

Am Aktionstag nehme ich mit ___ Person/en teil.



Informationen

Veranstaltungsort:
HAUS im MOOS
Kleinhohenried 108
86668 Karlshuld
www.haus-im-moos.de

Termin:
Dienstag, 12.06.18
von 08:30–16:00 Uhr

Kosten:
freier Eintritt
inkl. Kaffee & Snacks

Anmeldung per Mail:
johanna.ehm@lra-nd-sob.de

Anmeldung per Fax:
08431/57-519

Bitte melden Sie sich bis spätestens
Dienstag, 5. Juni 2018 verbindlich an.

Die ersten 30 Anmeldungen
bekommen gratis ein Buch „**Fit im Alter**“
von GU im Wert von 14,99 €

Aktion von:



Landratsamt
Neuburg-Schrobenhausen
Gesundheitsamt



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



AKTIONSTAG FÜR SENIOREN:

*Dem Leben mehr Jahre
–
den Jahren
mehr Leben geben ...*

Dienstag, **12.06.18**
08:30–16:00 Uhr
im HAUS im MOOS

Thematik

*Was macht ein gutes Leben im Alter aus?
Wie nutzen Menschen ab 65 Jahren ihren
neugewonnenen Freiraum?*

*Alleinsein kann man manchmal richtig
genießen. Einsamkeit dagegen kann schmerz-
haft sein. Auch wenn wir uns vor allem im
städtischen Raum immer mehr voneinander
distanzieren und die sozialen Kontakte im
Laufe des Lebens durchschnittlich weniger
werden, sind die Verbindungen zu anderen
Menschen ein wesentlicher Faktor für
Lebensqualität.*

Wer gut eingebunden ist, erholt sich nach

*Operationen nachweislich schneller, beugt
Depressionen vor und die Sterblichkeit im Falle
von chronischen Erkrankungen oder Krebs sinkt.
Dabei können wir vor allem den „Jungen“ viel
von unserer Gelassenheit und Lebensweisheit
mitgeben. Durch ehrenamtliches Engagement
können wir einander entlasten und dabei selbst
Sinnvolles und Sinnstiftendes erleben.*

*Unser Aktionstag bietet kurzweilige und inter-
essante Fachvorträge über die Bedeutung von
sozialem Engagement für unsere Gesundheit,
über die Schätze, die Senioren den Kindern mit-
geben können und über Möglichkeiten, diese
ganz einfach und praktisch – mit viel Freude im
Alltag umzusetzen.*

Programm

8:30 Ankommen & Kaffee

9:00 Grußworte

Herr Rauscher, stellv. Landrat
Herr Dr. Donhauser, Gesundheitsamt

9:30 „Wer sich engagiert hat
mehr vom Leben“

Regina Dorwarth, Koordinierung Ehrenamt

10:00 Berichte aus der Praxis
Nachbarschaftshilfe

Johanna Knöferl, Caritas

10:15 „wellcome-Engel“

Christa Kunz & Steffi Vicelja,
Koordinierender Kinderschutz

10:30 Austausch & Markt der Möglichkeiten

11:15 Bedeutung von Großeltern
für die Familie

Marion Hirsekorn, Familienbegleitung

12:15 Mittagspause zur freien Verfügung

13:15 „Wer rastet, der rostet“

in Bewegung bleiben mit dem
Seniorenzentrum Karlshuld

13:45 Freizeit & Spaß – Wählen Sie,
was Ihnen Freude macht:

I. „Wenn Märchen Generationen
verbinden ...“

Märchenerzählerin Theresia Kreppold

II. „Weil Singen jung und fit hält ...“

Volksliedersänger aus Leidenschaft

III. „Was die Oma alles weiß ...“

Kräuterkunde mit Beatrice Müller

15:00 Zusammenkunft – Austausch

15:30 Gemeinsam nicht mehr einsam sein
Soziale Einbindung im Alter

gespielt vom Jungen Improtheater Neuburg

16:00 Abschluss



Vorname, Name

Straße und Hausnummer

PLZ / Ort

Antwort an:

Landratsamt Neuburg-Schrobenhausen
Gesundheitsamt
Frau Johanna Ehm
Müller-Gnadenegg-Weg 1
86633 Neuburg

