

# Programmübersicht Seniorenveranstaltungen 2024

Alle Veranstaltungen finden in den Räumen des  
**Familienzentrums** statt.  
Käthe-Kruse-Str. 1, 1.Stock, 82069 Hohenschäftlarn  
(Plattformlift im Haus vorhanden)  
Tel. 08178 – 99 87 02  
E-Mail: buero@kindernetz-schaeftlarn.de



## „Mobil-Mach-Bus“

Ein kostenloses Angebot für Bürger, die in Ihrer Mobilität eingeschränkt sind. Der Bus ist groß genug für den Transport von gleichzeitig vier Personen und einem Rollstuhlfahrer.

Unsere ehrenamtlichen Fahrer bringen Sie gerne bei Bedarf zum Arzt, zum Einkaufen, zu Friedhofsbesuchen, zu Behörden, zum Senioren-Café, usw.

Die Organisation der Fahrten erfolgt ausschließlich über die Nachbarschaftshilfe im Familienzentrum.

**Anmeldung:** jeweils Mo, Di und Do zwischen 9:00 und 12:00 unter Tel.: 08178 – 99 79 369

## Einkaufsfahrten für SENIOREN mit dem Mobil-Mach-Bus

Für alle Schäftlarn, Baierbrunn und Icking Senioren bietet die Nachbarschaftshilfe im Familienzentrum mit seinem Mobil-Mach-Bus auch Einkaufsfahrten (mit Abholung und Rückfahrt) für den Wocheneinkauf an.

**Termine:** Jeden Mittwoch & Freitag, MIT ANMELDUNG

**Anmeldung:** jeweils Mo, Di, Do zwischen 9:00 und 12:00 Uhr unter Tel.: 08178 – 99 79 369

## Mediensprechstunde 50+

Dieses Angebot richtet sich vor allem an Senioren. Sowohl Anfänger als auch fortgeschrittene Anwender können sich Tipps zur Benutzung ihres **Computers, Handys oder Smartphones** sowie Hilfe bei Hard- und Softwareproblemen holen. Bitte bringen Sie Ihren Laptop/Handy mit.

**Termine:** einmal im Monat montags

**Montag, den 08.01., 12.02., 11.03., 08.04., 13.05., 10.06., 08.07., 05.08., 09.09., 14.10., 11.11., 09.12.2024**

**von 9.00 bis 11.00 Uhr, MIT ANMELDUNG**

**Leitung:** Morteza Lichtenstern

## Mittagstisch 50+

In netter Gesellschaft schmeckt es einfach besser. Dies ist eine altbekannte Tatsache. Wir treffen uns zweimal im Monat im Familienzentrum zum gemeinsamen Mittagessen.

Auch wenn das Treppensteigen schwer fällt, ist herzlich willkommen (Plattformlift vorhanden). Wer nicht zu Fuß zu uns kommen kann, kann gerne abgeholt werden.

**Termine:** zweiwöchentlich dienstags

**Dienstag, den 09.01., 23.01., 06.02. (Faschingsfeier), 20.02., 05.03., 19.03., 16.04., 30.04., 14.05., 04.06., 18.06., 02.07., 16.07., 30.07. (Sommerfest), 10.09., 24.09., 08.10., 22.10., 05.11., 19.11., 03.12., 17.12.2024**

**um 12:30 Uhr, MIT ANMELDUNG**

**Kosten:** 6,00 € pro Essen inklusive Getränke

## **Offener Treff: Gemeinsam statt einsam / Witwe & Witwer – was dann?**

Haben Sie auch Ihren geliebten Partner verloren? Wenn Sie sich mit positiven, gleichgesinnten Menschen austauschen möchten, kommen Sie zu unserem offenen Treff.

**Termine:** einmal im Monat mittwochs  
**Mittwoch, den 31.1., 28.2., 27.3., 24.4., 29.05., 26.06., 31.07., 25.09., 30.10., 27.11., 18.12.2024**

**von 15.30 – 17.00 Uhr, OHNE ANMELDUNG**

Sonderveranstaltungen werden im Isarkurier und auf der Homepage bekanntgegeben.

## **Offener Treff: Erzählcafé 50+ - Ein Angebot für Senioren**

Im Erzählcafé erzählen wir uns, was wir zu bestimmten Themen schon gesehen, gehört und erfahren haben. Wir hören einander zu und erhalten so Einblick in die Erlebnisse anderer Menschen.

**Im ersten Teil** führt die Leitung ins Thema ein und sorgt dafür, dass alle zu Wort kommen, die etwas beitragen möchten. Alle hören einander zu, ohne zu werten. Mögliche Themen: Anfängen – Neuland – Schulzeit – Alle Jahre wieder...

**Im zweiten Teil** haben die Teilnehmenden die Gelegenheit, einander Fragen zu stellen und sich ungezwungen kennenzulernen. Dazu gibt es Getränke und Gebäck.

**Termine:** einmal im Monat donnerstags  
**Donnerstag, den 19.09., 17.10., 21.11., 12.12.2024**  
**von 15.00 – 17.00 Uhr, OHNE ANMELDUNG**

## **Repair-Café - Hilfe zur Selbsthilfe**

Manchmal sind es nur Kleinigkeiten, die ein Gerät außer Betrieb setzen. Wenn man weiß wie, kann oft schnell geholfen werden, z.B. bei Elektro-Kleingeräten, Kleinmöbeln, Spielzeug. Gemeinsam versuchen wir, die Schäden zu reparieren.

**Termine:** einmal im Monat dienstags  
**Dienstag, den 23.01., 27.02., 26.03., 23.04., 25.06., 23.07., 24.09., 22.10., 26.11.2024**

**um 16:00 Uhr, OHNE ANMELDUNG (nicht in den Ferien)**

**Leitung:** Matthias Schmidt

## **Aufsuchende Seniorenberatung Landratsamt München – Kostenlose Beratung**

Für Seniorinnen und Senioren (60+) des Landkreises München bieten wir persönliche Beratung und Unterstützung bei allen Fragen des Älterwerdens u.a. finanzielle Hilfen, Fragen zur Pflege, Vermittlung von Diensten, Wohnen im Alter sowie die Vermittlung von passenden Angeboten in der wohnortnahen Umgebung.

**Wir beraten auch bei Ihnen zu Hause, telefonisch, schriftlich oder im Familienzentrum** (Treppenlift vorhanden).

**Kontakt:** **Frau Thümmler, Seniorenberatung – aufsuchend Landratsamt München**  
Frankenthaler Str. 5-9, 81539 München, Tel.: 089-6221-1352 oder per Mail:  
ThuemmlerC@lra-m.bayern.de

## **Hilfe für pflegende Angehörige und selbst Betroffene – Kostenlose Beratung**

Die Fachstelle für pflegende Angehörige Landkreis München bietet Beratung und konkrete Hilfestellung, z.B. bei der Antragstellung für eine Pflegestufe oder bei der Organisation von Entlastungsangeboten und Hilfen an.

**Die Beratung erfolgt telefonisch oder nach Absprache im Familienzentrum** (Treppenlift vorhanden). Auch **Hausbesuche** sind auch möglich.

**Kontakt:** **Frau Pabst** vom Paritätischen Wohlfahrtsverband  
**Fachstelle für pflegende Angehörige LK München**  
Mariahilfplatz 17, 81545 München, Tel.: 089-6221-2127 oder per Mail:  
eva.pabst@paritaet-bayern.de