

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Beauftragte und Interessierte!

Alle ehrenamtlichen kommunalen Senioren- und Behindertenbeauftragten haben bereits die Einladung zum ersten Austauschtreffen 2019 von uns erhalten. Wir freuen uns auf eine hochinteressante Veranstaltung am Freitag, den 24. Mai. Der Witikohof, der die Barrierefreiheit anschaulich macht, bietet dazu den idealen Rahmen. Damit wir besser planen können, bitten wir um eine *Rückmeldung bis 20. Mai 2019* ([christian.fiebig@landkreis-frg.de](mailto:christian.fiebig@landkreis-frg.de) oder 08551/57332).

Digitale Medien und die Digitalisierung dürfen auch für ältere Menschen keine Fremdworte mehr sein. Diese sind als Chance zu verstehen. Wir möchten mit diesem digitalen Newsletter dazu beitragen und zeigen, welche nützlichen Informationen das Internet bereithält.

Weitere interessante Informationen in diesem Newsletter Nr. 2 sehen Sie im Inhaltsverzeichnis. Ein Tipp, klicken Sie einfach im Inhaltsverzeichnis auf das Thema und Sie werden automatisch auf die richtige Seite geleitet.

Noch ein *Hinweis* zu *Landespflegegeld* und der *Rundfunkgebühr*. Ab einem Pflegegrad von 2 kann Landespflegegeld beantragt werden. Dadurch ergibt sich seit Kurzem die Möglichkeit, eine Befreiung von den Rundfunkgebühren zu beantragen. *Wichtig* ist hier die *Angabe der Kennziffer 407*.

⇒ [Antrag Landespflegegeld](#) ⇐

⇒ [Antrag Befreiung Rundfunkbeitrag](#) ⇐

## Inhalt

Young Carers: Pflegende Kinder .....	2
Demenz: Schulung in der Sozialstation Freyung .....	3
Einladung 24. Mai: Infonachmittag Demenz .....	4
KEB Freyung-Grafenau: Infoveranstaltung Diabetes .....	5
Ratgeber Pflege.....	5
vhs Freyung-Grafenau: Kurse für Junggebliebene .....	6
Nie zu alt für `s Internet.....	7
Fortbildung: Generationen-Mentoren .....	7
Informationen: Europawahl 2019 in Leichter Sprache.....	8
Inklusion: Budget für Arbeit .....	9
Politisches einfach erklärt: Mitbestimmen .....	9
Ehrensache: Das Magazin rund ums Ehrenamt auf dem Land.....	10
Digitale Infos des Landratsamtes Freyung-Grafenau.....	11
Weitere digitale Infos.....	11
Termine im Landkreis und darüber Hinaus .....	12
Allgemeine Hinweise .....	13

### Young Carers: Pflegende Kinder

Gesellschaftlich sind pflegende minderjährige Kinder nicht vorgesehen, dennoch wird von diesen eine nicht unerhebliche Verantwortung getragen. Sie helfen im Haushalt, beim Einkaufen, Duschen und Anziehen. Sie besorgen Medikamente und unterstützen in der klassischen Pflege sowie bei der Betreuung von jüngeren Geschwistern. Wie geht es

Kindern, die schon so früh erwachsen sein müssen? Die Internetseite [young-carers.de](http://young-carers.de) bietet Informationen und Hilfestellungen an.

Auch die Internetseite [johanniter-superhands.de](http://johanniter-superhands.de) richtet sich in erster Linie an junge Leute, die regelmäßig für einen oder mehrere Angehörige sorgen, ihnen helfen oder sie auch richtig pflegen. *Superhands* kann aber auch für jene Menschen nützlich sein, die selbst von Familienmitgliedern gepflegt werden, genauso wie für LehrerInnen, PädagogInnen, PsychologInnen und alle, die mit pflegenden Kindern und Jugendlichen zu tun haben. Ziel von *superhands* ist es, zu informieren, zu beraten und bestmöglich zu entlasten, damit Kinder und Jugendliche wieder eine Kindheit ohne Pflegeverantwortung leben können.

### Demenz: Schulung in der Sozialstation Freyung

Der Kreiscaritasverband Freyung-Grafenau bietet Demenzschulungen an sechs Terminen jeweils von 18.00 bis 21.00 Uhr in der Sozialstation Freyung an.

Termin	29. April, 02. Mai, 06. Mai, 09. Mai, 13. Mai und 16. Mai
Zeit	18.00 bis 21.00 Uhr
Ort	Ludwig-Penzkofer-Str. 3, 94078 Freyung
Kosten	Kurskosten werden von Krankenkassen übernommen. Außer bei der AOK. AOK-Mitglieder müssen vorher einen Berechtigungsschein bei ihrer Krankenkasse beantragen. Kosten werden nur bei Pflegebedürftigen übernommen, bei denen Bepunktung bei Modul 1 und 2 überwiegt.

Anmeldung über: 0 85 81/98 82 14 oder 0 85 51/5 85 30

## Einladung 24. Mai: Infonachmittag Demenz

Die ILE Passauer Oberland veranstaltet zusammen mit dem Fachbereich Gemeindecaritas der Caritas Passau am Freitag, den 24. Mai von 14 bis ca. 16 Uhr einen Info- / Austauschnachmittag zum Thema *Demenz* für Betroffene wie z.B. pflegende Angehörige und/oder Pflegepersonal sowie interessierte Seniorenvertreter und BürgerInnen, die mit Demenzpatienten zu tun haben. Moderiert wird die Veranstaltung durch Konrad Habberger (Gemeindecaritas, Diözese Passau). Als Vortragsgäste konnten Herr Dr. Thomas Motzek-Noé (Facharzt für Neurologie am Klinikum Passau) sowie Paul Ilg (ehem. pflegender Angehöriger und Mitorganisator der Selbsthilfegruppe „Demenz“) gewonnen werden.

Datum	Freitag, 24. Mai 2019
Zeit	14.00 bis 16.00 Uhr
Ort	Schätzlhof (Petzersber 1, 94161 Ruderting)
Gebühr	kostenlos

- Beginn 14 Uhr: Begrüßung & Einführung / Bgm. Rudolf Müller (Ruderting)
- 14.15 – 15.45 Uhr: *Fachvortrag / Dr. Thomas Motzek-Noé Demenz*  
Ursachen, Symptome, Abgrenzung etc. Aus dem Leben mit einer  
*Demenzpatientin / Paul Ilg*  
Erfahrungen, Erkenntnisse und Tipps für Betroffene Modell –  
*Selbsthilfegruppe / Konrad Habberger*  
Organisation, Ablauf der Treffen und nützliche Hinweise  
Informationsmaterial und hilfreiche Kontakte/Adressen
- ab ca.15.45 Uhr: offene Fragerunde / Diskussion

**Bitte melden Sie sich bis Montag, 20. Mai 2019 an.**

Anmeldungen bitte an: Gabriele Bergmann (Projektmanagerin ILE Passauer Oberland)  
bergmann@systemk3.de oder telefonisch 08501/9150261

## KEB Freyung-Grafenau: Infoveranstaltung Diabetes

Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) ist ein Überbegriff für verschiedene Störungen des Stoffwechsels. Allen gemeinsam ist, dass sie zu erhöhten Blutzuckerwerten führen, weil die Patientinnen und Patienten einen Mangel am Hormon Insulin haben und/oder die Insulinwirkung vermindert ist. Medizinisch unterscheidet man verschiedene Diabetes-Formen. Die Hauptformen sind der Typ-1- und der Typ-2-Diabetes mellitus. In Deutschland leiden circa 7,2 Prozent der Erwachsenen im Alter von 18 bis 79 Jahren an Diabetes mellitus. Circa 90 bis 95 Prozent davon sind an Typ-2-Diabetes erkrankt. Aufklärung und Vorbeugung sind die entscheidenden Stellschrauben zur Bekämpfung von Diabetes.

Die KEB veranstaltet zusammen mit der Diabetiker-Selbsthilfegruppe Freyung-Grafenau Infonachmittage, um besser mit der chronischen Erkrankung umgehen zu können.

1. Termin	Dienstag, 14. Mai 2019
2. Termin	Dienstag, 13. August 2019
3. Termin	Dienstag, 12. November 2019
Zeit	jeweils um 15.00 Uhr
Ort	St. Oswald, Hotel Wieshof in Riedlhütte Anton-Hilz-Straße 8, 94566 Riedlhütte
Gebühr	kostenlos

## Ratgeber Pflege

Der Ratgeber Pflege des Bundesministeriums für Gesundheit bietet einen umfassenden Überblick zum Thema Pflege in den Kapiteln:

1. Individuelle Absicherung bei Pflegebedürftigkeit
2. Leistungen der Pflegeversicherung
3. Pflege von Angehörigen zu Hause
4. Beratung im Pflegefall

- 5. Qualität und Transparenz in der Pflege
- 6. Glossar – wichtige Begriffe zum Nachschlagen

Mit einem Klick zum

[Ratgeber Pflege](#)

## vhs Freyung-Grafenau: Kurse für Junggebliebene

Was?	Wann?	Wo?
 <b>Fahrradsicherheit für Pedelecfahrer</b>	Sa., 27.04.2019 16:00 Uhr	Waldkirchen
 <b>Englisch A1</b>	Mo., 29.04.2019 18:00 Uhr	Freyung
 <b>Blooming late! Englisch für die Generation 50+</b>	Do., 02.05.2019 18:00 Uhr	Waldkirchen
 <b>Englisch A1</b>	Fr., 03.05.2019 18:00 Uhr	Waldkirchen
 <b>Silver Surfer Modul 1:</b> Was ist das Internet und wie nutzt man es?	Di., 07.05.2019 14:00 Uhr	Perlesreut
 <b>Silver Surfer Modul 2:</b> Unterhaltung und Mitmachen im Internet	Do., 09.05.2019 14:00 Uhr	Perlesreut
 <b>"PC-Sprechstunde" für Senioren</b>	Mo., 13.05.2019 16:00 Uhr	Spiegelau
 <b>PC- und Internetwissen für Senioren</b>	Di., 14.05.2019 13:00 Uhr	Waldkirchen
 <b>Silver Surfer Modul 3:</b> Risiken und Rechtliches	Di., 14.05.2019 14:00 Uhr	Perlesreut
 <b>Seniorenturnen</b>	Do., 16.05.2019 18:30 Uhr	Zenting
 <b>Sanfte Seniorenmedizin</b>	Di., 21.05.2019 18:00 Uhr	Grafenau
 <b>PC- und Internetwissen für Senioren</b>	Di., 25.06.2019 13:00 Uhr	Grafenau
 <b>Beweglich sein im Alter</b>	Do., 27.06.2019 18:00 Uhr	Grafenau
 <b>"PC-Sprechstunde" für Senioren</b>	Mo., 15.07.2019 16:00 Uhr	Spiegelau



**AKTIV IM  
ALTER**

zur Online-Anmeldung

[Kurse für Junggebliebene: Infos und Anmeldung](#)

oder telefonisch 08551/57-370

## Nie zu alt für's Internet

Die Broschüre *Nie zu alt für's Internet* wird seit 2014 in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz erstellt. Die Broschüre verfolgt das Ziel, bestehende Vorbehalte von Seniorinnen und Senioren hinsichtlich der Nutzung des Internets abzubauen und die Zielgruppe zur Nutzung zu motivieren. Daneben enthält die Broschüre eine Übersicht über mögliche Ansprechpartner, hilfreiche Adressen sowie Schulungs- und Kursangebote, die den Seniorinnen und Senioren beim Einstieg ins Internet behilflich sein können.

Nun ist die Broschüre in Leichte Sprache übersetzt und veröffentlicht worden, um insbesondere die zunehmende Zahl an älteren und hochaltrigen Menschen mit Beeinträchtigungen sowie für ältere Migrantinnen und Migranten mit schwierigen Sprachzugang zu unterstützen.

*Mit einem Klick zur Broschüre*

[Nie zu alt für das Internet! Ein Ratgeber in Leichter Sprache](#)

## Fortbildung: Generationen-Mentoren

Die Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Passau hat einen Ausbildungskurs Generationenmentor/in entwickelt. Das Angebot richtet sich an alle Menschen, die in Kommunen oder Einrichtungen generationsübergreifende Projekte initiieren und begleiten möchten.

Die demografische Entwicklung führt dazu, dass immer mehr Ältere immer weniger Jüngeren gegenüberstehen. Wenn Generationen miteinander, voneinander und übereinander lernen, dann können sie gemeinsam für eine lebenswerte Gemeinde sorgen. Hier setzt die Aufgabe der Generationen-Mentoren an. Sie gestalten und begleiten Begegnungen der Generationen, initiieren gemeinsame Projekte, vernetzen engagierte Akteure vor Ort und fördern so die Lebensqualität in Ihrer Gemeinde. Wenn Sie Neues

kennen lernen wollen, Spaß daran haben Gesellschaft konkret zu gestalten und auf Menschen unterschiedlichen Alters zugehen können, dann werden Sie Generationen-Mentor/-in!

Weitere Informationen zu Termine, Zeit, Ort und Kosten

[Fortbildung Generationen-Mentoren](#)

## Informationen: Europawahl 2019 in Leichter Sprache


Die Bayerische Landeszentrale für politische Bildungsarbeit hat für die Europawahlen am 26. Mai 2019 eine Informationsbroschüre in Leichter Sprache herausgegeben.

Die EU-Länder	Seite 4
Wofür ist die EU gut?	Seite 5
Was sind Europa-Wahlen?	Seite 7
Das Europa-Parlament	Seite 8
Wen wählt man?	Seite 10
Wer darf wählen?	Seite 13
Die Vorder-Seite von der Wahl-Benachrichtigung	Seite 14
Die Rück-Seite von der Wahl-Benachrichtigung	Seite 16
Der Stimm-Zettel: so wählen Sie	Seite 18
Der Stimm-Zettel ist ungültig	Seite 21
Im Wahl-Raum	Seite 22
Die Brief-Wahl	Seite 24
Wer hat die Wahl gewonnen?	Seite 26
Das Wahl-Hilfe-Heft können Sie bestellen	Seite 27

Damit Sie das Heft gut lesen können:  
Haben wir immer die **männliche** Form geschrieben.  
**Zum Beispiel:** der Bürger, der Bewerber.

- Wir meinen damit aber **genauso auch die Frauen:** die Bürgerin, die Bewerberin.
- Und **alle mit anderem Geschlecht.**

Wir meinen **alle Menschen.**  
Wir wollen **niemanden** benachteiligen!



Einfach verstehen!

[Wahl-Hilfe-Heft zur Europawahl am 26. Mai 2019](#)



## Inklusion: Budget für Arbeit

Budget für Arbeit ist eine Leistung für Beschäftigte in Werkstätten für behinderte Menschen (WfbM), denen ein Arbeitsverhältnis auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt angeboten wird. Das *Budget für Arbeit* beinhaltet sowohl *arbeitsplatzbegleitende Leistungen* für den behinderten Menschen als auch einen Lohnkostenzuschuss für den Arbeitgeber. Auch Beschäftigte einer WfbM haben Stärken und spezielle Fähigkeiten. Die Erfahrungen aus der Praxis zeigen dies. Wenn Beschäftigte, die in einer WfbM arbeiten oder einen Anspruch hätten, dort zu arbeiten, einen regulären Arbeitsplatz haben könnten, kommt das *Budget für Arbeit* als unterstützende Leistung in Betracht. Zuständig für das *Budget für Arbeit* sind in Bayern in der Regel die Sozialverwaltungen der Bezirke. Die Inklusionsämter sind am Verfahren beteiligt. Auch die Werkstätten für behinderte Menschen haben den Auftrag, den Übergang geeigneter Beschäftigter auf den allgemeinen Arbeitsmarkt zu fördern.

*Weitere Informationen können hier weitergelesen werden*

[ZBFS: Behinderung & Beruf - Budget für Arbeit](#)

## Politisches einfach erklärt: Mitbestimmen

Ein unabhängiges Leben zu führen heißt in der Demokratie auch: Mitbestimmen! Egal ob Menschen mit oder ohne Behinderung: Von ihrer Teilhabe lebt die Gesellschaft.

Diesen Inhalt thematisiert ein kurzer Videoclip der Bundeszentrale für politische Bildung.

*Klick zum Video*

[Mitbestimmen](#)

## Ehrensache: Das Magazin rund ums Ehrenamt auf dem Land

Fakten, Geschichten und Informationen rund um das Thema Ehrenamt auf dem Land - das bietet das Magazin *Ehrensache*. Die Publikation enthält ein Experteninterview zur Bedeutung des Ehrenamts auf dem Land. Es wird darüber informiert, wie das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) das Engagement auf dem Land unterstützt. Außerdem im Portrait: Ehrenamtliche und ihre Projekte.

Folgende Themen finden Sie in der digitalen Ausgabe

- ⇒ Ehrenamt ist existenziell auf dem Land
  
- ⇒ Land: Engagiert  
Das Ehrenamt in Zahlen
  
- ⇒ Hand in Hand  
Wie wird das Engagement auf dem Land gefördert
  
- ⇒ Weiblich, Ländlich, Jung
  
- ⇒ Smart im Alter  
Die App *Mein Dorf 55+* vernetzt
  
- ⇒ Das sind wir!  
Vier Ehrenamtliche zeigen, wofür sie sich engagieren.
  
- ⇒ Die Gemeinschaft ist etwas sehr Besonderes für mich

Mit einem Klick zum Magazin

[Ehrensache](#)

## Digitale Infos des Landratsamtes Freyung-Grafenau

- ⇒ [Koordinationsbüro Senioren](#)
- ⇒ [Koordinationsbüro Menschen mit Handicap](#)
- ⇒ [Wegweiser für Senioren und Menschen mit Handicap](#)
- ⇒ [Notfall- und Vorsorgemappe](#)
  
- ⇒ [Sozialverwaltung](#)
- ⇒ [Gesundheitsamt](#)

## Weitere digitale Infos

### *Für Senioren*

- ⇒ [Kommunale Seniorenpolitik](#)
- ⇒ [Lichtblick Seniorenhilfe e.V.](#)
- ⇒ [Kreis-Caritasverband Freyung-Grafenau](#)
- ⇒ [Bundesregierung /// Politik für ältere Menschen](#)

### *Für Menschen mit Handicap*

- ⇒ [Menschen mit Behinderung](#)
- ⇒ [Zentrum Bayern Familie und Soziales](#)
- ⇒ [Bezirk Niederbayern /// Behindertenbeauftragter](#)
- ⇒ [Kreis-Caritasverband Freyung-Grafenau](#)
- ⇒ [Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.](#)

## Termine im Landkreis und darüber Hinaus

### 9. Treffen der kommunalen Senioren- und Behindertenbeauftragten

Freitag, 25. Mai 2019, 15.00 bis 18.00 Uhr

Witikohof, Bischofsreut - Hauptstraße 24, Haidmühle

### Aktionstag 2019 für Menschen mit Handicap

Mittwoch, 17. Juli 2019, 8.30 bis 14.00 Uhr

Kurpark Grafenau

### Erste Bayerische Demenzwoche

vom 13. bis 22. September 2019

*Terminhinweise folgen*

### 10. Treffen der kommunalen Senioren- und Behindertenbeauftragten

Freitag, 15. November 2019, Zeit und Ort wird noch bekannt gegeben

**Die 3. Ausgabe des Newsletters wird im August 2019 erscheinen.**

## Christian Fiebig

Koordination Büro für Senioren und Menschen mit Handicap

### Landratsamt Freyung-Grafenau

#### Sachgebiet 20

#### Landkreisangelegenheiten

#### Dienstgebäude Wolfstein

Wolfkerstr. 3, 94078 Freyung

Postfach 1311, 94075 Freyung

Büro Schloss Wolfstein

Tel.: +49 8551 57-332

Fax: +49 8551 57-193

[christian.fiebig@lra.landkreis-frg.de](mailto:christian.fiebig@lra.landkreis-frg.de)



**MEHR RAUM  
UND ZEIT.**



[www.freyung-grafenau.de](http://www.freyung-grafenau.de)

#### Vertretung

Laura Poost, Tel.: +49 8551 57-214, [laura.poost@lra.landkreis-frg.de](mailto:laura.poost@lra.landkreis-frg.de)



## Allgemeine Hinweise

Alle im Newsletter bereitgestellten Informationen haben wir nach bestem Wissen und Gewissen erarbeitet und geprüft. Eine Gewähr für die jederzeitige Aktualität, Richtigkeit, Vollständigkeit und Verfügbarkeit der bereit gestellten Informationen können wir allerdings nicht übernehmen. Ein Vertragsverhältnis mit den Nutzern des Internetangebots kommt nicht zustande. Das Landratsamt Freyung-Grafenau übernimmt keine Haftung für den Inhalt externer Internetseiten.

## Anmeldung zu unserem Newsletter

Bitte senden Sie uns dazu eine E-Mail mit dem Betreff „Newsletter anmelden“ an [senioren@lra.landkreis-frg.de](mailto:senioren@lra.landkreis-frg.de) oder [handicap@lra.landkreis-frg.de](mailto:handicap@lra.landkreis-frg.de). Ihre E-Mail-Adresse wird für den Versand des Newsletters gespeichert und nur zum Zweck der Versendung verarbeitet.

## Abbestellen unseres Newsletters

Bitte senden Sie uns dazu eine E-Mail mit dem Betreff „Newsletter abbestellen“ an [senioren@lra.landkreis-frg.de](mailto:senioren@lra.landkreis-frg.de) oder [handicap@lra.landkreis-frg.de](mailto:handicap@lra.landkreis-frg.de). Ihre E-Mail-Adresse wird dann gelöscht.