

Kath. Kreisbildungswerk
Ebersberg e. V.
wertorientiert · bilden



ALTERN IM BLICK

PFLEGE | DEMENZ | SEELISCHE GESUNDHEIT |
ERNÄHRUNG UND BEWEGUNG

"OMAS (natürlich auch Opas) FOR FUTURE" –

Dieses anlässlich der jüngsten Demonstration zum Klimawandel in Ebersberg vertretene Statement einer älteren Dame offenbart treffend das gewandelte Lebensgefühl unserer Generation.

Wir sind uns der Verantwortung gegenüber der Gemeinschaft bewusst und erkennen gleichzeitig die uns von der Gesellschaft dargebotenen Chancen, auch im fortgeschrittenen Alter noch ein erfülltes Leben führen zu können. Grundvoraussetzung aber, diese zu nutzen, ist der unbedingte Wille, das Schicksal entschlossen in die eigene Hand (...for Future) zu nehmen.

Die wertvollen, ja unentbehrlichen Anregungen wie sie die „Seniorenthementage“ hierzu in beispielhafter Vielfalt vermitteln, orientieren sich sowohl an den Bedürfnissen des täglichen praxisnahen Erlebens wie auch daran, die Gefühls- und Geisteswelt alt gewordener Menschen zu stützen.

Nutzen wir also das Angebot und danken den Initiatoren herzlich.

Ihr Hans Vollhardt

Ebersberg 25.07.2019



VERANSTALTUNGSÜBERSICHT

Do	26.09.2019	„Die Weisheit der Alten - Sieben Schätze der Zukunft“ – Auftaktveranstaltung	Ebersberg
Fr	27.09.2019	Burn-Out in der Pflege	Grafiing
So	29.09.2019	Diagnose Demenz - Demenzdoku	Ebersberg
Mo	30.09.2019	Geistig fit im Alter!	Baldham
Di	01.10.2019	Vergissmeinnicht – Gottesdienst	Ebersberg
Mi	02.10.2019	Lach dich glücklich – Lachtraining für Senioren	Ebersberg
Fr	04.10.2019	Demenzpartner	Grafiing
Mo	07.10.2019	Ausflug zum Zehmerhof	Gelting
Mo	07.10.2019	Älter werden, was nun?	Baldham
Di	08.10.2019	Parkinson	Kirchseeon
Mi	09.10.2019	Pflegekurs für Angehörige & Pfleger	Markt Schwaben
Do	10.10.2019	Alles rund um die Tagespflege	Baldham
Do	10.10.2019	Essen und Trinken am Lebensende	Grafiing

Mo	14.10.2019	„Älter werden“ – Ökumenische Andacht in der Kreisklinik	Ebersberg
Di	15.10.2019	„Im besten Alter?!“ – Vernissage und Preisverleihung Fotowettbewerb	Ebersberg
Mi	16.10.2019	FORUM Rosenhof - Infostand und Vortrag	Ebersberg
Mo	21.10.2019	Aromatherapie bei schwerst- kranken und sterbenden Menschen	Markt Schwaben
Mo	21.10.2019	Yoga für Senioren	Moosach
Di	22.10.2019	Vergissmeinnicht – Gottesdienst	Markt Schwaben
Mi	23.10.2019	Kochen für den kleinen Haushalt	Ebersberg
Mi	23.10.2019	Die Kinder der Kriegskinder - jetzt begreife ich endlich meine Eltern	Moosach
Do	24.10.2019	Genussvoll mitten im Leben	Ebersberg
Fr	25.10.2019	Darf ich bitten? - Tanznachmittag	Ebersberg

"Die Weisheit der Alten - Sieben Schätze der Zukunft"

Auftaktveranstaltung

Ist hierzulande von „den Alten“ die Rede, dann schaltet die Diskussion meist um in den Modus der Krisenbewältigung. Was tun mit den Alten? Wohin mit ihnen? Wie sollen sie versorgt werden? Und wer soll das alles bezahlen? Konsequenterweise wird die alte Generation ausgegrenzt und an den Rand gedrängt, um sich nur schnell anderen Problemen der Gesellschaft widmen zu können. Übergangen wird dabei, dass „die Alten“ Hüter vergessener Schätze sind. Der Theologe und Soziologe Reimer Gronemeyer unternimmt den längst fälligen Versuch, diese vergessenen Schätze zu heben. Auf faszinierende Weise stößt er auf das widerständige Potenzial, die Kunst des Andersseins, den kostbaren Starrsinn der Alten, auf ihre Fähigkeit zum Staunen und ihr produktives Abwechslertum. Auf Qualitäten also, die unsere Gesellschaft mehr denn je benötigt.

Musikalische Begleitung: Josef Ametsbichler mit dem Youngsters Music Club
Im Anschluss an den Vortrag: Infobörse u. Austausch am Buffet

Termin: Do 26.09.2019, 19.00 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, Sparkassensaal, Eingang Kolpingstraße, Sparkassenplatz 1
Referent: Prof. Dr. Dr. Reimer Gronemeyer, Ehrensenator und em. Professor für Soziologie der Justus-Liebig-Universität in Gießen, Vorsitzender des Vorstands der Aktion Demenz e.V. – Gemeinsam für ein besseres Leben mit Demenz.

KOSTEN
FREI

DEMENZ

Diagnose Demenz

Filmabend

ALTES KINO Ebersberg
29.9.2019, 18 Uhr
Eintritt 8 €

demenzdoku.de

Filmdoku über die 7 DEMENZ-Jahre unserer Mutter

"Es waren mit die intensivsten und schönsten Jahre unseres Lebens!"
(...deine Kinder)

26.09. - 25.10.2019
SENIOREN THEMEN TAGE
IM LANDKREIS EBERSBERG

Diagnose
DEMENZ
DIE SCHRECKEN GESPENST

Ein Film von
Günter Roggenhofer
Anna Daller
Thomas Bogner

Geistig fit im Alter!

Vortrag

Manche Gedächtnisschwierigkeiten sind normale, altersbedingte Erscheinungen - manchmal sind solche Beschwerden jedoch auch Ausdruck einer Erkrankung. Ein Team aus Ärzten und weiterem Fachpersonal des Instituts für Schlaganfall- und Demenzforschung am Klinikum Großhadern möchte Sie über dementielle Erkrankungen informieren. Im Rahmen eines Vortrags wird erklärt, was überhaupt Demenz ist und wie man diese Erkrankung diagnostiziert. Zudem wird auf die aktuellen Behandlungsmethoden und Forschungsaktivitäten im Bereich der Demenz hingewiesen. Sie haben darüber hinaus die Möglichkeit an einem kurzen Gedächtnistest teilzunehmen. Der Test ist kostenfrei und anonym und liefert einen groben Überblick über Ihr Gedächtnis.

Termin: Mo 30.09.2019, 14.00 - 16.30 Uhr
Veranstaltungsort: Baldham, Kath. Pfarrheim, Brunnenstr. 1
Referentin: Veronique Handfest, Soziologin M.A.,
Institut für Schlaganfall- und Demenzforschung
Anmeldung: Eine Anmeldung bis 20.09.2019 ist nur für die
Testung notwendig: Caritas-Zentrum EBE,
Tel. 08092 / 232 41 10 oder
E-Mail: christine.deyle@caritasmuenchen.de

Vergissmeinnicht - Gottesdienst

Ein Gottesdienst für Menschen mit und ohne Demenz und für ihre Angehörigen

Der Vergissmeinnicht-Gottesdienst richtet sich an Menschen mit Demenz, deren Angehörige, Betreuer, Freunde und auch alle anderen Interessierten. Im Gottesdienst, der etwa 30 Minuten dauert, werden wir gemeinsam bekannte Lieder singen, vertraute Gebete sprechen und biblische Texte hören.

Nach dem Gottesdienst sind alle eingeladen, bei einem kleinen Imbiss in Kontakt zu kommen und sich auszutauschen.

Termin 1: Di 01.10.2019, 16.30 - 18.30 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, Reischlhof, Pflegeheim,
Ignaz-Perner-Str. 15
Referenten: Renate Zorn-Traving, Pfarrerin und
Thomas Ullmann, Pastoralreferent

Termin 2: Di 22.10.2019, 14.00 - 16.30 Uhr
Veranstaltungsort: Markt Schwaben, Evangelische Philippuskirche,
Martin-Luther-Str. 22
Referenten: Martina Watzlaw, Sozialarbeiterin (B.A.) und
Maria Kotulek, Dipl. Theologin, Fachreferentin für
Demenz im Erzbischöflichen Ordinariat München



Lach dich glücklich - Lachtraining für Senioren

Interaktiver Impulsvortrag

Wann haben Sie das letzte Mal in Gemeinschaft gelacht und gespürt, wie gut das tut? Schon lange her oder Sie haben vielleicht nichts (mehr) zu lachen? Dann sind Sie hier richtig.

Bei dieser besonderen Art des spielerischen Lachtrainings brauchen wir nämlich keinen Grund zu lachen, sondern wir lachen, weil wir es wollen. Wir kombinieren Lachen, Klatsch- und Atemübungen, sowie spielerische Elemente mit ganz viel Spaß! Wir entscheiden uns ganz bewusst dafür, unsere Aufmerksamkeit wieder mehr auf die positiven Dinge im Leben zu richten, um in unserem Leben wieder mehr Freude und Glück zu erleben. Für dieses Angebot sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Alle Übungen können auch im Sitzen ausgeführt werden, so dass sie auch für körperlich eingeschränkte Menschen geeignet sind.

Bitte ausreichend zu trinken mitnehmen!

In Zusammenarbeit und zur Unterstützung des Projekts:
„Oma lacht wieder.“ (<https://www.oma-lacht-wieder.com/>)

Termin: Mi 02.10.2019, 15.00 - 17.00 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, Reischlhof,
Betreutes Wohnen, Ignaz-Perner-Str. 11
Referentin: Andrea Scheller, Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Lachyogatrainerin
Anmeldung: KBW per E-Mail: info@kbw-egersberg.de oder
Tel. 08092 / 850 79-0 bis 29.09.2019



Demenzpartner

Kompaktkurs zum Thema Demenz

Interessierte Personen am Thema Demenz erhalten einen ersten Einblick zur Erkrankung, zum Umgang mit Menschen mit Demenz, der Situation der pflegenden Angehörigen und zu Angeboten und der Versorgung im Landkreis Ebersberg.

Termin: Fr 04.10.2019, 16.00 - 19.00 Uhr
Veranstaltungsort: Grafing, Caritas-Zentrum, Bahnhofstr. 1
Referentin: Martina Watzlaw, Sozialarbeiterin (B.A.)

Ausflug zum Zehmerhof in Gelting

Für Menschen mit Demenz mit jeweils einer Begleitperson

Die Zeit auf dem Zehmerhof ist gedacht als ein Erlebnis für alle Sinne. Wir treffen uns zu einer Kaffeerunde mit Kaffee und Kuchen im gemütlichen Hofcafé des Zehmerhofes. Danach schlendern wir über den Zehmerhof, beobachten Hasen, Hühner und Katzen und erfreuen uns an den Blühwiesen.

Der Ausflug wird begleitet von Frau Prommersperger, LRA und Frau Deyle, Caritas und ist gedacht für 5 - 6 Menschen mit Demenz mit jeweils einer Begleitperson. Im Café befindet sich eine rollstuhlgerechte Toilette. Das Hofgelände ist geeignet für Rollstühle und Rollatoren.

Die Bushaltestelle „Gelling Kirche“ der Linien 460 und 463 ist ungefähr 20 Meter vom Zehmerhof entfernt. www.zehmerhof.de

Termin: Mo 07.10.2019, 14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Gelling, Zehmerhof, Markt Schwabener Str. 24
Referentinnen: Angela Prommersperger, Seniorenbeauftragte des Landkreises Ebersberg (Landratsamt) und Christine Deyle, Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Anmeldung: LRA Ebersberg, Angela Prommersperger, Tel. 08092 / 82 35 38, E-Mail: demografie@lra-ebe.de bis 04.10.2019



"Älter werden" - Ökumenische Andacht in der Kreisklinik

Wir alle werden unweigerlich älter. Mit meditativen Texten, Liedern und Gebeten werden wir uns diesem Thema nähern – mit allem Schwierigen, aber auch mit allen Chancen, die das Alter bietet. Die Musik des Posaunenchores Ebersberg wird uns dabei begleiten und erfreuen.

Termin: Mo 14.10.2019, 18.00 - 18.45 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, Kapelle der Kreisklinik, Pfarrer-Guggetzer-Straße 3
Referenten: Renate Zorn-Traving, evangelische Pfarrerin und Christoph Diehl, katholischer Pastoralreferent

PFLEGE

Älter werden, was nun ? – Angebote für ein selbstbestimmtes Leben zu Hause

Vortrag

Wir ALLE wünschen uns ein selbstbestimmtes und würdevolles Leben bis zum Ende. Dies bedeutet, dass unsere Bedürftigkeit in physischer, psychischer, spiritueller und sozialer Hinsicht wahrgenommen wird. Mit dem Pflegestärkungsgesetz II wurde ein grundlegend neuer Pflegebedürftigkeitsbegriff eingeführt. Dieser berücksichtigt die individuelle Biographie, die persönlichen Lebensgewohnheiten, Bedürfnisse und Fähigkeiten des zu Pflegenden oder zu Betreuenden. Dieser Vortrag soll Ihnen die Angst nehmen vor dem „Was dann!!“

Termin: Mo 07.10.2019, 18.00 - 20.00 Uhr
Veranstaltungsort: Baldham, Nachbarschaftshilfe Vaterstetten
Brunnenstr. 28
Referentin: Bärbel Kleinwegen

Parkinson

Morbus Parkinson - die neue Volkskrankheit
Vortrag

Krankheitsbild Parkinson: Von Symptomen und Diagnostik zu Verlauf der Erkrankung und Therapie. Der Neurologe Dr. Briesenick informiert auch über die Häufigkeit der Erkrankung, über Folgeerkrankungen und Nebenwirkungen der Medikamente. Harald Brunner stellt die Deutsche Parkinson Vereinigung und deren Bedeutung als Selbsthilfeorganisation vor. Ein in dieser Form einmaliger Vortrag mit Dr. Briesenick und Herrn Brunner.

Termin: Di 08.10.2019, 17.00 - 19.00 Uhr
Veranstaltungsort: Kirchseeon, AWO-Seniorenzentrum, Am Dachsberg 1 - 3
Referenten: Dr. Claus Briesenick, Neurologe und Harald Brunner, Leiter der Regionalgruppe Ebersberg der Deutschen Parkinson Vereinigung

Pflegekurs für Angehörige & Pflegende

In diesem vierstündigen Kurs erhalten Sie nützliches Basiswissen und Tipps für den Pflegealltag. Geschulte Fachkräfte zeigen Ihnen unter anderem hilfreiche Handgriffe und wie Sie Rückenschonend richtig hzzen und tragen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Schuhe.

Termin: Mi 09.10.2019, 14.00 - 18.00 Uhr

Veranstaltungsort: Markt Schwaben, AWO Seniorenheim, Trappentreustr. 12
Anmeldung: Landratsamt Ebersberg, Team Demografie, Tel. 08092 / 82 33 97, E-Mail: demografie@lra-ebe.de bis 01.10.2019

Aromatherapie bei schwerstkranken und sterbenden Menschen

Vortrag

Die Versorgung und Pflege von schwerstkranken und sterbenden Menschen stellt Angehörige, Ärzte und Pflegepersonal immer wieder vor große Herausforderungen. Neben dem erforderlichen Einsatz von Medikamenten zur Symptomlinderung ist die Anwendung von speziellen Ölmischungen aus der Aromatherapie im Rahmen von Einreibungen, Raumbeduftungen, Massagen und Auflagen eine ergänzende pflegerische Maßnahmen zum Fördern des Wohlbefindens. Lassen Sie sich mitnehmen auf eine Reise der Düfte und deren spezielle Anwendungsbereiche.

Termin: Mo 21.10.2019, 17.00 - 18.30 Uhr
Veranstaltungsort: Markt Schwaben, Gemeindebücherei, Schlossplatz 1
Referentin: Jutta Frank, Palliativ Care Fachkraft

Burn-Out in der Pflege

Angehörige und Profis am Limit

Die Pflege stellt pflegende Angehörige und professionelle Pflegekräfte immer wieder vor große Herausforderungen. Innere Konflikte und äußere Einflüsse können zu akutem und chronischem Stress führen, einhergehend mit einer massiven Beeinträchtigung der eigenen Lebensqualität und damit zu dem, was man umgangssprachlich Burn-Out nennt. Es resultiert ein Gefühl der Ohnmacht und ein Teufelskreis, aus dem es, solange die Pflegekonstellation dauert, keinen Ausweg zu geben scheint. Wie können Betroffene damit umgehen? Wie können Pflegenden, Profis und Angehörige, soweit gut für sich selbst sorgen, dass die Balance zwischen den Bedürfnissen des zu Pflegenden und den eigenen gelingt? Welche bewusste und unbewusste Mechanismen sind dabei zu berücksichtigen? Und nicht zuletzt: was ist „Burn-Out“ (und was ist es nicht)?

Termin: 27.09.2019, 18.00 - 19.30 Uhr
Veranstaltungsort: Grafing, Caritas-Zentrum, neuer Saal, Bahnhofstr. 1
Referent: Prof. Dr. Dr. Andreas Hillert, Chefarzt - Psychosomatik und Psychotherapie an der Schön Klinik Roseneck

Alles rund um die Tagespflege

Vortrag

Bei einer Führung durch die Tagespflegeeinrichtung wird das Konzept der Tagespflege anschaulich vorgestellt. Der strukturierte Tagesablauf, mit allen Förderungen zur Erhaltung von körperlichen und geistigen Fähigkeiten, ist neben Fragen zur Aufnahme und Abdeckung der Kosten durch die Pflegekasse Themen dieses Vortrags.

Termin: 10.10.2019, 16.30 - 18.30 Uhr
Veranstaltungsort: Baldham, Nachbarschaftshilfe Vaterstetten, Brunnenstr. 28
Referentin: Marion Reger



Bayerische Demenzwoche
13. – 22. September 2019
www.demenzwoche.bayern.de

ERNÄHRUNG UND BEWEGUNG

Essen und Trinken am Lebensende

Welche Bedeutung hat Essen und Trinken am Lebensende?

Neigt sich das Leben dem Ende entgegen, werden pflegende Angehörige, Ärzte und Pflegepersonal damit konfrontiert, dass die betroffene Person nicht mehr oder nur sehr wenig isst und trinkt.

Dies wirft immer wieder große Unsicherheiten, Ängste und Fragen auf. Diesem Thema möchten wir gemeinsam mit Ihnen begegnen und mittels Fachinformation und Impulsen einen neuen Blickwinkel eröffnen.

Termin: Do 10.10.2019, 17.00 - 18.30 Uhr
Veranstaltungsort: Grafing, Caritas-Zentrum, Bahnhofstr. 1
Referentin: Dagmar Kiefert, Palliativ Care Pflegekraft im SAPV

Yoga für Senioren

Yoga kann in jedem Lebensalter geübt und auch begonnen werden. Es ist nie zu spät einen neuen Schritt zu mehr Ausgeglichenheit und geistiger Stabilität, zu mehr Bewegungsfreude und Lebensqualität zu machen. Im fortgeschrittenen Alter entstehen immer häufiger Beschwerden bei der Bewegung. Muskeln, Knochen, Bänder und Gelenke sind weniger strapazierfähig. Yoga für Senioren ist eine gute und zudem einfache Möglichkeit, die körperliche Fitness, Mobilität und Selbstständigkeit zu erhalten oder sogar zu verbessern. Die angenehmen und nicht alltäglichen Bewegungen können sanft und den eigenen Möglichkeiten entsprechend geübt werden. Lernen Sie Ihren Körper neu kennen. Indem Sie Ihren Körper Schritt für Schritt mit leichten, aber regelmäßigen Übungen stärken, gewinnen Sie Sicherheit für Ihren Körper und können langfristig die Sturzgefahr senken. Die Stunde besteht aus sanften Übungen, variabel für Matte, Stuhl oder auch gestützt im Stehen. Alle Senioren sind herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Termin: Mo 21.10.2019, 9.30 - 11.00 Uhr
Veranstaltungsort: Moosach, Kath. Pfarrheim, Glonner Str. 3
Referentin: Priska Broese

Kochen für den kleinen Haushalt

Sind die Kinder aus dem Haus, müssen nicht selten gewohnte Koch- und Essroutinen umgestellt werden. Mit gezielter Planung, Organisation und ein wenig Kreativität lässt sich jedoch ganz leicht auch im kleinen Haushalt Abwechslung ins tägliche Essen bringen.

Wie das geht und worauf es bei der Ernährung ab der Lebensmitte ankommt, erfahren Sie in dieser Veranstaltung.

Bitte mitbringen: Schürze und kleine Behälter zum Mitnehmen von Speisen

Termin: Mi 23.10.2019, 10.00 - 13.00 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Wasserburger Str. 2
Referentin: Agnes Hüscher, Hauswirtschafterin
Teilnahmegebühr: Materialkosten für Lebensmittel: 3,00 Euro
Anmeldung: Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Frau Luisa Haydn, Tel. 08092 / 269 91 83, E-Mail: Luisa.Haydn@aelf-eb.bayern.de oder



Die Kinder der Kriegskinder – jetzt begreife ich endlich meine Eltern

Wie die Erlebnisse von Krieg, Hunger und Flucht auch uns, die Kinder und Enkel der Kriegskinder, prägen

Wir alle leben in einem Geflecht von menschlichen Beziehungen, gegenwärtige, vergangene und auch solche, die lange vor unserer Zeit waren und die wir oft gar nicht kennen. Werte, Vorstellungen und Verhaltensweisen, aber auch Ängste, Schmerz und Leid werden oft nonverbal und auf verborgenen Wegen weitergegeben an die nächste Generation. So erhält die nächste Generation Anteil am Leid der Eltern und Großeltern, ohne dieses Leid oft genau benennen zu können. Da ist vielleicht so eine Schwere in mir, so etwas tief in mir verborgenes Leidvolles und mitunter Schmerzendes und nicht wirklich Greifbares. Nicht selten zeigen sich Symptome einer traumatischen Belastungsstörung ohne dass ein eigenes Traumaerleben dahintersteht. Es sind die Erlebnisse der Eltern und Großelterngeneration, deren verdrängte Traumata sich auf die nächsten Generationen auswirken. Neben Hintergrundwissen und Berichten von Menschen, die dieser besonderen Traumaerfahrung nachgegangen sind, sollen auch eigene Erfahrungen mit den Eltern und Großeltern zur Sprache kommen dürfen.

Termin: Mi 23.10.2019, 19.00 - 21.30 Uhr
Veranstaltungsort: Poing, Pfarrheim Rupert Mayer, Gebr.-Asam-Str. 2
Referentin: Hedwig Geisberg, Seelsorgerin und Gestalttherapeutin

Genussvoll mitten im Leben: Bewusst essen, aktiv werden, gesund bleiben

Ab der Lebensmitte verändern sich Körper und Stoffwechsel und es ergeben sich neue Anforderungen an den persönlichen Lebensstil. Welche Lebensmittel sollten bevorzugt auf dem Speiseplan stehen? Wie lassen sich eine ausgewogene Ernährung und Genuss verbinden und praktisch im Alltag umsetzen? Im Ernährungsteil dieses Abends beantwortet Ihnen unsere Expertin diese Fragen.

Im Bewegungsteil erfahren Sie mehr über die „Wunderpille Bewegung“ und wie sie dazu beiträgt, körperlich fit und geistig jung zu bleiben. Dafür braucht es keine sportlichen Höchstleistungen. Wichtiger sind die kleineren und größeren Alltagsaktivitäten.

Bitte bequeme Kleidung tragen und ein Getränk mitbringen.

Termin: Do 24.10.2019, 18.00 - 20.30 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, Amt für Ernährung,
Landwirtschaft und Forsten, Wasserburger Str. 2
Referentin: Alina Reiß
Anmeldung: Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten,
Frau Luisa Haydn, Tel. 08092 / 269 91 83,
E-Mail: Luisa.Haydn@aelf-eb.bayern.de oder



Darf ich bitten?

Tanznachmittag mit der „Rentnerbande“

Tanzen ist doch eine der schönsten Formen des „Gesprächs“! Kommen Sie zu unserem Tanznachmittag mit der „Rentnerbande“. Sie wird Sie mit einem bunten Strauß an Melodien auf die Tanzfläche locken. Ihr vielfältiges Potpourri wird Sie begeistern. Ein kleiner Walzer gefällig? Wollen Sie lauthals mitschmettern (oder mitsummen) bei einem Schlager oder einfach die Musik genießen bei Kaffee und Kuchen? Und natürlich auch ratschen.
Das wird der krönende Abschluss der Seniorenthementage 2019.

Termin: Fr 25.10.2019, 15.00 - 17.00 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, Sieghartsburg, Sieghartstr. 8
Der Veranstaltungsort ist ebenerdig und mit einer rollstuhlgerechten Toilette ausgestattet.
Teilnahmegebühr: Eintritt frei, lediglich die Kosten für Kaffee und Kuchen belasten Ihren Geldbeutel nicht erforderlich
Anmeldung:

Im besten Alter?!

Fotowettbewerb

Das Kreisbildungswerk Ebersberg e.V. schreibt gemeinsam mit dem Landratsamt Ebersberg, dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, der Alzheimer Gesellschaft Ebersberg und dem Caritas-Zentrum Ebersberg einen Fotowettbewerb aus.

Sie können Ihr Foto bis zum **27.09.2019** unter Zustimmung der Teilnahmebedingungen per E-Mail schicken an:

demografie@lra-ebe.de

Informationen zu den Teilnahmebedingungen finden Sie auf der Website:

www.kbw-ebersberg.de

Gewinn:

Eine Jury prämiert die besten Fotografien. Der erste Preis ist eine Fahrt nach Berlin mit dem Bundestagsabgeordneten Andreas Lenz und es winken weitere attraktive Preise. Die zwanzig besten Bilder werden im Foyer des Landratsamtes ausgestellt. Die Preisverleihung findet im Rahmen der Vernissage am 15.10.2019 um 19.00 Uhr statt.

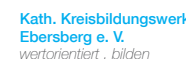
Darüber hinaus werden die besten Fotos in einer Fotogalerie unter www.gesundheitsregionplus-ebersberg.de sowie auf der Facebook-Seite des Landkreises Ebersberg publiziert.

Wir freuen uns auf zahlreiche Einsendungen.

Motto:

“Im besten Alter?!“

Einsendeschluss ist der
27.09.2019



WEITERE VERANSTALTUNGEN

für Senioren außerhalb der Seniorenthementage

Offene Sprechstunde Demenz

Caritas-Zentrum im Landkreis Ebersberg:

Termin: Mi 18.09.2019, 14.00 - 18.00 Uhr
Veranstaltungsort: Grafing, Caritas-Zentrum Ebersberg, Bahnhofstraße 1
Markt Schwaben, Caritas-Zentrum, Färbergasse 32

Diagnose Demenz

Ein Film- und Gesprächsnachmittag

Termin: Mi 18.09.2019, 16.00 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, Evangelisches Gemeindehaus Ebersberg,
Abt-Williram-Straße 90
Autorin und Regie: Melitta Müller-Hansen

Film "Still Alice"

Filmabend in Forstinning

Termin: Do 19.09.2019, 19.30 Uhr
Veranstaltungsort: Forstinning, Kath. Pfarrheim, Graf-Sempt-Sraße 4

"Weltalzheimerstag" im e-Einz Ebersberg

Informationsstand

Termin: Sa 21.09.2019, 10.00 - 16.00 Uhr
Veranstaltungsort: Ebersberg, e-EinZ, Altstadtpassage 6 / 7

Bücher- und Medientische zum Thema Demenz

In Vaterstetten und Zorneding vom 13. - 22.09.2019

Veranstaltungsort: Vaterstetten, Gemeindebücherei Vaterstetten
Johann-Strauß-Straße 37
Öffnungszeiten: Mo - Fr, 15.00 - 19.00 Uhr; Di und Fr 11.00 -14.00 Uhr
Veranstaltungsort: Vaterstetten, Pfarrbücherei Vaterstetten, im Dach-
geschoss des alten Pfarrheims neben der Kirche
Öffnungszeiten: Mi 16.30 - 18.30 Uhr und So 10.30 - 12.30 Uhr
Veranstaltungsort: Zorneding, Gemeindebücherei Zorneding, Schulstraße 7
Öffnungszeiten: Mo, Mi 15.00 - 19.00 Uhr; Di 9.00 - 12.00 Uhr und 18.00
- 20.00 Uhr; Do 11.00 - 15.00 Uhr; Fr. 15.00 - 18.00 Uhr

Lebenswert

Gedächtnistraining und mehr

Termin 1:	ab Mo 23.09.2019, (10 Treffen), 16.00 - 17.30 Uhr
Termin 2:	ab Fr 27.09.2019, (10 Treffen), 9.00 - 10.30 Uhr
Veranstaltungsort:	Grafiing, Kath. Pfarrheim, Ägidiuszimmer, Kirchenplatz 1
Teilnahmegebühr:	52,00 Euro pro Kurs
Anmeldung:	Margarete Weigand, Tel. 08092 / 96 87 oder Anna Weilhammer, Tel. 08092 / 49 25 oder im KBW
Veranstalter:	KBW

Herzenssprechstunde

Was tut meinem Herzen gut?!

Termin:	ab Di 24.09.2019, (5 Treffen), 16.00 - 18.00 Uhr
Veranstaltungsort:	Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5
Teilnahmegebühr:	50,00 Euro, eine individuelle Ermäßigung ist im Bedarfsfall möglich. Bitte wenden Sie sich hierfür an die KBW-Geschäftsstelle.
Anmeldung:	KBW bis 20.09.2019

Der rote Faden in meinem Leben

Termin:	ab Di 01.10.2019, (6 Treffen), 16.00 - 18.00 Uhr
Veranstaltungsort:	Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5
Teilnahmegebühr:	60,00 Euro
Anmeldung:	KBW bis 23.09.2019

Da geht noch was!

Eine interaktive Liebeserklärung an das Altern

Termin:	Mo 07.10.2019, 15.00 Uhr
Veranstaltungsort:	Grafiing, Kath. Pfarrheim, Kirchenplatz 1
Teilnahmegebühr:	kostenfrei
Anmeldung:	KBW bis 01.10.2019

Mein Lebensbuch

Workshop

Referentin:	Irmgard Marx
Teilnahmegebühr:	50,00 Euro zzgl. Materialkosten 15,00 Euro
Termine:	Fr 18.10.2019, 17.00 - 21.00 Uhr bis Sa 19.10.2019, 09.00 - 18.00 Uhr
Veranstaltungsort:	Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5
Anmeldung:	KBW bis 11.10.2019

20 Jahre
lebenswert-
Kurse
in Grafiing

Tanz mit uns

Tanzen ist Freude an Bewegung

Termin: Mo 25.11.2019, 14.00–17.00 Uhr
Veranstaltungsort: Grafing, Kath. Pfarrheim, Kirchenplatz 1
Referentinnen: Hella Hupfer und Nani Gramich
Teilnahmegebühr: kostenfrei
Veranstalter: KBW



Webinar: Herzwochen 2019 - Plötzlicher Herztod

online Seminar

Termin: Di 12.11.2019, 19.30 Uhr
Referent: Prof. Dr. med. Harald Mudra
Teilnahmegebühr: 9,00 Euro
Veranstalter: VHS Zweckverband Kommunale Bildung

Herzwochen 2019: Naturheilkundliche Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Termin: Sa 16.11.2019, 10.00 Uhr
Referent: Bernhard Kern
Veranstaltungsort: Grafing, VHS, Griesstraße 27, EG
Teilnahmegebühr: 44,00 Euro
Veranstalter: VHS Zweckverband Kommunale Bildung

Herzwochen 2019: Natürliche Wege zur Cholesterinsenkung

Termin: Mi 20.11.2019, 19.30 Uhr
Referent: Dr. med. Hartmut Dorstewitz
Veranstaltungsort: Ebersberg, Im Klosterbauhof 1, Saal „Unterm First“
Teilnahmegebühr: 8,00 Euro
Veranstalter: VHS Zweckverband Kommunale Bildung

Mit wheelmap.org ohne Barrieren im Landkreis Ebersberg

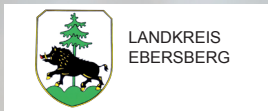
Termin: Mi 22.01.2020, 19.00 Uhr
Referent: Gerhard Schönauer
Veranstaltungsort: Ebersberg, vhs, Dr.-Wintrich-Str. 3
Teilnahmegebühr: kostenfrei
Veranstalter: VHS Zweckverband Kommunale Bildung

Computer-und Smartphone-Kurse für Senioren bei der VHS Vaterstetten unter www.vhs-vaterstetten.de

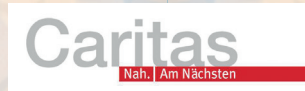


26. September bis 25. Oktober 2019

Mit freundlicher Unterstützung:



In Kooperation mit:



**Kath. Kreisbildungswerk
Ebersberg e. V.**
wertorientiert . bilden



Pfarrer-Bauer-Str. 5 . 85560 Ebersberg
Tel 08092 / 850 79 - 0 . Fax - 20
info@kbw-ebersberg.de
www.kbw-ebersberg.de

Bildnachweis: StockAdobe / Syda Productions