

Sehr geehrte Damen und Herren,
 liebe Senioren- und Behindertenbeauftragte!

Die dritte Bayerische Demenzwoche steht bevor und im Landkreis wird es in der Woche vom 19. bis 25. September auch Veranstaltungen dazu geben. Im siebten Newsletter im Themenbereich Senioren und Menschen mit Handicap erfahren Sie mehr darüber, sowie die genauen Zeiten für die Veranstaltungen. Darüber hinaus können Sie einen Nachbericht zu dem Weiterbildungsangebot für die ehrenamtliche Alltagshilfe, Informationen zu einer Demenz App, der Einladung zu Rock im Herbst und einem Hoffest sowie zu dem Seniorengottesdienst mit Bischof Oster in Waldkirchen oder dem Krisendienst Psychiatrie in Niederbayern nachlesen. Weitere Themen entnehmen Sie dem Inhaltsverzeichnis des Newsletters.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit und einen angenehmen Herbst!

Inhalt

Demenzwoche vom 19. bis 25. September im Landkreis	2
Großes Interesse an dem Weiterbildungsangebot für die ehrenamtliche Alltagshilfe.....	5
DemenzGuide: App für Angehörige.....	6
1. Oktober: Seniorengottesdienst in Waldkirchen mit Bischof Oster.....	8
Landkreis: Beratungs- und Unterstützungsangebote.....	9
Vhs Freyung-Grafenau: Aktiv im Alter // Kursangebote.....	10
KEB Freyung-Grafenau: Erste Schritte in der digitalen Welt.....	17
Landesamt für Pflege: Krisentelefon.....	18
Lebenshilfe Grafenau: Rock im Herbst 8. Oktober 2022.....	19

Hoffest für Menschen mit körperlichen und geistigen Einschränkungen.....	20
BLWG: Beratung für Menschen mit Hörbehinderung in Passau.....	20
BLWG: Online-Beratung für Gehörlose.....	22
Niederbayern: Krisendienst Psychiatrie.....	22
Anträge /// Formulare.....	23
Digitale Infos des Landratsamtes Freyung-Grafenau.....	23
Weitere digitale Infos.....	24
Allgemeine Hinweise	25
Hinweis: Lesbarkeit.....	27

Demenzwoche vom 19. bis 25. September im Landkreis

Der Landkreis Freyung-Grafenau nimmt mit mehreren Veranstaltungen an der dritten Bayerischen Demenzwoche teil, die vom 19. bis 25. September 2022 in ganz Bayern stattfindet.

Wie gehen wir als Gesellschaft mit Demenz um? Wie können wir Erkrankte und Angehörige unterstützen? Diesen Fragen widmen sich vom 19. bis 25. September mehrere Veranstaltungen im Landkreis Freyung-Grafenau im Rahmen der dritten bayernweiten „Demenzwoche“. Die Demenzwoche im Landkreis wird gemeinsam veranstaltet vom Koordinationsbüro für Senioren am Landratsamt, von der Seniorenbeauftragten und der Behindertenbeauftragten des Landkreises sowie der GesundheitsregionPlus und der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB). Alle Interessierten sind zu den kostenlosen Veranstaltungen von verschiedenen Fachexperten aus dem Landkreis und der Region eingeladen.

Die mit einer alternden Gesellschaft einhergehende ansteigende Zahl der Menschen mit Demenz stellt eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung dar. Derzeit leben in Bayern mehr als 240.000 Betroffene, wobei mit einer erheblichen Dunkelziffer zu rechnen ist. Die künftige Entwicklung sagt bei einem gleichbleibenden Erkrankungsrisiko in 20 Jahren eine Verdopplung der Zahl von Menschen mit Demenz voraus. „Es ist deshalb wichtig, die

Gesellschaft für das Thema Demenz zu sensibilisieren. Die Demenzwoche im Landkreis bietet dazu für interessierte Bürger und Angehörige von Betroffenen eine Plattform,“ so der stellvertretende Landrat Franz Brunner. Es geht darum, den Bewusstseinswandel in der Gesellschaft im Umgang mit dem Thema Demenz voranzubringen und über bestehende Betreuungs- und Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene zu informieren. Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos.

Die Veranstaltungen:

Montag, 19.09.2022

Vortrag in Präsenz

Thema: Demenz Balance Modell - Erleben, verstehen, handeln

Interaktiver Workshop & Seminar

Ort: **Freyung, KEB, Abteistraße 23**

Dauer: **9 - 12 Uhr**

Referentin: Frau Silvia Wagner-Meier (Koordinatorin pflegerische und psychosoziale Beratung, Hospizverein Freyung-Grafenau)

Montag, 19.09.2022

Vortrag in Präsenz

Thema: Demenz - Ein Einblick in das Wesen der Erkrankung

Ort: **Freyung, Sitzungssaal Landratsamt, Grafenauer Straße 44**

Dauer: **15 - 18 Uhr**

Referentin: Frau Tanja Petzi (Leitung sozialpflegerische Ausbildung, Malteser Passau)

Mittwoch, 21.09.2022

Vortrag in Präsenz

Thema: Demenz - Eine Herausforderung für Angehörige

Ort: **Waldkirchen, Bürgerhaus, Ringmauerstraße 14**

Dauer: **19 - 21 Uhr**

Referentin: Frau Heidi Teufel (Fachgebietsleitung Angebote zur Unterstützung im Alltag, Caritas Freyung-Grafenau)

Donnerstag, 22.09.2022

Digitaler Informationsnachmittag

Thema: Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige

Ort: Online unter www.md-bayern.de/anmeldung

Dauer: 16 - 18 Uhr

Referenten: Herr Christoph Fuchs (Dienststellenleitung, Malteser Freyung-Grafenau), Frau Heidi Teufel (Fachgebietsleitung Angebote zur Unterstützung im Alltag, Caritas Freyung-Grafenau), Herr Robert Gerl (Teamleiter Pflegebegutachtung, Medizinischer Dienst Bayern)



1 Die Ausrichter freuen sich auf zahlreiche Teilnehmende bei den Veranstaltungen der Demenzwoche (von links) René Kurtz (Geschäftsstellenleitung GesundheitsregionPlus Landkreis Freyung-Grafenau), Dr. Hanna Seidl (2. Vorsitzende der Katholischen Erwachsene

Großes Interesse an dem Weiterbildungsangebot für die ehrenamtliche Alltagshilfe

Knapp 80 Teilnehmer konnte der stellvertretende Landrat Franz Brunner im Kurhaus der Stadt Freyung zur Veranstaltung begrüßen. „Das große Interesse an diesem Termin zeigt mir, wie notwendig ein solches Weiterbildungsangebot ist. Die Unterstützung, die Sie anbieten, stellt für unsere betroffenen älteren Bürgerinnen und Bürger und deren unmittelbaren Verwandten eine große Hilfe und Entlastung dar.“

Die Referentinnen Johanna Myllymäki und Simona Sandl von der Fachstelle Demenz und Pflege Niederbayern erläutern daraufhin, was es genau mit der Bezeichnung - Ehrenamtlich tätige Einzelperson - auf sich hat. Seit dem 01. 01. 2021 können Menschen ab Pflegegrad 1, die zu Hause leben, auch die Kosten für Angebote zur Unterstützung im Alltag, die durch ehrenamtlich tätige Einzelpersonen erbracht werden, mit der Pflegeversicherung über einen Entlastungsbetrag in Höhe von 125 € pro Monat abrechnen. Diese Einzelperson darf weder verwandt noch verschwägert bis zum 2. Grad mit der Person sein, die sie unterstützt - somit kommen z. B. Bekannte, Freunde oder Verwandte ab dem 3. Verwandtschaftsgrad (z. B. Nichte/Neffe) in Betracht. Die Tätigkeiten als ehrenamtliche Einzelperson können zum Beispiel Strukturierung und Begleitung im Alltag oder die Unterstützung bei der Haushaltsführung beinhalten.



2 Stellvertretender Landrat Franz Brunner begrüßt die Teilnehmer und die Referentinnen Johanna Myllymäki und Simona Sandl von der Fachstelle Demenz und Pflege Niederbayern (v.r.).

In der acht Unterrichtseinheiten dauernden Weiterbildung wurden den Teilnehmern verschiedene Inhalte nähergebracht, die bei der Alltagshilfe unerlässlich sind. Neben Informationen zur Betreuung von Pflegebedürftigen oder der zwischenmenschlichen Kommunikation wurde auch die Unterstützung bei der Haushaltsführung thematisiert. Verschiedene Fragestellungen wurden dabei erläutert. Wie können Ansätze einer bedarfsorientierten Begleitung und Unterstützung aussehen? Welche Aspekte einer gelungenen Kommunikation gibt es? Wie können Pflegebedürftige aktiviert werden, um sich in der Haushaltsführung zu beteiligen? Darüber hinaus erfuhren die ehrenamtlichen Alltagshelfer, wie mit Ansprüchen oder Grenzsituationen umgegangen wird, die nichts mit der eigenen Aufgabe zu tun haben.

Einen ersten Schritt haben die Teilnehmer mit der kostenlosen Schulung bereits gemacht. Da diese neben der Beantragung eines Institutionskennzeichens und der darauffolgenden Registrierung notwendig ist, um den Entlastungsbetrag, der als Unterstützung von der Pflegekasse für Personen ab Pflegegrad 1 zur Verfügung steht, abzurufen.

Weitere Informationen zu den Voraussetzungen für Ehrenamtliche tätige Einzelpersonen können unter www.einzelperson-bayern.de nachgelesen werden.

Die Weiterbildung wurde gemeinsam von der Seniorenbeauftragten des Landkreises, Anna Mitterdorfer, der Behindertenbeauftragten des Landkreises, Anita Moos, dem Koordinationsbüro für Senioren am Landratsamt, Christian Fiebig, und der Gesundheitsregion plus, René Kurtz, veranstaltet.

DemenzGuide: App für Angehörige

Für Angehörige von Menschen, die an Demenz erkranken, ändert sich das Leben meist völlig. Um diese Menschen zu unterstützen, gibt es eine neue App, den DemenzGuide. In der App finden An- und Zugehörige Tipps für den Umgang mit Menschen in der Demenz, hilfreiche Ideen für daheim bzw. die Pflegeeinrichtung – auch bei fortgeschrittener Erkrankung. Sie bietet zudem Anregungen, Heiteres und Bilder, um sich selber etwas Gutes

zu tun. Die kostenlose digitale Hilfe lässt sich leicht bedienen und kann kostenfrei heruntergeladen werden unter www.elkb.org/anwendung/demenzguide.



Über den QR-Code können Sie die App auf Ihr Smartphone herunterladen. (Technischer Hinweis zum Anheften der App auf Ihrem Smartphone-Homebildschirm: Dies ist eine webbasierte App. Bitte öffnen Sie diese in Ihrem Browser, indem Sie den QR-Code scannen (bei iPhones geht das mit der Kamera). Im Anschluss daran drücken Sie auf Ihrem Smartphone das Symbol für Hochladen oder Teilen. Dort müssen Sie u.U. etwas herunterscrollen und dann können Sie die

Anwendung (App) z.B. kopieren, zur Leseliste hinzufügen, als Favorit sichern oder auch zum Home-Bildschirm hinzufügen. Drücken Sie den Button "Zum Home-Bildschirm". Dadurch wird die App mit dem Home-Bildschirm verknüpft und erscheint auf Ihrem Mobiltelefon so wie alle anderen Apps.)

Der DemenzGuide wurde von der Evangelischen Altenheimseelsorge und der Abteilung Seniorenpastoral im Erzbischöflichen Ordinariat München gemeinsam entwickelt.

Weitere Informationen unter

www.erzbistum-muenchen.de/demenzguide

www.evangelische-altenheimseelsorge-muenchen.de

1. Oktober: Seniorengottesdienst in Waldkirchen mit Bischof Oster

Herzlich lädt die Seniorensorge des Bistums Passau zum Seniorengottesdienst mit Bischof Dr. Stefan Oster SDB am Samstag, 1. Oktober 2022 um 14.00 Uhr in den Bayerwald-Dom in Waldkirchen ein.



BISTUM PASSAU
SENIORSENORGE

SENIORENGOTTESDIENST

mit Bischof Dr. Stefan Oster SDB
am Samstag, 1. Oktober 2022 um 14 Uhr
im Bayerwald-Dom in Waldkirchen



Nach dem Gottesdienst ist Gelegenheit zu Gespräch und Begegnung der Senioren untereinander und mit Bischof Dr. Stefan Oster SDB im Bürgerhaus von Waldkirchen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Infos und Anmeldung:
Referat Seniorensorge, Domplatz 7, 94032 Passau
Tel. 0851 393-6101 oder seniorensorge@bistum-passau.de

Auf die Begegnung und den Gottesdienst freuen sich Bischof Dr. Stefan Oster SDB und das Team der Seniorensorge
Theresia Hofbauer Regina Roßmadl Christa Lindinger

Bistum Passau · Seniorensorge · Domplatz 7 · D-94032 Passau · www.bistum-passau.de

Nach dem Gottesdienst ist Gelegenheit zu Gespräch und Begegnung der Senioren untereinander und mit Bischof Dr. Stefan Oster SDB im Bürgerhaus von Waldkirchen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Infos und Anmeldung:
Referat Seniorensorge,
Domplatz 7, 94032 Passau
Tel. 0851 393-6101 oder
seniorensorge@bistum-passau.de

Auf die Begegnung und den Gottesdienst freuen sich Bischof Dr. Stefan Oster SDB und das Team der Seniorensorge Theresia Hofbauer, Regina Roßmadl und Christa Lindinger.

Landkreis: Beratungs- und Unterstützungsangebote

Hier finden Sie wichtige Beratungs- und Unterstützungsangebote rund um die Pflege:

Diagnose ärztliche Behandlung

- Hausarzt
- Facharzt
- Facharztzentrum Am Goldenen Steig Freyung 08551 977-4200

Erste Ansprechpartner

- Pflegeberatung der eigenen Krankenkasse
- AOK Freyung
Tel. 08551 9611-19
- Barmer Freyung
Tel. 0800 333 10 10
- Pflegeservice Bayern Pflegeberatung
Tel. 0800 7721111
- Bei Privatversicherten Compass private Pflegeberatung,
Tel. 0800 1018800
- Sozialverband VdK Bayern e.V. Freyung, Tel. 08551 811310
- BRK Freyung-Grafenau Pflegeberatung, Tel. 08552 625-111
- Bei stationären Patienten in den Kliniken Am Goldenen Steig: Pflegeüberleitung
Tel. 08551 977-0
- Bauverwaltung: Beratung über barrierefreies Bauen
Tel. 08551 57-179
- Kommunale ehrenamtliche Seniorenbeauftragte im Landkreis Freyung-Grafenau – Kontakt über das örtliche Rathaus
- Bezirk Niederbayern, Sozialverwaltung (überörtlicher Sozialhilfeträger) Landshut-Schönbrunn
Tel. 0871 97512-100

Finanzen

- Krankenkasse / Pflegekasse
- Medizinischer Dienst Bayern zur Begutachtung der Grade der Pflegebedürftigkeit
Tel. 089 1590605555
- Bezirk Niederbayern – Sozialverwaltung
Tel. 0871 97512450

Bei ambulanter oder stationärer Pflege:

- Jeweiliger Pflegedienst oder Pflegeeinrichtung
- Caritas Schuldnerberatung
- Tel. 08552 40 888-11
- Bayerisches Landespflegegeld 1.000 Euro pro Jahr (Antrag ab Pflegegrad 2 bis 31.12. des laufenden Jahres)
Tel. 089 1222213

Entlastung für pflegende Angehörige

- Anlaufstelle für pflegende Angehörige Caritas – Grafenau
Tel. 08552 40888-12
- Anlaufstelle für pflegende Angehörige Caritas – Waldkirchen
Tel. 08581 988214
- Fachstelle für pflegende Angehörige Bayerisches Rotes Kreuz – Freyung
Tel. 08552 6251-11
- Fachstelle für pflegende Angehörige Bayerisches Rotes Kreuz – Grafenau
Tel. 08552 6251-11
- Pflegekurse für Angehörige BRK – Freyung
Tel. 08551 9144-0
- Selbsthilfegruppen Niederbayern
Tel. 0871 609-236
- Allgemeine Sozialberatung Gesundheitsamt Freyung-Grafenau
Tel. 08551 57400
- Bei Anbietern wie Pflegeeinrichtungen oder Pflegediensten
 - Kurzzeitpflege
 - Verhinderungspflege
 - Tagespflege

Langfristige Wohnformen

- Seniorenheime oder Pflegeeinrichtungen
- Betreutes Wohnen oder ambulant betreute Wohngemeinschaften

Letzte Lebensphase

- Hospizverein im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.
94078 Freyung
Tel. 08551 9176183
- PALLIO, Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung Waldkirchen
Mobil: 0151 59913131
- PalliDONIS Stützpunkt Freyung
Tel. 08551 9164920

Wichtige Unterlagen vom Landkreis Freyung-Grafenau

- Wegweiser für Senioren und Menschen mit Handicap
- Notfallpass und Vorsorgemappe
- Wegweiser zur Förderung von barrierefreiem Wohnen

Vhs Freyung-Grafenau: Aktiv im Alter // Kursangebote

WhatsApp für Senioren

In diesem Kurs lernen Sie mit WhatsApp umzugehen und die zahlreichen Möglichkeiten und Funktionen besser auszunutzen. Voraussetzung: Erfahrung im Umgang mit dem Smartphone. (Falls Sie noch keine Erfahrung haben, empfehlen wir den Kurs mit der Nummer 510-F21.) Bitte aufgeladenes Smartphone (Android oder Apple) mit installiertem WhatsApp mitbringen! Das Gerät sollte nicht älter als 5 Jahre sein.

Kursnummer 222510F23

Dozent Raimund Wagner

Datum **Mittwoch, 05.10.2022 14:00-17:00 Uhr**

Gebühr 28,00 EUR

vhs Seminarraum 2 (Schramlpassage)

Ort **Bahnhofstr. 12**

94078 Freyung



3 pixabay.com

Android-Smartphone für Senioren

Im Grundkurs lernen Sie die generellen Systemeinstellungen Ihres Gerätes kennen. Wir besprechen die wichtigsten Grundfunktionen und geben Ihnen eine Übersicht über ausgewählte vorinstallierte "Apps". Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Android-Smartphone (kein Apple-Gerät) mit. Das Gerät sollte nicht älter als 5 Jahre sein!

Kursnummer 222510F21

Dozent Raimund Wagner

Datum **Mittwoch, 28.09.2022 14:00-17:00 Uhr**

Gebühr 28,00 EUR

vhs Seminarraum 2 (Schramlpassage)

Ort **Bahnhofstr. 12**
94078 Freyung

PC-Sprechstunde für Senioren

Sie arbeiten gerne am PC, mit Smartphone oder Tablet und möchten sich gerne mit Gleichgesinnten austauschen. Sie haben konkrete Fragen, die Sie immer schon einmal beantwortet haben wollten. Sie sind sich mit der Bedienung unsicher oder möchten mehr über die vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten wissen. In unserer zwanglosen Sprechstunde ist Platz für Ihre Fragen. In gemütlicher Runde können Sie Neues ausprobieren und viel für die eigene Praxis lernen. Ein erfahrener Dozent der VHS steht Ihnen zur Seite. Selbstverständlich dürfen Sie eigene Geräte mitbringen.

In Freyung

Kursnummer 222510F18

Dozent Volker Ernst

Datum **Donnerstag, 20.10.2022 14:00-17:00 Uhr**

Gebühr 25,00 EUR

vhs Seminarraum 2 (Schramlpassage)
Ort **Bahnhofstr. 12**
94078 Freyung

In Spiegelau

Kursnummer 222510S19
Dozent Volker Ernst
Datum **Donnerstag, 26.01.2023 14:00-17:00 Uhr**
Gebühr 25,00 EUR
TAZ
Ort **Hauptstraße 30**
94518 Spiegelau

Wie komme ich ins Internet? (Modul 1)

Wie kommt das Internet zu mir? Ohne technisch in die Tiefe zu gehen, erfahren Sie, wie die Informationen aus dem Netz in Ihren Computer, Ihr Smartphone oder auch Ihr Tablet kommen. Lernen Sie, Ihren Browser zu bedienen (und was ein Browser eigentlich ist) und wie Sie mit Suchmaschinen schnell zu Ihren Informationen kommen.

Kursnummer 222510F27
Dozent Volker Ernst
Datum **Montag, 30.01.2023 15:00-17:30 Uhr**
Gebühr 21,00 EUR
vhs Seminarraum 2 (Schramlpassage)
Ort **Bahnhofstr. 12**
94078 Freyung

Wie kann ich das Internet nutzen? (Modul 2)

Der Nutzen des Internets ist genauso vielfältig wie das Internet selbst. In diesem Seminar stehen zwei Nutzungsmöglichkeiten im Mittelpunkt. Unterhalten im Internet: Das Internet bietet mit Mediatheken und Videoportalen ein vielfältigeres Angebot als das klassische Fernsehen. Dazu kommt, dass Sie selbst bestimmen können, wann Sie was sehen wollen. Einkaufen im Internet: Erkennen Sie seriöse Einkaufsgelegenheiten, wie Sie eine Bestellung abschicken, bezahlen und welche Rechte Sie als Verbraucher haben.

Kursnummer 222510F29

Dozent Volker Ernst

Datum Montag, 06.02.2023 15:00-17:30 Uhr

Gebühr 21,00 EUR

vhs Seminarraum 2 (Schramlpassage)

Ort Bahnhofstr. 12

94078 Freyung

Sicher und mobil im Straßenverkehr - Informationsveranstaltung für Autofahrer/-innen ab 65 Jahren

Aufgrund der demographischen Entwicklung nehmen immer mehr ältere Menschen als Autofahrer am Straßenverkehr teil. Die sichere Mobilität so lange wie möglich zu erhalten, ist ein zentrales gesellschaftliches Anliegen, denn sie ermöglicht eine uneingeschränkte soziale Teilhabe und Selbstbestimmtheit. Ältere Verkehrsteilnehmer verfügen zweifellos über viel Routine und Erfahrung. Dennoch ist es sinnvoll und nicht zuletzt auch im eigenen Interesse wünschenswert, vor dem Hintergrund einer massiven Verkehrszunahme, Änderungen in der Straßenverkehrsordnung oder auch altersbedingter Veränderungen in der Wahrnehmung oder beim Reaktionsvermögen, seine eigene Verkehrstüchtigkeit einer fortlaufenden und selbstkritischen Einschätzung zu unterziehen. Genau hier setzt die Informationsveranstaltung in Kooperation mit der Polizeiinspektion Freyung an. In einem Vortrag, der genügend Raum für Fragen lässt, geht

Polizeihauptkommissar und Verkehrserzieher Werner Königseder zunächst auf grundlegende Aspekte ein, wie z.B. Verkehrsunfallentwicklung bei Senior/-innen, Einflussfaktoren von Wahrnehmung und Reaktion oder verkehrsrechtliche Fragen. In einem anschließenden praktischen Teil werden ein Reaktionstest und ein Sensibilisierungstraining für den "Toten Winkel" angeboten.

Hinweis: Bei sehr großer Nachfrage kann ein Zusatztermin am Folgetag angeboten werden.

Kursnummer 222116GO1

Dozent Werner Königseder

Datum **Mittwoch, 05.10.2022 14:00-15:30 Uhr**

Gebühr kostenlos

vhs Seminarraum, OG 2

Ort **Frauenberg 17**
94481 Grafenau

Essen gegen das Vergessen! - Demenz vorbeugen!

Gegen das Altern können wir nichts tun, aber gegen die Vergesslichkeit. Der Alterungsprozess hat begonnen und das verunsichert auf einigen Ebenen. Mit der richtigen Ernährung ist die Versorgung mit Nährstoffen gewährleistet. Das Gehirn wird aktiv geschützt, das Denkvermögen verbessert, damit man lange vital und fit bleiben kann. Wer das Richtige isst, hat deutlich bessere Chancen, lange geistig leistungsfähig zu bleiben. Und je früher Sie damit anfangen, desto besser. Zur Teilnahme erhalten Sie einen Teilnehmer-Link. In Kooperation mit vhs SüdOst.

Kursnummer 222362O10

Kursleitung Dr. Eva Mathilde Fuchs

Datum **Mittwoch, 16.11.2022 19:30-20:30 Uhr**
Gebühr 8,00 EUR
Ort **Online**

Für ein gutes Zusammenspiel: Übungen zur Stärkung der Koordination

Bewegung bedeutet für viele Menschen Wohlbefinden und Lebensqualität und hilft dabei, körperlich und geistig fit zu bleiben! Erfahren Sie in diesem Angebot, welche Bedeutung der Koordination für einen selbstbestimmten Alltag zukommt. Unser Bewegungsexperte zeigt alltagsnahe Übungen zur Schulung von Koordination, Reaktionsfähigkeit und geistiger Fitness und gibt Tipps, wie Sie Ihren Alltag bewegter gestalten können. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, großes Handtuch, feste Schuhe, warme Socken und Getränk. In Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) Regen im Rahmen des Programms "Generation 55plus".

Kursnummer 222327Wo6

Dozent Robert Knödlseder

Datum **Donnerstag, 17.11.2022 19:00-20:30 Uhr**

Gebühr kostenlos

vhs-Gymnastikraum 1 im Personalwohnheim

Ort **Ulrichstr. 9**
94481 Grafenau

Zu jedem Kurs ist eine Anmeldung erforderlich!

Wie können Sie sich anmelden?

- Direkt im Internet: www.vhs-freyung-grafenau.de
- E-mail: info@vhs-freyung-grafenau.de

- Telefonisch: 08551 57-370 oder per Fax: 08551 57-376
- Schriftlich mit dem Anmeldeformular (Seite 231)
- Persönlich in unserer Geschäftsstelle

Welche Daten sind bei der Anmeldung anzugeben?

- Kursnummer und Kurstitel
- Name, Anschrift und Geburtsjahr
- Telefonnummer, unter der wir Sie tagsüber erreichen können
- Bankverbindung: Kontonummer (BIC und IBAN)

Bitte beachten:

- Jede Anmeldung ist verbindlich.
- Sie erhalten keine schriftliche Anmeldebestätigung.
- Näheres entnehmen Sie den Allgemeinen Geschäftsbedingungen auf den Seiten 226 bis 228.
- Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung keine Nachricht von uns erhalten, findet der Kurs in jedem Fall statt.
- Bei Änderungen und Kursabsagen werden Sie telefonisch informiert.

Anmeldung und Auskunft

Sonja Friedsam

Tel. 08551 / 57-370 E-Mail: friedsam@vhs-freyung-grafenau.de

Ingrid Haidn

Tel. 08551 / 57-372 E-Mail: haidn@vhs-freyung-grafenau.de

Eva Stockinger-Draxinger

Tel. 08551/ 57-373 E-Mail: stockinger-draxinger@vhs-freyung-grafenau.de

Eva Lehnhardt

Tel. 08551/ 57-378 E-Mail: lehnhardt@vhs-freyung-grafenau.de

KEB

Katholische
Erwachsenenbildung
im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.

Hallo, Oma ich bin´s... **Erste Schritte in der digitalen Welt**

Infoveranstaltung:

Samstag,

24.09.2022

10:00- ca. 12:00 Uhr

Referent: Markus Wachtfel

Ort: Lusentreff

Schönbrunn am Lusen 5, Hohenau

Anmeldung: 08551/4581

Kosten: 5 Euro pro Treffen

(8 Treffen je 3 Std.)

(die Infoveranstaltung ist kostenfrei)

Mitveranstalter:

Gemeinde Hohenau und

Orts Caritasverein Schönbrunn am Lusen

Sie konnten sich noch nicht überwinden und ein Smartphone kaufen? Oder haben Sie bereits eins zu Hause, aber es scheitert an der Nutzung? Dann laden wir Sie dazu ein, gemeinsam mit uns erste Schritte in die digitale Welt zu wagen. Informieren Sie sich bitte gerne unverbindlich bei unserer Infoveranstaltung über Inhalte und Ziele, um danach zu entscheiden, ob Sie am 8-teiligen Workshop (Termine werden nach Absprache festgelegt) teilnehmen möchten.

Geplante Inhalte:

Beratungswerkstatt (Welches Gerät brauche ich? Wo kann ich es kaufen? Wie viel sollte es kosten? Was möchte ich damit machen? Ist mein Gerät für mich geeignet und funktionstüchtig?) - **Gemeinsame Einrichtung und Installation** der Geräte – **Möglichkeiten des Internets** – **Weitere Kommunikationskanäle** – **Online-Banking** – **Gefahren im Internet** – **Tipps und Tricks** und **viele viele Übungen...**

Landesamt für Pflege: Krisentelefon

Seit März 2022 können Missstände in bayrischen Pflegeheimen von Pflegebedürftigen, An- und Zugehörigen sowie Pflegekräften gemeldet werden. Entweder unter folgender kostenfreien Nummer:

- 09621 966 966 0 (kostenfrei aus Mobilfunk und Festnetz)

oder

- per Mail pfllege-sos@lfp.bayern.de

Die neu geschaffene Anlaufstelle „Pflege-SOS Bayern“ hilft vor allem bei Beschwerden zur pflegerischen Versorgung in stationären Einrichtungen. Das Angebot ist kostenfrei, erfolgt in einem vertraulichen Rahmen und wird auf Ihren Wunsch hin anonym behandelt.

Weiter Informationen unter: [SOS Pflege Bayern](#)



Bayerisches Landesamt für
Pflege



Lebenshilfe Grafenau: Rock im Herbst 8. Oktober 2022

Die offene Behindertenarbeit der Lebenshilfe Grafenau lädt herzlich zu Rock im Herbst nach Spiegelau ein. Alle Teilnehmer werden gebeten, sich vorab selbst auf eine COVID-19 Erkrankung zu testen. Eine entsprechende Bestätigung ist vorzuzeigen. Informationen dazu unter 08552/974 664 141.

Eingeladen sind Menschen mit und ohne Behinderung. Für das leibliche Wohl ist ebenso gesorgt.



Lebenshilfe
Grafenau

**Offene
Behindertenarbeit**

Rock im Herbst 2022



mit den

TAYLOR BOYS

- 08. Oktober 2022
- Einlass ab 17:00 Uhr, Ende gegen 22:00 Uhr
- Turnhalle Spiegelau (Reithackerweg 5, 94518 Spiegelau)
- Eintritt: 5€ mit Tombola-Los

Reservierung unter: 08552/974 664 141 oder oba@lh-grafenau.de

Hoffest für Menschen mit körperlichen und geistigen Einschränkungen

Die Familie Gibis veranstaltet ein Hoffest der Alpakas-vom-Reschbachtal für Menschen mit körperlichen und geistigen Einschränkungen und lädt dazu herzlich am **Freitag, 07.10.2022** in den **WM Stadl Finsterau** ein. Einlass ist um 15.30 Uhr. Der Beginn um ca. **16.30 Uhr**. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Folgende Künstler gestalten das Programm

- Die Schlagerlegende Claudia Jung
- Unser Landkind Tammy
- Das Duett Celin und Ray
- Jelfi aus der Steiermark

Kontakt, weitere Informationen und Anmeldung

Nancy Gibis

Hochwaldstrasse 31

94151 Mauth

Telefon: +49 8557-91167

E-Mail: nancygibis@t-online.de

Internet: [Alpakas vom Reschbachtal](#)

BLWG: Beratung für Menschen mit Hörbehinderung in Passau

Die Beratung des Fachverbandes für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e. V. ist ein kostenloses Angebot für alle Menschen mit Hörbehinderung und deren Angehörige. Auch Personen des sozialen Umfeldes sowie Fachleute im Sozialwesen können sich an den BLWG wenden. Die Informations- und Servicestellen leisten Unterstützung zur Integration und Inklusion von Menschen mit Hörbehinderung und treten für die Verbesserung ihrer Lebenssituation ein.

Die Informations- und Servicestelle bietet Beratung für:

- ⇒ Schwerhörige
- ⇒ Menschen mit elektronischen Hörhilfen (z.B. Cochlea Implantat, Hörgeräten)
- ⇒ Menschen mit Tinnitus
- ⇒ Menschen mit Hörsturz
- ⇒ Spätertaubte
- ⇒ Angehörige und Interessierte aus dem Umfeld (Beruf, Freizeit etc.) und der Familie
- ⇒ Interessierte aus allen gesellschaftlichen Bereichen

Kostenlose und verschwiegene Beratung zu den Themen:

- ⇒ Gelingende Kommunikation und Kommunikationsstrategien
- ⇒ Technische Hilfsmittel und Zubehör
- ⇒ Arbeit und Berufsleben sowie Schule und Ausbildung
- ⇒ Sozialrechtliche Themen und Fragen
- ⇒ Umgang mit Belastungssituationen (z.B. bei finanziellen, emotionalen oder beruflichen Schwierigkeiten)
- ⇒ Individuelle Unterstützungsmöglichkeiten (für Betroffene, ihre Angehörige, das Umfeld)

Sprechzeiten:

- ⇒ Außensprechtage in Passau, Caritaszentrum Konradinum, Obere Donaulände 8, Dienstag 14:00-17:00 Uhr: 11. Oktober, 15. November und 13. Dezember 2022

NUR nach telefonischer Anmeldung unter

09421-7889048, oder Mail: iss-ndb@blwg.de

Anmeldefrist: bis spätestens 1 Tag vor dem Beratungstermin

- ⇒ Jeden ersten Montag im Monat von 15.00 - 18.00 Uhr offene Sprechstunde (ohne vorherige Anmeldung) in Straubing: 10. Oktober, 07. November und 05. Dezember 2022
- ⇒ Für Hausbesuche und weitere Termine außerhalb der Sprechstunde in Straubing

vereinbaren Sie bitte vorab einen Termin.

Ansprechpartnerin

Mechthild Wagner, Diplom Sozialpädagogin (FH)

E-Mail: iss-ndb@blwg.de // Telefon: 09421-7889048 // www.blwg.de

BLWG: Online-Beratung für Gehörlose

Termine: Mittwoch 26. Oktober, 23. November und 21. Dezember 2022

Uhrzeit: 14:00 – 16:00 Uhr

Beratung über Microsoft Teams

Am besten Microsoft Teams auf Handy, Laptop oder Computer herunterladen.

Wenn es Probleme mit der Installation von Microsoft Teams gibt, dann schreiben Sie eine E-Mail an iss-ndb@blwg.de oder eine SMS an 0160 2860150.

Bitte vorher unbedingt Email oder SMS an

Stefanie Kurzendorfer, Sozialpädagogin (B. A.).

E-Mail: iss-ndb@blwg.de // Handy: 0160 2860150

Niederbayern: Krisendienst Psychiatrie

Wenn die Not am größten ist, muss Hilfe sehr rasch greifbar sein: Nach diesem Grundsatz hilft der Krisendienst Psychiatrie Niederbayern – vertraulich, empathisch, qualifiziert. Sie erhalten qualifizierte Soforthilfe in psychischen und psychosozialen Krisensituationen sowie psychiatrischen Notfällen jeder Art.

Rufen Sie an, wenn Sie alleine nicht mehr weiterwissen – je früher, desto besser! Die Fachkräfte der Leitstelle hören zu, fragen nach und finden mit Ihnen gemeinsam einen Weg

aus der Krise. Auch Angehörigen stehen sie beratend zur Seite. Das Fachpersonal ist im Umgang mit seelischen Krisen geschult, verfügt über Fachwissen und langjährige Erfahrung. Ein mobiles Einsatzteam zu Ihrer persönlichen Betreuung befindet sich derzeit im Aufbau.

Im Fokus des Handelns steht, für Menschen in Krisensituationen als Anlaufstelle da zu sein und damit frühzeitig wirksam Hilfe zu leisten. Prävention, Krisenintervention und Vermittlung in das bestehende Hilfesystem sind zentrale Bezugspunkte mit dem Ziel, eine Unterbringung ohne oder gegen den Willen betroffener Menschen und Zwangsmaßnahmen zu vermeiden.

[Informationen zum Datenschutz bei der Leitstelle des Krisendienstes Psychiatrie Niederbayern nach Art. 13 DSGVO](#)

Krisendienst Psychiatrie Niederbayern

täglich 24 Stunden erreichbar unter **0800 / 655 3000**

Ihre Anrufe werden automatisch an die Leitstelle des Krisendienstes Psychiatrie Niederbayern weitergeleitet.

Anträge /// Formulare

- ⇒ [Antrag Landespflegegeld](#)
- ⇒ [Online-Antrag: Antrag auf Feststellung einer Behinderung](#)
- ⇒ [Pflegeleistungshelfer](#)

Digitale Infos des Landratsamtes Freyung-Grafenau

- ⇒ [Koordinationsbüro Senioren](#)
- ⇒ [Koordinationsbüro Menschen mit Handicap](#)
- ⇒ [Wegweiser für Senioren und Menschen mit Handicap](#)

⇒ [Notfall- und Vorsorgemappe](#)

⇒ [Sozialverwaltung](#)

⇒ [Gesundheitsamt](#)

⇒ [GesundheitsregionPlus](#)

⇒ [Rautenberg-Stiftung](#)

Weitere digitale Infos

Für Senioren

⇒ [Kommunale Seniorenpolitik](#)

⇒ [Lichtblick Seniorenhilfe e.V.](#)

⇒ [Kreis-Caritasverband Freyung-Grafenau](#)

⇒ [Bundesregierung /// Politik für ältere Menschen](#)

Für Menschen mit Handicap

⇒ [Wheelmap](#)

⇒ [Menschen mit Behinderung](#)

⇒ [Zentrum Bayern Familie und Soziales](#)

⇒ [Bezirk Niederbayern /// Behindertenbeauftragter](#)

⇒ [Kreis-Caritasverband Freyung-Grafenau](#)

⇒ [Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.](#)

Die 8. Ausgabe des Newsletters wird im Winter 2022/23 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@landkreis-frg.de



**MEHR RAUM
UND ZEIT.**



www.freyung-grafenau.de

Allgemeine Hinweise

Anregungen und Hinweise zu aktuellen Themen, die in unserem Newsletter berücksichtigt werden sollten, nehmen wir gerne entgegen.

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 oder 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 oder handicap@lra.landkreis-frg.de. Ihre E-Mail-Adresse wird dann gelöscht.

Datenschutzerklärung

Ihre E-Mail-Adresse wird nur für die Versendung des Newsletters genutzt. Eine andere Verarbeitung oder Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Sie können den Newsletter und die Einwilligung zur Speicherung der Daten jederzeit widerrufen.

Verantwortlich für die Verarbeitung Ihrer Daten ist das Landratsamt Freyung-Grafenau, Grafenauerstr. 44, 94078 Freyung. Wir verarbeiten Ihre Daten nur zur Versendung des Newsletters. Allgemeine Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten und Ihre Rechte bei der Verarbeitung Ihrer Daten können Sie im Internet unter [Datenschutz](#) abrufen. Zudem können Sie alle Informationen auch beim behördlichen Datenschutzbeauftragten erfragen.

Postanschrift: Landratsamt Freyung-Grafenau
Datenschutzbeauftragter
Wolkerstraße 3, 94078 Freyung,

Mail: datenschutz@landkreis-frg.de

Telefon: 08551/57-343

Hinweis: Lesbarkeit

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachform verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für beiderlei Geschlecht.