Bayern liegen.

Das gibt es zu gewinnen:

Die Gewinner werden mit insgesamt 15.000 Euro prämiert. Über die Preisträger, deren Anzahl sowie die Aufteilung der Prämie entscheidet eine Fachjury – bestehend aus einer Vertreterin bzw. einem Vertreter des Bayerischen Staatsministeriums der Finanzen und für Heimat, des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales, des Bayerischen Bezirke-, Landkreis-, Gemeinde- und Städtetags, des Bayerischen Jugendrings, des Landesseniorenrats Bayern sowie einer Vertreterin bzw. einem Vertreter aus der Wissenschaft. Sie wird bei ihrer Preisentscheidung insbesondere den Innovationsgehalt, die Vorbildfunktion, die Übertragbarkeit und den praktischen Nutzen des Projekts berücksichtigen

Haben Sie ein Projekt ins Leben gerufen, das die unterschiedlichen Generationen zusammenbringt und das Miteinander fördert? Sie setzen sich aktiv für Inklusion und gesamtgesellschaftlichen Zusammenhalt ein? Mit Ihrem Projekt fördern Sie die Mobilität der Gesellschaft und tragen zu einem selbstbestimmten Leben auch im Alter

bei? Sie leisten aktive Nachwuchsarbeit im Vereinsbereich oder begeistern die junge Generation für das Ehrenamt? Den Herausforderungen des demografischen Wandels treten Sie aktiv entgegen?

Bewerbungsunterlagen und weiteres finden Sie unter:

<https://www.heimat.bayern/demografiepreis/>

## Allgemeines

- **Online- Veranstaltung „Wie man den digitalen Nachlass regelt“ am 12. November 2024 von 14.00 – 16.00 Uhr**  
Referentin: Simone Rzehak Fachberaterin für Verbraucherfragen Verbraucherzentrale Bayern e.V.  
In diesem kostenfreien Vortrag erhalten Sie einen Einblick:

- **Was ist ein digitaler Nachlass?**
- **Wie regelt man einen digitalen Nachlass?**
- **Digitale Vorsorge**
- **Was ist beim Umgang mit dem digitalen Nachlass zu beachten?**

Anmeldung und weitere Informationen bei Fachstelle Senioren Landkreis Passau, Tel. 0851/397-2318 oder [daniela.schalinski@landkreis-passau.de](mailto:daniela.schalinski@landkreis-passau.de)

Sie erhalten rechtzeitig den Zugangslink zu der Veranstaltung.  
Sollten die technischen Voraussetzungen wie Internetzugang, Kamera oder Mikrofon nicht vorhanden sein, besteht die Möglichkeit die Veranstaltung im BayernLab Vilshofen zu verfolgen.

- **Landesmediendienst Bayern e.V. - Der neue Filmkatalog für die Seniorenfilmarbeit liegt frisch gedruckt bereit.**  
Hier finden Sie alle Filmtitel, die neu ins Programm aufgenommen wurden, sowie alles Nähere zu Film und Filmgespräch mit und für die Generation Plus.  
Im Rahmen des bayernweiten Projektes Seniorenfilm können Sie alle DVD-Filme kostenfrei ausleihen und für Filmvorführungen und Filmveranstaltungen einsetzen, die auf gemeinnütziger Basis stattfinden.

Sie finden die neue Ausgabe „Seniorenfilm“ hier als PDF im Anhang. Gerne können Sie per Briefpost ein kostenfreies Druckexemplar anfordern, auf Wunsch auch in größeren Mengen möglich. Bitte anfordern unter: Tel. 089 38 16 09-0 oder [info@mediendienste.info](mailto:info@mediendienste.info)

Das Seniorenfilmprojekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.

- **Herbstprogramm 2024 Seniorenakademie Bayern**  
Im Anhang finden Sie das kostenfreie Herbstprogramm der Seniorenakademie Bayern.  
Anmeldungen bitte E-Mail: [seniorenakademie-bayern@die-gfi.de](mailto:seniorenakademie-bayern@die-gfi.de) | oder telefonisch unter 089 44108-563  
Internet: [www.seniorenakademie.bayern](http://www.seniorenakademie.bayern)

- **Online: Kultur mit wem? Teilhabegerechtigkeit in der Kultur am 25.11.2024**  
14:00–15:30 Uhr Gespräch + Vortrag

Wie kann Menschen mit geringem Einkommen, insbesondere wenn sie älter sind und/oder von einer Behinderung betroffen sind, die Teilhabe an Kultur ermöglicht werden? Um diese Frage geht es in der Online-Veranstaltung mit der Kulturwissenschaftlerin Christine Stender. Sie wird Ergebnisse aus dem Forschungsprojekt „Kulturelle Partizipation und Citizen Science“ vorstellen. Anmeldung und weitere Informationen unter:

<https://www.kubia.nrw/veranstaltungen/teilhabegerechtigkeit/>

- **Tag der offenen Tür am 24.11.2024 im Azurit PZ Hutthurm Kaltenecker Str.10, 94116 Hutthurm von 13.00 – 17.00 Uhr**

- 14.00 Uhr & 16.00 Uhr Hausführung
- 15.30 Uhr Führung durch den Demenz Bereich
- 15.00 Uhr Meditation in der Hauskapelle
- AZURIT Café
- Informationsstände
  - Demenz
  - Pflege
  - Soziale Betreuung
  - Menü
- Verkaufsstand (Bastelware/Kooperationspartner)
- Krippenausstellung

Weitere Informationen unter: Telefon 08505 917-0 oder E-Mail [pzhutthurm@azurit-gruppe.de](mailto:pzhutthurm@azurit-gruppe.de)

- **Online: Herausforderung Einsamkeit - Neue Best-Practice-Beispiele - Veranstaltung für Akteurinnen und Akteure in der Seniorenarbeit**  
am 06.11.2024, 18.00 – 19.30 h - Online

Das Rad muss nicht immer neu erfunden werden, hier lernen Sie interessante Beispiele von anderen kennen. Infos im Anhang und hier:

<https://www.keb-bistum-regensburg.de/aktuelle-veranstaltungen/1-6099-herausforderung-einsamkeitneue-best-practice-beispiele/>

Infoblatt im Anhang des Infobriefes

- **Tag der Stärkung für Witwen und Witwer „Einmal sehn wir uns wieder – weil mich die Hoffnung trägt“ am 19.10.2024**  
9.30 – 17.00 Uhr in Passau, Spectrum Kirche, Schärddinger Str.6  
Anmeldung und weitere Informationen bei Theresia Hofbauer, Referat Seniorensorge, Tel. 08732/1329 oder [seniorensorge@bistum-passau.de](mailto:seniorensorge@bistum-passau.de)

- **Mittagessen im Caritas Wohnheim St. Josef Hauzenberg**

Im Seniorenheim haben ältere Menschen und alleinstehende Menschen die Möglichkeit nach telefonischer Vorbestellung ein günstiges Mittagessen ein- oder mitzunehmen. Eine Portion kostet 6,50 €. Die Bestellung sollte bitte min. 2 Tage vorher, besser noch frühzeitiger, unter Telefonnummer 08586/605-164 oder per Mail [kueche-hauzenberg@caritas-passau.de](mailto:kueche-hauzenberg@caritas-passau.de) aufgegeben werden. Den Speiseplan kann man auf der Homepage einsehen oder sich per Mail zusenden lassen.  
Kusserstr.14, 94051 Hauzenberg

- **Winterzauber im Parkwohnstift Tettenweis am 23. und 24.11.2024 ab 13.30 Uhr**  
Hauptstr.2, 94167 Tettenweis  
Es erwartet die Besucher ein adventliches Programm mit Musik, kunsthandwerklichen Ausstellern, Musik und Lichterglanz.  
[www.parkwohnstift.com](http://www.parkwohnstift.com)

## Information Pflege und pflegende Angehörige

- **Landespflegegeld Bayern**

Anspruchsvoraussetzungen

Wer bekommt das Landespflegegeld?

- **Pflegebedürftige mit Pflegegrad 2 und höher mit**
- **Hauptwohnsitz in Bayern**
- **die einen entsprechenden Antrag stellen**

Wie hoch ist das Landespflegegeld?

Das Landespflegegeld beträgt 1.000 Euro pro Jahr. Als staatliche Fürsorgeleistung ist das Landespflegegeld eine nicht steuerpflichtige Einnahme.

Was muss man tun, um Landespflegegeld zu erhalten?

**Sie müssen einen Antrag stellen.**

Bitte beachten Sie:

Damit wir Ihren Antrag auf Landespflegegeld bearbeiten können, müssen Sie unbedingt die Adresse angeben, an der Sie offiziell beim Einwohnermeldeamt gemeldet sind.

Wenn Sie sich ummelden, müssen Sie uns Ihre neu angemeldete Adresse mitteilen. Wenn Sie sich nicht sicher sind, welche die Adresse ist, bei der Sie offiziell gemeldet sind, können Sie diese bei Ihrer Gemeinde erfragen.

**Wichtige Hinweise zum Antrag**

Kann der Antrag bis zum 31.12. nicht vollständig eingereicht werden, ist er zur Fristwahrung unvollständig zu stellen.

- Sie müssen den Antrag unterschreiben.
- Sie müssen eine Kopie des Bescheides Ihrer Pflegekasse beilegen, aus der sich Ihr Pflegegrad ergibt. Das Gutachten des Medizinischen Dienstes reicht nicht. Liegt Ihnen die Einstufung der Pflegekasse noch nicht vor, ist der Antrag zur Fristwahrung unvollständig zu stellen.
- Sie müssen eine Kopie Ihres Personalausweises oder Ihres Reisepasses beilegen. Der Ausweis darf nicht abgelaufen sein.
- Statt eines gültigen Ausweisdokuments kann entweder eine aktuelle (einfache oder erweiterte) Meldebescheinigung (Kopie) oder ein Befreiungsbescheid (Kopie) der Kommune vorgelegt werden. Die Meldebescheinigung darf, vom Datum der Antragstellung gerechnet, nicht älter als sechs Monate sein.
- Wenn Sie den Antrag für eine andere Person stellen wollen, müssen Sie zusätzlich eine entsprechende Vollmacht mit Unterschrift beilegen.
- Wenn Sie den Antrag als gerichtlich bestellter Betreuer für eine von Ihnen betreute Person stellen wollen, müssen Sie zusätzlich eine Kopie des Betreuerausweises beilegen.
- Bitte verwenden Sie keine Büro- oder Heftklammern

**Bis wann muss ich den Antrag stellen?**

Für das laufende Pflegegeldjahr (01.10.2023 bis 30.09.2024) kann der Erstantrag bis 31.12.2024 gestellt werden.

Beachten Sie bitte:

Wenn Ihnen bereits Landespflegegeld bewilligt wurde, müssen Sie keinen neuen Antrag auf Landespflegegeld stellen.

Der Erstantrag wirkt für die folgenden Pflegegeldjahre fort, solange er nicht zurückgenommen wird.

Die Auszahlung erfolgt im Jahr der Antragstellung nach Erlass des Bewilligungsbescheids, für die folgenden Pflegegeldjahre beginnen die Auszahlungen immer im Oktober.

<https://www.lfp.bayern.de/landespflegegeld/>

Der Antrag ist im Anhang des Infobriefes.

- **Gesprächskreis für den Alltag mit Demenz**

Termine der Treffen 2024. Der Gesprächskreis trifft sich am Montag 14:00 - 16:15 Uhr:

11.11.24      02.12.24

Veranstaltungsort: Caritas-Fachstelle für pflegende Angehörige Vilshofen. Eine Teilnahme ist jederzeit möglich, um Anmeldung wird gebeten.

Ihre Ansprechpartnerin:

Annemarie Ritzinger Fachstelle für pflegende Angehörige

Maximilianstr. 1a, 94474 Vilshofen

Tel.: 08541 9199721 [ab.vilshofen@caritas-pa-la.de](mailto:ab.vilshofen@caritas-pa-la.de)



- **Selbsthilfegruppe „Du bist nicht allein“ Ein Angebot für Angehörige von Demenz-Patienten**

Termine:

15.10.2024 Umgang mit Demenzpatienten aus ärztlicher Sicht

19.11.2024 Gesprächsrunde/Austausch

17.12.2024 Mensch werden – Mensch bleiben

14.01.2025 Gesprächsrunde/Austausch

11.02.2025 Orte meines Lebens: Biografiearbeit mit Demenzpatienten

Die Selbsthilfegruppe trifft sich von 18.00 bis 19.30 im Pfarrheim Salzweg (Georg-Knon-Str.). Kontakt Herr Paul Ilg: Tel. 0851/41120, keine Anmeldung erforderlich.

- **Neues Fortbildungsvideo für ehrenamtlich tätige Einzelpersonen nach § 82 Abs. 4 Satz 2 Nr. 1 AVSG**

Ehrenamtlich tätige Einzelpersonen erhalten weitere fachliche Informationen in Form von Fortbildungsvideos auf der [Internetseite der ehrenamtlich tätigen Einzelperson](#). Die Videos setzen sich mit verschiedenen Themenschwerpunkten auseinander.

In dem neu erschienenen Kurzvideo geht Dominice Blome von der Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern auf die herausfordernden Verhaltensweisen bei Menschen mit Demenz, deren Ursachen und Möglichkeiten des Umgangs ein.



Die Videos für ehrenamtlich tätige Einzelpersonen nach § 82 Abs. 4 Satz 2 Nr. 1 AVSG können Sie unter <https://www.einzelperson-bayern.de/material-infos/videos/> aufrufen.

## Tipps für aktive Seniorinnen und Senioren

- Das Bücherei-Team Pleinting wird einen Spielenachmittag für Senioren (und gerne auch für Kinder und Jugendliche) 1x im Monat während der Herbst- und Winterzeit im Pfarrzentrum abhalten und zwar am letzten Samstag eines Monats immer um 15.00 Uhr, Dauer max. 2 Stunden. Im Angebot sind Karten-, Brett und Gesellschaftsspiele. Anschließend ist dann die Bücherei geöffnet und es können noch Bücher, Journale etc. ausgeliehen werden. Neben Unterhaltung und Spaß für unsere Gäste versprechen wir uns dadurch auch eine "Belebung" unserer Bücherei als einen Ort der Begegnung. Wer etwas Neues ausprobieren wollte, dem werden die Regeln von erfahrenen Spielerinnen und Spielern gezeigt. Los gehts am Samstag, den 26. Oktober 2024.  
Nähere Informationen bei Silvia Ragaller vom Bücherei-Team Pleinting Tel.:08549 1386
- Im Seniorentreff der Malteser Passau sind auch Besucherinnen und Besucher aus dem Landkreis Passau herzlich willkommen.  
Ort: Zwinger 1, 94032 Passau, Öffnungszeiten Montag bis Freitag 12.00 bis 17.00 Uhr  
Das Programm September bis Dezember 2024 finden Sie im Anhang des Infobriefes.
- **Seniorenkino: Weihnachtsfilm**  
Pleinting, Alte Kirche, Hauptstr. 34 - am 25.November, Filmstart um 14.30 Uhr / ab 13.30 Uhr gibt es Kaffee und Kuchen  
Vilshofen, Tages-Cafe, AWO – Seniorenheim, Vilsfeldstr.4,- am 26.November, Filmstart um 14.30 Uhr  
Zugänge jeweils barrierefrei- und behindertengerecht.  
Anmeldung unter Tel. 0851/208105

- **vhs Seniorenprogramm November 2024**

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 November 2024 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](mailto:info@vhs-passau.de)



- Die Gute Stunde bietet vier unterschiedliche Online Kultur-Formate an: Salon, Kulturcafé, Werkstatt und Raum – alle live und interaktiv. Alle unsere Veranstaltungen sind für Einzelpersonen kostenfrei.

„Die Gute Stunde“ bietet auch interaktive Online-Kulturveranstaltungen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen an. Neben den regulären digitalen Kulturveranstaltungen wird auch die kulturelle Teilhabe von Menschen mit Demenz gestärkt. Dafür wurden gemeinsam mit Kulturschaffenden erste Formate im Bereich Poesie und Kunst entwickelt. Behutsam sollen gemeinsam mit den Gästen online Begegnungen entstehen, die Freude machen und eine Abwechslung im Alltag bieten. Um an der Veranstaltung teilzunehmen, schreiben Sie uns entweder eine E-Mail an [gutestunde@humaq.org](mailto:gutestunde@humaq.org). Dann erhalten Sie den Einwahl-Link von uns. Alternativ können Sie sich bei der Guten Stunde [registrieren](#) und dann nach Login an der Veranstaltung teilnehmen.

**Ab sofort haben wir für Sie einen WhatsApp-Kanal ins Leben gerufen. Damit werden sie automatisch über unsere Veranstaltungen und Neuigkeiten informiert. Einfach über diesen Link:**

**<https://whatsapp.com/channel/0029VaihyIz9WtC5zLOVIZ2K> gehen und nichts mehr verpassen.**

<https://diegutestunde.org/>



- Bei Anruf Kultur Oktober 2024  
Aktuelles Programm Oktober 2024 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.

Wir möchten Sie bitten, sich für alle kommenden Terminbuchungen nur noch über [www.beianrufkultur.de](http://www.beianrufkultur.de) anzumelden. Sollte Sie bereits per E-Mail zu anstehenden Telefonführungen angemeldet sein, müssen Sie sich nicht erneut über die Webseite anmelden.

Wie die Anmeldung über die Webseite funktioniert, erklären wir Ihnen gern:

1. Rufen Sie die Internetseite auf [www.beianrufkultur.de](http://www.beianrufkultur.de)
2. Klicken Sie im Programm auf den Titel des Termins, der Sie anspricht.
3. Wählen Sie im Termin das Feld „Kostenlos anmelden“ und klicken dieses an.

4. Füllen Sie das Anmeldeformular aus und senden es mit „Jetzt anmelden“ ab.  
5. Im Anschluss erhalten Sie direkt die Bestätigungsmail mit der Festnetznummer für die Einwahl.

Bitte kontrollieren Sie auch Ihren Spam-Ordner.

Personen, die keine E-Mail-Adresse nutzen, können sich weiterhin telefonisch zu den Telefonführungen anmelden unter 040 209 404 36.

Programm im Anhang des Infobriefes

- **Fit und gesund älter werden mit dem Fitness Club Pocking e.v.**  
Gymnastik Ü50, Senior Fit, fit bis ins Alter oder Vital mit dem Rehasport  
Das Schnuppern ist jederzeit möglich.  
Weitere Infos bei Fitness Club Pocking e.V. Tel 08531/3171593 oder [verwaltung@fcb-pocking.de](mailto:verwaltung@fcb-pocking.de) , [www.fitness-club-pocking.de](http://www.fitness-club-pocking.de)

## Termine

02.11.2024 16.11.2024 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 Heidy und Dieter Rabs, Gemeinde Aldersbach, Tel. 08543/624245  
Das Reparatur-Cafe ist immer am 1. und 3. Samstag eines Monats geöffnet.

06.11.2024 14.00 – 15.00 Uhr Jeden Mittwoch	Seniorengymnastik	Kultur- und Begegnungszentrum Aldersbach, Freiherr-von-Aretin- Platz 4, 94501 Aldersbach
---	-------------------	--



Aldersbach

Die Gymnastikstunden finden jeden Mittwoch statt.  
Für nähere Informationen zur Seniorengymnastik können Sie gerne die Seniorenbeauftragten von Aldersbach, Heidy und Dieter Rabs, Tel. 08543/624245 oder [rabsohio@t-online.de](mailto:rabsohio@t-online.de) kontaktieren.

06.11.2024 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](mailto:kaupa@t-online.de)

07.11.2024  
10.00 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](mailto:rabsohio@t-online.de) kontaktieren.

07.11.2024  
Jeden Donnerstag  
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](mailto:koenig-ulrike@gmx.de)

07.11.2024  
16.00- 18.00 Uhr  
Jeden Donnerstag

Digitreff Pocking

Das Pockinger,  
Am Stadtplatz 2, 94060 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](mailto:kaupa@t-online.de)

07.11.2024  
10.00 – 11.00 Uhr  
Gemeinsam aktiv sein, Gesundheit fördern und fit bleiben.

Fit werden, fit bleiben!  
Bewegung mit Musik

Das Pockinger,  
Am Stadtplatz 2, 94060 Pocking

Infos dazu gibt's von Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail [kaupa@t-online.de](mailto:kaupa@t-online.de)

07.11.2024  
14.00 – 15.30 Uhr

Fröhliche Runde  
Im lockeren Rahmen die  
Freizeit verbringen

Das Pockinger,  
Am Stadtplatz 2, 94060 Pocking

Im lockeren Rahmen die Freizeit verbringen, Kontakte knüpfen, Ideen für Betätigungen sammeln und Tipps erhalten.

Infos dazu gibt's von Gerlinde Kaupa Tel. 0160 8330822 oder per Mail [kaupa@t-online.de](mailto:kaupa@t-online.de)

13.11.2024  
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](mailto:rabsohio@t-online.de) kontaktieren.

## Kontakt

Landratsamt Passau – Fachstelle Senioren  
Daniela Schalinski  
Domplatz 11, 94032 Passau

**Wichtig: Neue Telefonnummer der  
Fachstelle Senioren: 0851/397-  
2318!**

Tel. 0851/397-2318

[daniela.schalinski@landkreis-passau.de](mailto:daniela.schalinski@landkreis-passau.de)

[www.landkreis-passau.de](http://www.landkreis-passau.de)



**LANDKREIS  
PASSAU  
FACHSTELLE SENIOREN**