

senioren kurrier



Freundschaft
Das wertvollste
Geschenk im Leben

Inklusive großem
Veranstaltungsteil



PFAFFENHOFEN A.D. ILM
Guter Boden für große Vorhaben



Liebe Seniorinnen und Senioren,

Freundschaften stellen einen wichtigen Teil unseres Lebens dar. Manche begleiten uns durch bestimmte Abschnitte wie die Schulzeit, andere behalten wir unser ganzes Leben lang.

Wie schön ist es, wenn man Menschen hat, auf die man sich verlassen kann, die einen nehmen, wie man ist, und mit denen man einfach Spaß haben kann. Manchmal verliert man geliebte Menschen aus den Augen oder trifft sie nach langer Zeit wieder. Manchmal sieht man einander einige Zeit nicht, aber wenn man dann zusammenkommt, ist es, als wäre keine Zeit vergangen. Und manchmal lösen sich Freundschaften und neue entstehen, sei es durch die Lebensumstände oder weil man sich unterschiedlich weiterentwickelt hat. All das haben wir wohl alle schon erlebt.

Freundschaften wollen gepflegt werden. Es erfordert Zeit und Mühe, einen Menschen wirklich kennenzulernen und sich auf eine Person einzulassen.

Aber die Mühe ist es auf jeden Fall wert. Denn Familie und Freunde sind laut einer Studie die Aspekte im Leben der Menschen, die am meisten Zufriedenheit bieten. Gemeinsame Unternehmungen, Gespräche und Feiern bereichern unser Leben.

Auch die Veranstaltungen und Angebote des Seniorenbüros können dazu beitragen, dass man Freundschaften pflegt oder dass neue entstehen. Im Bürgerzentrum Hofberg ist das ganze Jahr über jede Menge geboten. Nutzen Sie die Angebote, um mit Ihren Freundinnen und Freunden schöne Momente zu verbringen. So entstehen Erinnerungen, auf die man gerne zurückblickt. Diese gemeinsamen Erinnerungen stärken die freundschaftliche Verbindung zwischen uns und schützen vor Einsamkeit.

In diesem Sinne: Bleiben Sie gesund und ich wünsche Ihnen, dass Sie mit Ihrem Freundeskreis weiterhin viele schöne Erlebnisse genießen werden.

Ihr
Roland Dörfler
Zweiter Bürgermeister

MOMENTAUFNAHME



Eine tolle Unterwasser-Aufnahme
von Clemens Fehringner,
Fotofreunde vhs Pfaffenhofen



Liebe Leserinnen und Leser,

in diesem Heft beschäftigen wir uns mit dem Thema „Freundschaft“. Die Vorstellung eines Lebens ohne Freunde ist für mich nicht möglich. Das Gefühl, mit manchen Menschen in besonderer Weise verbunden zu sein, macht mich sehr glücklich.

Versucht man heute die Frage zu stellen, was Freundschaft ist, bekommt man sehr unterschiedliche Antworten, denn es gibt natürlich große individuelle Unterschiede im Verständnis dazu. Für mich kann ich diese Frage folgendermaßen beantworten: „Zu einem echten Freund habe ich Vertrauen und die Gewissheit, mich absolut auf ihn verlassen zu können. Ehrlichkeit und Achtsamkeit sind die Basis dazu.“ Freundschaft bedeutet Arbeit, man muss sich füreinander Zeit nehmen und den Kontakt halten und pflegen. Während in den sozialen Medien oft unzählige Menschen als Freunde bezeichnet werden, sind es im wahren Leben immer nur ganz wenige. Ich bin sehr stolz, tiefe Freundschaften in meinem Umfeld zu haben.

Bei den vielen Angeboten und Veranstaltungen des Seniorenbüros werden immer wieder neue Freundschaften geknüpft. Davon berichtet zum Beispiel die Geschichte von Uta und Doris und ihrer gemeinsamen Ballonfahrt in diesem Heft.

Im Juli haben wir an einem wunderschönen lauen Sommerabend unseren Ehrenamtlichen „Danke“ gesagt. Mächtig stolz haben wir mit unseren über 100 Ehrenamtlichen gefeiert. Lesen Sie dazu mehr in diesem Heft.

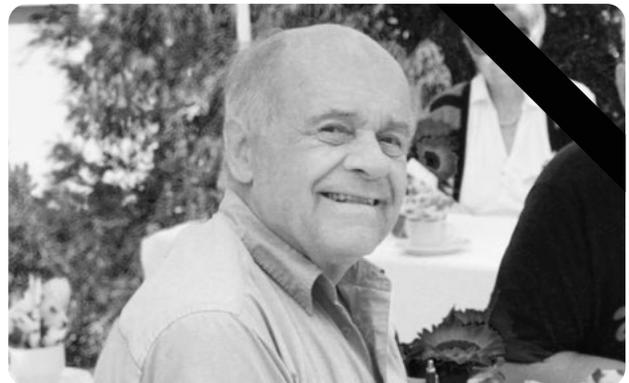
In großen Schritten gehen wir nun bereits dem Jahresende entgegen. Von den vielen tollen Veranstaltungen bis Februar 2025 lesen Sie ab Seite 14.

Mit vielen Grüßen
Heidi Andre

NACHRUF

Unser treuer ehrenamtlicher Mitarbeiter Waldemar Lemke ist am 2. September 2024 im Alter von 74 Jahren verstorben.

Waldemar Lemke war seit 2017 ehrenamtlich im Seniorenbüro tätig. Ich erinnere mich noch gut an unsere erste Begegnung. Waldemar war schon seit längerem als Kartenspieler bei uns. Als er mir kurzfristig half, etwas zu reparieren, sagte ich: „Waldemar, magst du nicht ehrenamtlich bei uns tätig werden? So handwerklich geschickte Männer wie dich können wir immer gut brauchen.“ Und schon war er „eingestellt“.



Er war immer zur Seite, wenn man ihn brauchte, ob in den Räumen des Seniorenbüros oder in Pfaffenhofen, bei älteren Menschen, die in ihrem Zuhause seine Hilfe brauchten.

Auch als Theaterspieler bleibt er in seinen Rollen unvergessen. Wir haben viel zusammen gelacht. Er und seine „Stippvisiten“ werden uns sehr fehlen. Selbst zu Corona-Zeiten stand er immer wieder an unseren Bürofenstern und wollte sehen, ob wir gesund sind.

Wir vergessen ihn nie und fühlen mit der Familie.
Heidi Andre



Ein Bericht aus dem Beratungsalltag des Seniorenbüros

Beratung in allen seniorenspezifischen Fragen, für ältere Menschen und deren Angehörige, das bietet das Seniorenbüro schon viele Jahre an. Fast täglich erreichen uns Anfragen zu verschiedenen Themen. 367 Beratungen haben wir im Jahr 2023 durchgeführt.

Die Anfragen sind vielfältig: von Wohnmöglichkeiten für Senioren, über Fragen rund um die Pflegekasse, Hausnotruf, Trauerarbeit bis hin zur Beratung zum bürgerschaftlichen Engagement sowie vielen weiteren Themen. Wir arbeiten nach einem Erstgespräch immer eng und vertraulich mit unseren Netzwerkpartnern zusammen, um dem zu Beratenden bestmögliche Unterstützung zukommen zu lassen.

Hier ein Beispiel aus unserem Beratungsalltag: Frau A. meldete sich telefonisch mit der Bitte um eine Einkaufshilfe. Sie schaffe es nicht mehr, alleine einzukaufen,

alles sei ihr zu beschwerlich, sie kann nach einem Schlaganfall kaum laufen. Bei einem Hausbesuch wurde schnell klar, dass Frau A. viel weitreichendere Unterstützung benötigt. So wurde in Zusammenarbeit mit dem Pflegestützpunkt ein Pflegegrad beantragt.

Die Fachstelle für pflegende Angehörige der Caritas stellte eine Alltagshelferin zur Verfügung, die Frau A. einmal die Woche besucht, um ihr Gesellschaft zu leisten.

Das Seniorenbüro fand eine Ehrenamtliche, die regelmäßig für Frau A. einkauft. Außerdem wurde eine Haushaltshilfe organisiert, die Frau A. über die Pflegekasse abrechnen kann. Da die finanziellen Möglichkeiten bei Frau A. sehr begrenzt sind, wurde auch ein Antrag auf Wohngeld gestellt. Bei einer Wohnraumberatung durch das Seniorenbüro wurden diverse Hilfsmittel wie Haltegriffe angefordert und angebracht sowie Stolperfallen beseitigt. Frau A. erhielt auch einen Rollator.

Seither ist das Leben für Frau A. in ihrer eigenen Wohnung zumindest noch eine Zeit lang gesichert. Jede Beratung beinhaltet auch die Frage der Vorsorge: Patientenverfügung, Betreuungsvollmacht etc. Auch der Hausnotruf wird immer thematisiert, damit im Notfall möglichst schnell Hilfe angefordert werden kann.

Dieses Beispiel macht deutlich, wie umfassend die Beratung im Seniorenbüro sein kann.

Beratungsgespräche sind zu den Öffnungszeiten des Seniorenbüros möglich. Im besten Falle mit Voranmeldung, telefonisch, persönlich oder per E-Mail. Wir beraten kostenfrei, neutral und selbstverständlich vertraulich.

Die Beratung kann im Seniorenbüro oder bei Ihnen zu Hause als Hausbesuch erfolgen.

Demenzfreundliche Stadt Pfaffenhofen

„Ein Herz wird nicht dement“, das ist der Leitsatz der Arbeitsgruppe Demenzfreundliche Stadt Pfaffenhofen. Derzeit aktiv in der Arbeitsgruppe sind die Alzheimer Gesellschaft Landkreis Pfaffenhofen/Ilm e. V., die Caritas Fachstelle für pflegende Angehörige und das Städtische Seniorenbüro.

Im Rahmen der fünften Bayerischen Demenzwoche organisierte die Arbeitsgruppe eine Vielzahl von Veranstaltungen und Vorträgen. Am Wochenmarkt präsentierte sich das Team und stellte sich den Fragen der Besucherinnen und Besucher.

„Bin ich nur vergesslich oder schon dement? Sind Alzheimer und Demenz das gleiche? Ist die Krankheit vererbbar?“, das waren nur einige der Fragen, die besorgte Interessenten stellten.

Die Diagnose Demenz wirft viele Fragen auf – nicht nur bei den Betroffenen, sondern auch bei ihren Angehörigen.

Beratung zu Themen und Fragen rund um Demenz bietet die Alzheimer Gesellschaft Landkreis Pfaffenhofen/Ilm e. V. unter 08441 7899-444, die Caritas Fachstelle für pflegende Angehörige 08441 8083-810 oder das Städtische Seniorenbüro 08441 8792-0.





Oben: Max und Rosi auf der Moosaln des Bauern. | Rechts: Der alte Mooshof im Jahre 1981.

MEIN LIEBLINGSPLATZERL – DER MOOSHOF

Man schreibt das Jahr 1980, als ich mit meiner Großfamilie eine Unterkunft für ein paar Tage im Gebirge suchte. Es waren die Touristenströme damals noch nicht ganz so groß wie heute. Eine preisgünstige Unterkunft zu bekommen für eine Familie mit vier eigenen und zwei Pflegekindern, war aber auch damals schon ein ziemliches Abenteuer. Meistens suchten wir unser Glück, indem wir bis ans Ende einer kleinen Straße fuhren und in einem Bauernhof Unterschlupf fanden. So entdeckten wir einen neu erbauten Bauernhof im Tennengebirge auf etwa 1.000 m Höhe, ganz abseits gelegen, den Mooshof, und blieben dort für ein paar Tage.

Abseits von Verkehr und Trubel, ein kleiner Gebirgsbach, Kühe, Pferde, Schafe, Hund und Katzen sowie eine hofeigene Alm wurden von unseren Kindern sofort erkundet. Neben dem neuen Haus, in dem erst vor kurzem der Bauer mit seiner Familie eingezogen war, stand noch das alte ehrwürdige Bauernhaus, etwa 300 Jahre alt. Es war noch gar nicht ganz ausgeräumt, als ich den Bauern beiläufig fragte, was er mit diesem Bauernhaus vorhabe: „Des werd' ich bald wegreißen, der Bagger ist schon bestellt“.

Auf meine Bitte hin durfte ich das alte Bauernhaus besichtigen und danach hatte ich sofort einen Vorschlag: Dass er das schöne alte Haus vor dem Abriss bewahren und mir lieber die Gelegenheit geben sollte, ein paar Zimmer als Feriendomizil auszubauen, und etwas Pacht nehme er auch noch ein.

„Ja, wennst moanst“ und nach ein paar Stamperl selberbrennten Obstler waren wir uns mit Handschlag einig, dass ich für sieben Jahre zwei Räume nutzen darf mit der Auflage, dass ich alles selbst herrichte. Aus diesen sieben sind nun schon 42 Jahre geworden. Die Kinder sind schon längst eigenständig und nutzen in der Ferienzeit das Domizil.

Das alte Bauernhaus ist zu meinem Lieblingsplatzler geworden. Inzwischen ist meine Tochter Monika auch mit Großfamilie Pächterin des Bauernhauses.

Nach kurzer Zeit waren wir an die vier Familien, die sich dort Zimmer herrichteten. Alle aus der Umgebung von PAF. Mit meiner Frau Rosi nutzen wir den Hof außerhalb der Ferienzeit und erfreuen uns an der Ruhe und dem Ausblick auf die umliegenden Berge und den Hochkönig. Oft sitzen wir stundenlang am Abend bei einem Glas Wein am kleinen schmalen Balkon und genießen die untergehende Sonne.

Viele schöne Bergerlebnisse verbinden uns mit dem Lieblingsplatzler im Tennengebirge, aber auch neue Erkundungen in der näheren Umgebung ziehen uns immer wieder an diesen Ort zurück und so hoffe ich, dass wir noch lange fit bleiben und immer wieder die schöne Aussicht von unserem Lieblingsplatzler genießen können.

Max Heckmeier



Freundschaft

Das wertvollste Geschenk im Leben

Der Schriftsteller Albert Camus sagte einst:

„Freunde sind die, die kommen, wenn alle anderen gehen.“

Freunde sind wichtig für unser Leben: Sie tragen zu Glück und Zufriedenheit bei. Freundschaft ist eine der wertvollsten Beziehungen, die wir im Leben pflegen können. Sie bietet Unterstützung, Freude und ein Gefühl der Zugehörigkeit, das uns in schwierigen Zeiten Halt gibt und in glücklichen Momenten bereichert. Eine echte Freundschaft basiert auf Vertrauen, gegenseitigem Respekt und gegenseitigem Verständnis, und sie erfordert Engagement und Pflege, um zu gedeihen. Es bedeutet, die Ansichten, Werte und Entscheidungen des anderen anzuerkennen und zu achten, selbst wenn man nicht immer damit übereinstimmt. In einer Welt, die oft von Hektik und oberflächlichen Kontakten geprägt ist, ist es umso wichtiger, sich der Bedeutung wahrer Freundschaft bewusst zu werden und sie zu schätzen.

Manche Freundschaften halten das ganze Leben, und jeder weiß, wie gut es sich anfühlt, wenn man auf gute Freundschaft zählen kann.

Freundschaften in unseren Lebensphasen

Aber schauen wir ein wenig zurück. Bereits im Kleinkindalter sind Kinder in der Lage, selbstständig Kontakte zu knüpfen und erste Freundschaften zu schließen. Zu diesem Zeitpunkt sind diese Zusammenschlüsse noch relativ willkürlich. Ein Freund ist oft der, der mit ihnen spielt, ihnen Süßigkeiten abgibt oder einen Wunsch gemeinsam durchsetzt. Freundschaften werden schnell geschlossen, aber auch oft genauso schnell wieder fallen gelassen. In der Grundschulzeit können sich erste tiefe und auch bleibende Freundschaften entwickeln. Im Jugendalter lösen oft Freunde die Eltern als wichtige Bezugspersonen ab.

Das zeigt sich unter anderem darin, dass Jugendliche sich erstmal mehr ihrem Freund anvertrauen als ihren Eltern. Das Verständnis von Freundschaft wird mit steigendem Alter zunehmend komplexer. Während Freunde zunächst hauptsächlich über gemeinsame Aktivitäten definiert werden, wird es mit dem Älterwerden immer wichtiger, sich auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen.

Und wie ist es als Erwachsener?

Dass wir eine Freundin oder einen Freund aus den Augen verlieren, ist ein natürlicher Prozess, der häufig mit sich verändernden Lebensstilen und verschiedenen Lebenswegen zusammenhängt. Es lösen sich alte Freundschaften und neue werden eingegangen. Zudem gibt es auch Freundschaften, die mit einem lauten Knall enden, Menschen, mit denen man bewusst nichts mehr zu tun haben will – trotz jahrelanger Freundschaft. Manchmal ist es ein Schlüsselmoment, manchmal eine Summe aus Enttäuschungen und das Gefühl, sich entfremdet zu haben. Das bedeutet aber nicht, dass man gescheitert ist. Stattdessen gibt es auch in jedem schmerzhaften Ende einer Freundschaft etwas Positives. Der Psychologe Franz Neyer bringt es auf den Punkt: „Wenn sich eine Freundschaft entzweit, entsteht wieder Raum für etwas Neues. Denn auch eine beendete Freundschaft hat einen Wert in den gemeinsamen Erfahrungen, die geteilt werden und aus denen man gelernt hat.“ Freundschaften verändern sich, weil wir uns verändern. Je älter ein Mensch wird, desto schwieriger wird es, Freundschaften aufrecht zu halten. Ein sich im Alter reduzierender Freundeskreis ist – sowohl bei Frauen als auch Männern – absolut normal. Oftmals werden oberflächliche Freundschaften beendet, und stattdessen wird mit wenigen, sehr guten Freundinnen und Freunden ein enges Verhältnis gepflegt. Einfach, weil uns diese Art von Freundschaft glücklicher macht.

Wie kann man auch im Alter Freunde finden?

Mit dem Älterwerden ändern sich oft auch die Kriterien für Freundschaften. Es geht weniger um die Quantität, denn manchmal erfahren Freundschaften in diesem Lebensabschnitt eine andere Qualität. Die gute Nachricht vorweg: Freundschaften zu schließen ist auch jenseits der Jugendzeit möglich und sinnvoll. Der erste Schritt ist oft, die eigene Komfortzone zu verlassen und sich neuen Situationen zu öffnen. Ob im Ehrenamt oder durch kreative oder sportliche Tätigkeiten, es gibt zahlreiche Anknüpfungspunkte, die die Möglichkeit bieten, mit Gleichgesinnten in Kontakt zu kommen.



Hier einige Tipps, wie man im fortgeschrittenen Alter neue Freundschaften knüpfen kann:

1. Hobbys und Interessen:

- Vereine und Gruppen: Treten Sie einer Gruppe bei, die Ihren Interessen entspricht, wie zum Beispiel Gartenarbeit, Wandern, Lesen oder Handwerk.
- Kurse und Workshops: Nehmen Sie an Kursen oder Workshops teil, um neue Fähigkeiten zu erlernen und gleichgesinnte Menschen zu treffen.

2. Freiwilligenarbeit:

Engagieren Sie sich ehrenamtlich in einer Organisation, die Ihnen am Herzen liegt. Das bietet die Möglichkeit, Menschen mit ähnlichen Werten und Interessen kennenzulernen.

3. Gemeinschaftszentren und Seniorenbüro:

Diese Orte bieten Aktivitäten, Veranstaltungen und Programme speziell für ältere Erwachsene an, die es erleichtern, neue Leute zu treffen.

4. Nachbarschaftsnetzwerke:

Seien Sie offen für Gespräche mit Nachbarn. Eine freundliche Begrüßung oder Einladung zu einem Kaffee könnten der Anfang einer neuen Freundschaft sein.

5. Reisen und Gruppenreisen:

Reisegruppen, die speziell für Senioren organisiert werden, bieten die Möglichkeit, neue Menschen in einem entspannten und unterhaltsamen Umfeld kennenzulernen.

6. Gesundheits- und Fitnessprogramme:

Nehmen Sie an Yoga-, Tai Chi- oder Fitnesskursen teil, die oft auch soziale Komponenten beinhalten.

7. Religiöse und spirituelle Gemeinschaften:

Wenn Sie religiös oder spirituell sind, bieten Kirchen, Tempel, Moscheen oder andere spirituelle Zentren oft Gemeinschaftsaktivitäten und Gruppen an.

8. Familien- und Freundeskreis:

Lassen Sie sich von Familienmitgliedern und bestehenden Freunden helfen, neue Leute kennenzulernen. Sie könnten Sie zu Veranstaltungen oder Treffen einladen, wo Sie neue Kontakte knüpfen können.

9. Offenheit und Initiative:

Seien Sie offen und freundlich. Oft ist es erforderlich, den ersten Schritt zu machen und auf andere zuzugehen. Ein einfaches Lächeln oder ein Gespräch können der Anfang einer neuen Freundschaft sein.

Neue Freundschaften zu schließen erfordert Zeit und Mühe; aber eines ist sicher: Menschen brauchen Freundschaften für ihre soziale, emotionale und physische Gesundheit, sie machen das Leben reicher und erfüllter.



Freundschaft – ein kurzer Rückblick

von Dr. Günther Weiß

*Freunde sind die Familie,
die wir uns aussuchen.*

Sehr vieles aus einem großen Zitatenschatz von Sprüchen, Weisheiten aus Literatur und Volksmund zeigt, wie Gegensätze, Liebe/Hass, Feindschaft/Freundschaft, Poesie und Literatur antreiben und motivieren, Begriffspaarungen, die Bibliotheken füllen könnten.

Es geht um die gesamte Bandbreite menschlicher Schwächen und Stärken.
Freundschaft etwa!

Wir, die schon etwas Betagteren, können noch auf die Nachkriegszeit zurückblicken.
Volksschule mit zwei Klassen in einem Raum, den Charme der 50er-Jahre, den Linoleum-Geruch, „Feuerzangenbowle“, aber ohne Humor, dann später Umbau des Bildungssystems, Verzehnfachung der Abiturienten-Zahlen.
„Höhere Lehranstalten“ gab es nur in wirklich größeren Städten. Der Übertritt ins Gymnasium war also mit einem Ortswechsel verbunden. Dies betraf nur etwa 5 % eines Jahrgangs. Die Freiheit, die Heimeligkeit der kleinen Welt blieb zurück, eine Heimeligkeit, die die Volksschule so geprägt hatte, dass man diese nachher als Sehnsuchtsort empfand. Nachmittags aus dem Haus, mit einem Taschenmesser in der Hosentasche, man traf auf Gleichgesinnte. Das waren die Freunde damals. Dann das Gymnasium. Das Problem war nicht die Schule, die gut war, es war das Internat. Man hatte „tierisch“ Heimweh, half sich bei den Hausaufgaben, lernte Schafkopfspielen. Das waren die Freunde in jener Zeit. Das Studium, wieder Ortswechsel, wieder alles fremd. Man traf sich jeden Tag, acht Stunden, in einem Labor. Auch hier wieder gegenseitige Hilfsbereitschaft. Wir waren Schicksalsgenossen, Freunde.

Nach dem Studium die in den naturwissenschaftlichen Fächern übliche Promotion. Wohl die schönsten Jahre in der gesamten „Lehrzeit“. Man war schon ein bisschen was, kein Lehrling mehr, hatte aber noch etwas Erstrebenswertes vor sich. In dieser nahezu sorgenfreien Zeit fand sich ein Kreis zusammen, tatsächlich so etwas wie ein Freundeskreis, der bis heute besteht, aktiv ist. Volksschule, Gymnasium, Studium – getrennte Lebensabschnitte, immer wieder neue Gemeinschaften, die neue Freunde mit sich brachten. „Freinderln“ waren nicht dabei, aber auch keine „Blutsbrüder“ nach dem Vorbild Karl Mays. „Freunde fürs Leben“ freilich auch nicht! Lebensabschnitts-Freundschaften, ja, die kennt jeder, das ist normal.

Eine enge Freundschaft in Volksschulzeiten, unzertrennlich waren wir, der Sepp, ein Cousin und ich. Nach 20 Jahren sahen wir uns wieder – in einem Bierzelt. Eine verkrampfte, einsilbige, fast peinlich sich dahinschleppende Begegnung. Gymnasium, Studium und ein ganz großer Klotz, die Promotion, schafften Abstand, Unsicherheit und Missbehagen. Das stand zwischen uns – aus seiner Sicht einiges zu viel. So habe ich es später erfahren. Wir haben uns nicht wiedergesehen.

Das Leben geht seinen Gang, neue Begegnungen, Bekannte – gute Bekannte – sehr gute Bekannte – Freunde. Die Übergänge sind fließend. Die einen werden langsam, andere schneller oder gar nicht vergessen. Freunde fürs Leben? Bestimmt nicht häufig, eher selten! „Freundschaft“, ein hehrer Begriff, in der ehemaligen DDR aber hohl und missbräuchlich verschlissen: Jeden Morgen vor Schulbeginn Fahnenappell, „Freundschaft“, Antwort: „Allzeit bereit!“ In Diktaturen geht so etwas – für eine gewisse Zeit.

Wie anders bei Schiller in seiner Ode an die Freude, der Beethoven mit seiner 9. Symphonie zu Weltruhm verhalf. In Japan singt man diesen Text zu Tausenden in Sportstadien – auf Deutsch!

*Wem der große Wurf gelungen,
Eines Freundes Freund zu sein,
Wer ein holdes Weib errungen,
Mische seinen Jubel ein!
Ja – wer auch nur eine Seele
Sein nennt auf dem Erdenrund!
Und wers nie gekonnt, der stehle
Weinend sich aus diesem Bund!*



Nach ca. 1 ¼ Stunden wurde allmählich die Landung vorbereitet. Sie gestaltete sich nicht unproblematisch, da auf den entsprechenden Boden und die Hochspannungsleitungen geachtet werden muss. Die Windverhältnisse am Boden waren nicht einfach, sodass uns der Pilot auf eine nicht so sanfte Landung vorbereitete. „Gut an den Schlaufen im Korb vorne und hinten festhalten, außerdem beim Aufsetzen leicht in die Knie gehen.“ Das war die Theorie. Die Praxis sah allerdings anders aus! Wir setzten auf, der Korb kippte nach vorne, und wir „hüpften“ einige Male auf dem Bauch liegend über den Acker.

Ein außergewöhnliches Geburtstagsgeschenk

von Doris Svoboda

Frau Uta Grieb war viele Jahre ehrenamtliche Mitarbeiterin im Seniorenbüro, in dem sie den Strickkreis leitete. Sie ist eine besondere Persönlichkeit, und passend dazu wünschte sie sich zu ihrem 80. Geburtstag eine Fahrt mit einem Heißluftballon. Schon ausgefallen, wenn man ihr Alter berücksichtigt. Allerdings konnte die Fahrt erst Ende April dieses Jahres stattfinden, also mit 81,5 Jahren. Auch dieser Zeitpunkt war für die unerschrockene Uta kein Problem. Ich durfte sie zusammen mit ihrer Enkelin und deren Mann begleiten, und auch für mich war diese Fahrt ein kleines Abenteuer.

Punkt 6 Uhr kamen wir in Haimpertshofen an, um mitzuhelfen, den Ballon startklar zu machen. Uta „überwachte“ das Geschehen. Danach kam die erste Herausforderung: das Einsteigen in den Korb, an dem sich ja keine Tür zum Öffnen befindet. Uta war zu klein, um über die Tritte außen am Korb einzusteigen, so wie wir es später taten. Unser Pilot löste das Problem jedoch schnell: Der Korb lag am Boden und Uta konnte rückwärts auf den Knien hineinkrabbeln. Erst dann wurde er aufgestellt und wir folgten. Als das Gas den Ballon gefüllt hatte, schwebten wir sanft nach oben und die Welt unter uns wurde immer kleiner. Auch war uns der „Wettergott“ gut gesonnen, sodass wir einen herrlichen Weitblick hatten: vor uns lag die gesamte Bergkette, schneebedeckt und angestrahlt von der aufgehenden Sonne. So kann man sie nicht allzu oft sehen. Die Fahrt ging ganz ruhig Richtung Ingolstadt. Inner- und außerhalb des Korbes herrschte absolute Stille – mit Ausnahme, wenn das Gas gezündet wurde.

Die Landschaft sahen wir nun aus einem ganz anderen Blickwinkel: sehr abwechslungsreich mit ihren Feldern, Wäldern und kleinen Weihern. Unter uns befand sich eine „Spielzeugwelt“, da wir in 1,5 km Höhe dahinschwebten und alle wurden in den Bann dieses einmaligen Erlebnisses gezogen.

Alle haben diesen „tollkühnen Einschlag bei Kösching“ heil überstanden. Dies war ein Erlebnis, das ich nicht missen möchte, muss aber so nicht noch einmal sein. Einige blaue Flecken blieben bei allen Beteiligten als Andenken zurück. Auch Uta hat diese besondere Landung ganz „cool“ weggesteckt.

Nun musste der Ballon aufgeräumt werden, was eine ganz schön kräftezehrende Arbeit war. Aber dank unserer starken Männer an Bord gelang auch dies. Den Abschluss bildete die Feuertaufe, die jeder bei seiner ersten Ballonfahrt absolvieren muss. Wir knieten uns auf einen Teppich und sprachen den Ballonfahrer-Taufspruch nach, den uns der Pilot vorsagte. Anschließend ging er zu jedem Teilnehmer, zündete eine kleine Haarsträhne an und löschte sie anschließend mit Sekt. Das war die Feuertaufe. Außerdem wurden wir „geadelt“. Von nun an grüßen in Ballonfahrerkreisen Großfürstin Uta, schwebende Freifrau und Comtesse Doris, tapfere Wald- und Wiesenfee.

Mit einem Frühstück am Landeplatz ging ein erlebnisreicher Vormittag zu Ende, der wohl für Uta und mich einmalig bleiben wird.



„Vergiss deine Kinderseele nicht!“ oder auf Bairisch: „Bleib a bissl a Kindskopf!“

von Barbara Fleischmann

Diesen für mich sehr wichtigen Spruch habe ich tief in mir gespeichert, dass er nur ja nicht verloren geht.

In den Nachkriegsjahren 1947 bis 1949 war der Kindergarten in der Grabengasse beim damaligen Josephs-Spital unser Teilzeit-Zuhause für Lisa, viele Mädchen und Buben und mich. Die Klosterschwestern Anita, Elisabeth und Rosia hatten mit uns alle Hände voll zu tun, weil die meisten von uns sehr temperamentvoll waren. Aber mit Hilfe von assistierenden „großen“ Mädchen gelang dies gut. Weil Lisa und ich in weit auseinanderliegenden Stadtvierteln wohnten, sahen wir uns nur während der „Spielzeiten“. Auch an unserer Volksschule – bei Eintritt 60 Schülerinnen – von 1949 bis 1956 verbrachten wir unsere Freizeit mit näher wohnenden Klassenkameradinnen. Von 1956 bis 1959 verbrachte Lisa in Schrobenshausen bei den „Englischen Fräulein“ ihre Schulzeit im Internat, während ich täglich in die Mittelschule am Stadtgraben rannte. Da ich vor Schulbeginn intensiv die Heimatzeitung lesen wollte, wurde ich von Mama mit den Worten: „Schau, dass du weiterkommst, in fünf Minuten fangt der Unterricht o!“ verabschiedet.

Nach drei, mal lustigen, mal ernsthaften Jahren, suchte ich mir nach wiederholten Aufforderungen der Eltern Arbeit.

So landete ich bei der Firma Hipp in der Finanzabteilung, während für Lisa die „Rabenbauer-Schule“, eine Privatschule für „Angewandte Kunst“ vorgesehen war. Lisas Mutter führte in der Schulstraße ein Handarbeits-Schreibwarengeschäft. Da hinein zog es mich jeden Abend auf dem Heimweg vom Büro.

Lisa erzählte mir sehr viel Interessantes aus ihrem Unterricht, und so kam es, dass ich unter ihrer Anleitung vor allem die „Englische Kanzleischrift“ mit einer in Tusche getauchten Feder übte, was mir großen Spaß machte. Auch über französische Impressionisten, wie Monet, Manet, Renoir usw. redeten wir. Für eine Prüfung beschäftigte sie sich ausgiebig mit dem Maler Paul Klee, und ich hörte bei allen Geschichten eifrig zu. Zwischendurch erzählte ich ihr Geschichten aus meinem Büroalltag, worüber wir oft auch herzlich lachen mussten, da ich natürlich allerhand komische Sachen anstellte, besonders anfangs, als ich von Nichts eine Ahnung hatte und meinen Chef, Herr Bucher, zwischendurch zur Weißglut brachte.

Bei sommerlichen Temperaturen radelten wir öfter abends mit unseren alten Stahlrössern in die nähere Umgebung, vorwiegend zum Kuglbauern, setzten uns an den Waldrand und ratschten.

In besonders schöner Erinnerung bleiben mir unsere Zugfahrten als junge Mädchen nach München, wo wir vor allem die Sendlinger Straße wegen ihrer interessanten Läden heimsuchten. Ich rieche sie noch, die Räucherstäbchen in den Asia-Geschäften, sehe vor mir die ausgefallenen Dinge im I-Dipferl, und, und, und ...

Es war eine wunderschöne, sorglose Zeit, worüber wir auch sehr dankbar sind.

Während ich nach meiner Heirat in Pfaffenhofen blieb, lebte Lisa einige Jahre in Pullach. Nach ein paar Jahren kehrte sie wieder in die Heimat zurück, wo sie im alten Schulhaus von Göbelsbach, das ihr Mann Dieter mit einigen Handwerkern aus der Gegend wunderschön renoviert hatte, wohnte. Der herrliche Rosengarten, den Lisa liebevoll anlegte, mit dem Obstbaumbestand alter Sorten, war Ziel vieler interessierter Gartenliebhaber.

Vor mehreren Jahren folgte ihre Tochter Kathi ihrem Ehemann nach Mittelfranken. Auch Lisa und Dieter richteten sich auf dem großen, bäuerlichen Gelände häuslich ein. Mit ihnen und den vier Enkelkindern lebt sie nun zusammen mit vielen Tieren, u. a. Hühnern aller möglichen Rassen, Pferden, Eseln, Katzen und Hunden.

Ganz aus den Augen verloren wir uns nie. Wir haben miteinander gelacht und geweint und uns gegenseitig getröstet, wenn dies nötig war. Auch jetzt telefonieren wir miteinander, und manchmal fahre ich mit Christl, einer weiteren Schulfreundin, zu ihr ins Fränkische.

... und a bissl Kindsköpf sama oiwei no ...





Ein Pfaffenhofener Freundeskreis

von Klaus Reppermund

Wenn man in einen neuen Landkreis umzieht und sich dort niederlässt, dann steht man vor der mitunter schwierigen Aufgabe, neue Freundschaften zu gewinnen. Glücklicherweise sind die, die bereits Kinder oder einen Hund haben, denn über diese lassen sich bei Spaziergängen sehr schnell Kontakte zu anderen Personen im neuen Umfeld herstellen. Das gilt insbesondere in ländlicher Gegend. Hat man aber weder Kinder noch ein Haustier und ist zudem nicht unbedingt der Profi im Small Talk, dann ist es schon erheblich schwieriger, neue Freunde zu finden. In diesem Fall ist es sehr hilfreich, wenn man in der neuen Heimat einen Ankerpunkt in Form einer alten Bekanntschaft entdeckt, die dort schon gut vernetzt ist.

So erging es auch mir, als ich 1999 in den Landkreis Pfaffenhofen zog. Kurz darauf, ich weiß nicht mehr, wie es zustande kam, meldete sich bei mir eine frühere Arbeitskollegin namens Brigitte, die bereits viele Jahre im Landkreis wohnte und sehr gut vernetzt war. Brigitte und ihr Mann Ralph waren befreundet mit Hella und Uli. Die beiden Familien waren zeitgleich 1983 nach Pfaffenhofen gezogen und wohnten nebeneinander in einem familienfreundlichen Haus. Und so begann das „Pflänzchen“ zu wachsen: Über die gemeinsamen Kinder, die zusammen spielten und

bei den Pfadfindern befreundet waren, kamen auch die Eltern Ute und Dieter hinzu. Hella wiederum lernte in der Schwangerschaft Johanna kennen, und so waren es mit deren Mann Sam bereits acht Erwachsene und mehrere Kinder. Die Gruppe wuchs immer weiter. Erika lernte auf einer Reise Brigitte kennen und ich selbst kam als früherer Arbeitskollege von Brigitte ebenfalls hinzu. Dabei blieb es nicht, aber es würde hier zu weit führen, alle aufzuzählen. Inzwischen blickt unsere Gruppe bereits auf zahlreiche Kinder und Enkelkinder, viele davon gut befreundet. Das Wunderbare ist, dass wir ein wirklich stabiler, überschaubarer Freundeskreis sind, der aber auch nicht zu groß ist, so dass man den Überblick verlieren würde. So aber treffen wir uns regelmäßig z. B. am Samstag am Hauptplatz zum Cappuccino (Bild), einmal im Jahr am Heideweiher bei Reichertshofen zu einem Campingwochenende mit Lagerfeuer und Grillen oder auch in kleinerer Runde für Spieleabende, gemeinsame Reisen, Geburtstagsfeiern oder Theater- und Kinobesuche.

Eine solche Vernetzung ist gerade mit zunehmendem Alter nicht zu unterschätzen. Sie ist ein echter Gewinn an Lebensfreude und Heimatgefühl! Sie ist das wertvollste Geschenk im Leben.



Drei besondere Freundschaften

Ich habe für mich persönlich Freundschaften immer unterschiedlich bewertet, und zwar unter den Kategorien „sehr gute“ Freundschaft, Freundschaft und Bekanntschaft. Eine sehr gute Freundschaft ist für mich eine tief gewachsene Vertrauenssache, die sich langsam im Laufe der Zeit aufbaut. Es gibt bestimmt Menschen, die diese Unterschiede aus diversen Gründen nicht machen. Dies zu ergründen, würde wahrscheinlich den Rahmen sprengen. In meinem Leben gibt es drei Frauen, mit denen mich eine tiefe Freundschaft verbindet.

Ich bin Ende 1983, der Liebe wegen, nach Bayern umgezogen. Die Liebe existiert nicht mehr, ich bin geblieben. Wahrscheinlich hat unter anderem das soziale Umfeld, das ich mir in dieser Zeit aufgebaut habe, dazu beigetragen, zu bleiben.

Ich habe meine Freundin Inge dadurch kennengelernt, dass ich bei ihrem Mann einen Nebenjob angenommen habe. Inge und ich hatten direkt gespürt, dass es zwischen uns etwas Besonderes gab. Wir verbrachten immer mehr Zeit miteinander, lachten und weinten miteinander, trösteten uns gegenseitig in schwierigen Situationen. Mittlerweile sehen wir uns eher selten, durch die unterschiedlichen Lebenssituationen und -orte. Allerdings telefonieren wir regelmäßig spätestens alle zwei bis drei Wochen, und sofort ist das Gefühl vorhanden, dass wir uns gestern zuletzt gesehen haben.

Im Februar 1992 habe ich meinen Arbeitsplatz gewechselt. Am 6. Dezember 1992 fand in München die größte Demonstration der Nachkriegszeit, mit einer Lichterkette gegen Fremdenfeindlichkeit und Rassismus, statt. Ich habe in unserer Organisation einen Aufruf gestartet, gemeinsam teilzunehmen. In diesem Zusammenhang lernte ich Monika kennen. Unsere Freundschaft ging so weit, dass ich wenige Jahre später zu Weihnachten eingeladen wurde und Monika sowie ihr Mann mich fragten, ob ich für ihre behinderte Tochter die Vormundschaft übernehmen

würde, falls ihr und ihrem Mann etwas passieren würde. Einen tieferen Vertrauensbeweis gab es nicht. Mittlerweile sind wir beide in unserem wohlverdienten Unruhezustand. Letzten Sonntag war Monika erst noch mit ihrer Family bei uns zum Grillen. An unserer Zuneigung hat sich bis heute nichts geändert.

Die dritte sehr gute Freundin lernte ich 1994 kennen. Ich zog aus dem Münchner Umland in die Stadtmitte und Tina wurde meine Nachbarin. Ihr Sohn Lukas war zu diesem Zeitpunkt etwa fünf Jahre alt. Tina hat den schönsten Beruf, den es gibt, sie ist Hebamme und arbeitete in einer Münchner Frauenklinik im Schichtdienst. Nach der Trennung von ihrem Mann änderte sie ihre Arbeitszeit, sie war ja nun alleinerziehend. Aber junge Mütter rufen ihre Hebamme zu allen möglichen Zeiten an, um sich bei Problemen beraten zu lassen. So musste Tina nun das erste Mal ihren Fünfjährigen für eine kurze Zeit allein lassen, um zu einer Nachsorge in unserer Nähe zu gehen. Also habe ich ihr angeboten, dass Lukas zu mir raufkommen könne, wenn er Angst habe. Lukas war schneller bei mir oben, als seine Mutter die Haustüre schloss. Von diesem Zeitpunkt an war Lukas immer bei mir, ob Tag oder Nacht, wenn seine Mutter in der Klinik war. Heute sagt Tina immer, ohne mich hätte sie in dieser Zeit ihren Beruf so nicht ausüben können. Ein paar Jahre später zog sie mit ihrem neuen Partner ins Alpenvorland. Im ersten Moment war ich tieftraurig, aber im Nachhinein habe ich das Gefühl, dass ich fast jedes Wochenende bei ihnen war. Durch ein Missverständnis haben sich unsere Wege für ein paar Jahre getrennt, aber vor etwa vier Jahren haben wir uns ausgesprochen und unsere Freundschaft hat sich auf eine etwas andere Art wieder verfestigt.

Mittlerweile haben sich zwar noch einige Freundschaften im Lauf der Jahre gebildet, allerdings keine mit diesen sehr tiefen Vertrauensgefühlen.

Anonyme Autorin



Sommerfest 2024

Als Rekord-Sommerfest bezeichnete bei der Begrüßung Heidi Andre, die Leitung des Städtischen Seniorenbüros, den diesjährigen Sommerabend am Hofberg. „So viele waren es noch nie,“ so Andre. „Es war wohl die richtige Idee, erst am Abend zu feiern.“ Rund 150 Senioren waren der Einladung Anfang Juli gefolgt und verbrachten einen kurzweiligen Abend im Innenhof des Bürgerzentrums Hofberg. Auch die geladenen Ehrengäste freuten sich mit allen Besucherinnen und Besuchern über den gelungenen Abend.

Dankefest für Ehrenamtliche des Seniorenbüros

Ende Juli hatte das Städtische Seniorenbüro „seine“ Ehrenamtlichen zu einem Dankefest eingeladen. „Der demographische Wandel macht auch vor Pfaffenhofen nicht halt, deshalb ist die Arbeit dieser Einrichtung so unglaublich wertvoll“, bedankte sich Erster Bürgermeister Thomas Herker. „Ihr Engagement, Ihre Zeit und Ihre Energie, die Sie bei uns in Ihre ehrenamtliche Tätigkeit investieren, sind für uns unverzichtbar und von unschätzbarem Wert“, so auch Heidi Andre, Leiterin des Seniorenbüros.

Abgerundet wurde der Abend durch beschwingte Live-Musik, die zum Tanzen und Verweilen einlud. „Wieder mal eine tolle Veranstaltung“, so eine Ehrenamtliche: „Es macht einfach unglaublich Spaß, im Seniorenbüro mitzuarbeiten.“



RICHTLINIEN FÜR ALLE AUSFLÜGE:

- » Anmeldungen per E-Mail können nicht berücksichtigt werden
- » Jeder kann maximal 2 Personen anmelden
- » Telefonische Anmeldung möglich
- » Busplatzvergabe erst bei Bezahlung
- » Gerne können Sie künftig mit Karte bezahlen
- » Die Ausflüge richten sich an Pfaffenhofener Bürgerinnen und Bürger. Alle anderen können nur auf die Warteliste aufgenommen werden.

Danke für Ihr Verständnis.



NOVEMBER

Dienstag, 12.11.2024

Vortrag der Kriminalpolizeiinspektion Ingolstadt: Sicherheit für Senioren

Der sogenannte Callcenter Betrug (= Betrug über Telefonzentralen) ist seit einigen Jahren eines der beherrschenden Themen der internationalen und nationalen Kriminalitätsbekämpfung. Organisierte und professionelle Kriminelle versuchen massenhaft auf raffinierte Art und Weise – vor allem ältere Menschen – um deren wertvolles Hab und Gut zu bringen.

Um aufzuklären und Ihre persönliche Sicherheit zu erhöhen, lädt das Städtische Seniorenbüro zu einer informativen und kurzweiligen Vortragsveranstaltung der Kriminalpolizeiinspektion Ingolstadt ein. Der dortige Präventionsbeamte, KHK Rainer Öxler, wird unter dem Motto „Im Alter sicher leben“ über die verschiedenen Tatbegehungsformen des Callcenter Betrugs sowie die damit verbundenen Gefahren an der Haustür aufklären. Zudem gibt er verständliche und umsetzbare Tipps zur Erhöhung der persönlichen Sicherheit.

Beginn: 14.30 Uhr

Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Mittwoch, 13.11.2024

Führung durch das Münchner Nationaltheater

Eine Führung durch das Nationaltheater in München gibt Ihnen die Möglichkeit, die Oper von einer neuen Seite zu entdecken. Sie vermittelt Wissenswertes über die verschiedenen Abläufe im Haus und über den Aufwand, der erbracht werden muss, bevor es am Abend heißen kann: „Vorhang auf!“ Sie erfahren interessante Informationen über die Architektur des Hauses und die Persönlichkeiten, die die über 350-jährige Geschichte der Bayerischen Staatsoper geprägt haben. Der Rundgang beinhaltet unter anderem die Besichtigung des Königssaals, der Ionischen Säle, des Zuschauersaals sowie, nach Verfügbarkeit, des Bühnenbereichs.

Bitte beachten Sie, dass die Führung nicht komplett barrierefrei ist und tragen Sie zu Ihrer Sicherheit festes Schuhwerk.

Die Führung dauert ca. 60 Minuten.

Treffpunkt Bahnhof Pfaffenhofen: 12.45 Uhr

Preis pro Person: 7,50 € für die Führung exkl. Bahnticket

Anmeldung: ab 28.10.2024





Donnerstag, 14.11.2024

Halbtagesausflug Schloss Hohenkammer und Stadtrundfahrt in München

Erste Station ist das Schloss Hohenkammer, heute ein Tagungszentrum mit Hotel und eigenem landwirtschaftlichem Bio-Gut. Im Gutshofrestaurant genießen wir ein gemeinsames Frühstück und erfahren ein wenig über die Philosophie des Hauses.

Im Anschluss geht es weiter nach München. Bei einer klassischen Stadtrundfahrt in unserem eigenen Bus entdecken wir die schönsten Sehenswürdigkeiten von München und lauschen den Erklärungen des Stadtführers. Spannende Anekdoten und allerlei Wissenswertes rund um München begleiten uns auf dem Weg durch die Stadt.

Zum Abschluss gehen wir Mittagessen im Gasthaus Siebenbrunn, ehe wir am frühen Nachmittag wieder nach Hause fahren. Dieser Ausflug ist auch für ältere Menschen geeignet, die nicht so gut zu Fuß sind. Rollatoren können gerne mitgenommen werden.

Abfahrt: 8.00 Uhr Hirschberger Wiese, 8.05 Uhr Landratsamt

Preis pro Person: 32,- €

Anmeldung: ab 14.10.2024

Dienstag, 26.11.2024

Adventskränze binden

Ein frisch gebundener Adventskranz und dann auch noch selbst gemacht, das ist etwas Besonderes.

Binden Sie unter Anleitung Ihren Adventskranz, den Sie zu Hause noch fertig dekorieren können. Bringen Sie dazu eine Zange mit, alle anderen benötigten Dinge sind vorhanden.

Beginn: 9.00 Uhr

Preis pro Person: Wird rechtzeitig bekannt gegeben

Anmeldung: ab 04.11.2024



DEZEMBER



Montag, 02.12. und Dienstag, 03.12.2024

Adventsfeier im Hofbergsaal

Heuer lädt die Stadt Pfaffenhofen mit seinem Seniorenbüro wieder zu Advents-Feierlichkeiten ein. An zwei Nachmittagen sind alle Seniorinnen und Senioren der Stadt herzlich willkommen. Nach einer Begrüßung durch Bürgermeister Thomas Herker, diversen Sketchen der Theatergruppe und einer Weihnachtsgeschichte, wird gemeinsam gesungen. Im Eingangsbereich gibt es wieder die selbstgemachten Produkte unserer Seniorinnen und Senioren. Sie sind eingeladen zu Punsch und hausgemachten Plätzchen. Zur besseren Planung bitten wir um Anmeldung.

Beginn: 14.00 Uhr

Einlass: ab 13.30 Uhr

Anmeldung: ab 04.11.2024



Dienstag, 10.12.2024

Weihnachtsmarkt-Tour in München

Besucht werden drei Weihnachtsmärkte in München. Das Kunstvergnügen auf der Münchner Freiheit, der Schwabinger Weihnachtsmarkt, ist das erste Ziel. Seit über 40 Jahren präsentieren Künstler und Kunsthandwerker ihre selbst gefertigten Arbeiten auf diesem Markt.

Weiter geht es zum Mittelaltermarkt am Wittelsbacher Platz. Dieser stellt den historischen Bezug zur Stadt München her. Er wird als etwas Besonderes unter den Münchner Weihnachtsmärkten geschätzt und findet bereits seit 2005 statt.

Als Abschluss wird der Münchener Christkindlmarkt rund um den Marienplatz besucht. Dieser klassische Christkindlmarkt gilt als der Älteste Münchens – ein Weihnachtsmarkt mit Tradition, dessen Wurzeln bereits im 14. Jahrhundert liegen. Er ist das vielbesuchte „Original“ im Herzen der Stadt und der bekannteste in der bayerischen Metropole. Seit 1972 hat er seinen festen Platz im Herzen der Stadt. Das Wahrzeichen ist der Christbaum auf dem Marienplatz, der immer bis zum Dreikönigstag erstrahlt.

Treffpunkt: 9.45 Uhr Bahnhof Pfaffenhofen

Preis pro Person: Das Zugticket wird am Bahnhof abgerechnet.

Anmeldung: ab 18.11.2024



Montag, 16.12.2024

Adventskonzert Musikschule

Schüler und Schülerinnen der Städtischen Musikschule werden Sie auf die ruhige und besinnliche Weihnachtszeit einstimmen. Auf dem Programm steht weihnachtliche Musik aus aller Welt, vorgetragen von Solisten und Ensembles der Städtischen Musikschule. Traditionelle Weihnachtslieder werden in klanglich vielfältigen Arrangements zu hören sein. Freuen Sie sich mit uns auf ein vorweihnachtliches musikalisches Überraschungspaket.

Beginn: 18.00 Uhr im Hofbergsaal

Es ist keine Anmeldung notwendig.

Schließzeiten des Seniorenbüros



Wir machen von 23. Dezember 2024 bis 6. Januar 2025 Urlaub



JANUAR



Führung durch die neue Brauerei Müllerbräu

Eine spritzige Führung durch die Brauerei Müllerbräu ist im Januar in Planung. Auf einer etwa 90-minütigen Bier-Safari tauchen Sie tief in die Welt des Brauens ein, lernen interessante Fakten über die Rohstoffe kennen und finden heraus, was dieses Bier zu einem echten Gaumenkitzler macht. Sie erhalten Grundwissen über den Brauprozess, probieren frisches Bier vom Lagertank, erhalten ein Bierglas als Geschenk und können noch zwei Biere an der Brauereitheke kosten. Hinweis: Der Rundgang durch das historische Gebäude ist nicht komplett barrierefrei. Bitte tragen Sie festes, flaches Schuhwerk. Im Anschluss gibt es Mittagessen vom Café Hofberg im Hofbergsaal.

Der genaue Zeitpunkt und der Preis werden zu einem späteren Termin bekannt gegeben.



Freitag, 24.01.2025 Neujahrsfrühstück

Begrüßen wir bei einem gemeinsamen Frühstück vom Buffet das neue Jahr. Geplant ist musikalische Unterhaltung, sowie amüsante Geschichten und Gedichte, gelesen von Dietmar Beck.

Der Preis für das Frühstück wird rechtzeitig bekannt gegeben.
Beginn: 9.30 Uhr im Hofbergsaal
Anmeldung: ab 07.01.2025

FEBRUAR



Mittwoch, 05.02.2025 Pferdekutschenfahrt

Die beliebte Pferdekutschenfahrt führt dieses Mal ins oberbayerische Leitzachtal. Nach der Ankunft mit dem Reisebus und einem gemeinsamen Mittagessen im familiengeführten Gasthaus Sonnenkaiser geht es mit der Pferdekutsche durch das winterliche Tal nach Fischbachau. Das Tal ist geprägt von Almwirtschaft mit Weilern und Einzelhöfen.

Genießen Sie, warm eingehüllt in Decken, die Fahrt in den bayerischen Bergen. Die Einkehr zu Kaffee und Kuchen im Café Winklstüberl am Fuße des Breitensteins beschließt den Tag auf eine angenehme Art und Weise. Das von der Schauspielerin Thekla Mairhofer betriebene Café ist deutschlandweit für seine großen Torten- und Kuchenstücke bekannt und lockt täglich hunderte Gäste an den Fuß des Breitensteins, wo auch die beachtliche Sammlung von über 600 Kaffeemöhlen zu besichtigen ist.

Gegen 18.30 Uhr ist die Ankunft in Pfaffenhofen geplant.
Abfahrt: 9.30 Uhr Hirschberger Wiese, 9.35 Uhr Landratsamt
Preis pro Person: 37,- €
Anmeldung: ab 13.01.2025

FASCHING AM HOFBERG



Donnerstag, 27.02.2025

Unsinniger Donnerstag am Hofberg mit Auftritt der Narrhalla Immünster

Maskieren, lachen, ratschen und tanzen bei beschwingter Livemusik, das ist das Motto am unsinnigen Donnerstag im Hofbergsaal. Das Café Hofberg bewirbt mit Kaffee, Kuchen und kalten Getränken. Voraussichtlich tritt die Kindergarde der Narrhalla Immünster auf.

Beginn: 14.00 Uhr

Es ist keine Anmeldung notwendig.



Dienstag, 04.03.2025

Faschingsausklang am Hofberg mit Auftritt der Narrhalla Immünster

Lassen wir gemeinsam am Hofberg den Fasching ausklingen. Bei Musik von Rainer Berg wird getanzt, geschunkelt und gefeiert. Um 14 Uhr Auftritt der Narrhalla Immünster mit seinem Prinzenpaar.

Beginn: 14.00 Uhr

Es ist keine Anmeldung notwendig.



WANDERUNGEN

mit Hermann Körle und Günther Lönhardt

Studien amerikanischer Wissenschaftler belegen, dass Wandern einem Herzinfarkt besonders gut vorbeugt, weil Bewegung ohne zu viel Anstrengung den Kreislauf aktiviert und die Durchblutung verbessert.

Donnerstag, 07.11.2024

Wanderung in Förbach

Einkehr im Alpenvereinsheim – Holledauer Hütte

Treffpunkt: 13.00 Uhr Hirschberger Wiese (Fahrgemeinschaften)

Donnerstag, 05.12.2024

Wanderung in Menzenbach

Einkehr bei der Fam. Steinberger

Treffpunkt: 13.00 Uhr Hirschberger Wiese (Fahrgemeinschaften)

Donnerstag, 16.01.2025

Wanderung in Uttenhofen

Einkehr im Gasthaus Neumeier

Treffpunkt: 13.00 Uhr Hirschberger Wiese (Fahrgemeinschaften)

Donnerstag, 06.02.2025

Wanderung zum Waldspielplatz

Einkehr am Waldspielplatz

Treffpunkt: 13.00 Uhr Hirschberger Wiese

SONNTAGSWANDERUNGEN

mit Hanni Kunth

Sonntag, 24.11.2024

Wanderung am Planetenweg

Einkehr Klosterbräustüberl

Treffpunkt: 13.30 Uhr Schyren Gymnasium

Im Dezember findet keine Sonntagswanderung statt.

Sonntag, 26.01.2025

Wanderung rund um Pfaffenhofen

Treffpunkt: 13.30 Uhr

Ort und Ziel werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Sonntag, 23.02.2025

Wanderung rund um Pfaffenhofen

Treffpunkt: 13.30 Uhr

Ort und Ziel werden rechtzeitig bekannt gegeben.

FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Wie geht es weiter?

WIR sind für SIE da – Beratung und Begleitung
für pflegende Angehörige und Betroffene

- Beratung, Entlastung und Unterstützung pflegender Angehöriger
- Stabilisierung und Begleitung in persönlichen Belastungssituationen

Angebote zur Entlastung nach § 45a SGB XI

- Vermittlung von geschulten Alltagsbegleiterinnen und Alltagsbegleitern sowie Demenzhelferinnen und Demenzhelfern
- Betreuungsgruppe „Wertvolle Zeit“ für Menschen mit Demenz, montags von 9.30 bis 12.30 Uhr
- Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige z. B. im Rahmen unseres Bauernhofcafés
- Vortagsreihe mit interessanten Vorträgen und Veranstaltungen zum Thema Pflege und Demenz

www.pflegende-angehoerige-caritas-pfaffenhofen.de

pflegende-angehoerige-PAF@caritasmuenchen.org

Elisabeth Buchbauer (08441) 80 83 810

Sandra Moll (08441) 80 83 891



Caritas
Nah. Am Nächsten

Fachstelle für pflegende
Angehörige Pfaffenhofen





Ein unzertrennliches Team beendet sein langjähriges Ehrenamt

„Schreinern und Werken“ – ein Angebot, bei dem viele an ein tolles Team denken. Willi Schwarzmeier als „Werkstattleiter“ und Herbert Wildmoser als treuer Unterstützer beenden zum Jahresende ihren „Job“ im Seniorenbüro.

Seit 2004 baute Willi Schwarzmeier im Städtischen Seniorenbüro eine kleine Schreinerwerkstatt auf. Bei einer Vielzahl von Vor- und Nachmittagen mit Kindern und Erwachsenen arbeiteten Willi und Herbert an Vogelfutterhäuschen, Bienenhotels und vielem mehr.

Aber auch wenn Not am Mann war und alleinstehende Rentnerinnen und Rentner Hilfe benötigten, um z. B. einen Lampenschirm aufzuhängen oder einen Badspiegel zu erneuern, rückte das Werkstattteam aus.

Zudem wurden viele Veranstaltungen des Seniorenbüros unterstützt, wie der Auf- und Abbau der Bühne, das Herrichten, Dekorieren und Aufstellen des Maibaums, sowie Schreinern und Werken an vielen schönen Gegenständen aus Holz für den Adventsmarkt.

Vielen Dank an Willi und Herbert, eine Werkstatt ohne euch beide ist erst mal noch nicht denkbar für uns. Wir wünschen alles Gute für eure Zukunft und hoffen auf viele Besuche eurerseits bei uns im Seniorenbüro.

Willi Schwarzmeier kann rückblickend auf eine lange Zeit als ehrenamtlich Tätiger schauen: Bereits 1973 begann er als aktiver Feuerwehrler seine erste ehrenamtliche Tätigkeit. Sein aktiver Dienst endete 2003 mit seinem 60. Geburtstag. Seither ist er immer noch als passives Mitglied bei der einen oder anderen Aktivität der Feuerwehr mit dabei.

Als aktiver Segelflieger beim Luftsportverein Pfaffenhofen, dem er bereits mit 15 Jahren beitrug und wo er seither als Freizeitpilot das Segel- und Ultraleichtfliegen in fast jeder Minute seiner Freizeit ausübte, unterstützte er ab 1976 als „Einsatzpilot der Luftrettungsstaffel Oberbayern“ die Waldbrandbeobachtung in unserem Landkreis im Auftrag der Regierung von Oberbayern.

Ab 1993 engagierte er sich als Stützpunktleiter des Luftsportvereins Pfaffenhofen (OBY108), in Zusammenarbeit mit der Katastrophenschutzabteilung des Landratsamtes Pfaffenhofen die Waldbrandüberwachung durchzuführen. Dabei führte er eine Vielzahl von Überwachungsflügen mit der Motormaschine oder dem Motorsegler durch, nahm aber auch im Laufe der Jahre an Übungen teil, indem er Einsatzfahrzeuge aus der Luft in schwierigem und unübersichtlichem Waldgelände an die Brandstelle dirigierte.

Dies führte letztendlich dazu, dass er fünf Jahre als stellvertretender Stützpunktleiter für die gesamte Luftrettungsstaffel Oberbayerns berufen wurde und dabei engen Kontakt aus Pfaffenhofen zu vielen anderen Stützpunkten aufbaute. Insbesondere bei den großen Hochwassern 1994 und 1999 konnte die Luftrettungsstaffel hervorragende Unterstützung leisten, indem den Einsatzleitern des Katastrophenschutzes und der Feuerwehren jederzeit die aktuelle Lage aus der Luft gezeigt werden konnte.

Nach insgesamt 18 Jahren beendete er 2003, im Rahmen einer kleinen Feier im Landratsamt Pfaffenhofen, die ehrenamtliche Tätigkeit bei der Luftrettungsstaffel Oberbayern.

Für Rätselfreunde

		3		1	6			
5								6
	7					1		
							5	4
				8				
	2	6		7		9		1
	5	1	7			3	2	
			3	9				
	9				1		4	

			RHOU MTBR	TO		PRUS	OESL		
	ANBK	SOSB							EFIT
OTRB					OSPT				
					ORUEAP		IE		
							OKOTY		
RTBE ONR									
ERET	ELUE	KILERU							DINK
					OFRPI				
TEKTE									
					DEGL				

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Lösungen auf Seite 23

Kassler-Pfanne – nach westfälischer Art

von Marlis Weiß

- » 1 kg rohes Kassler ohne Knochen
- » knapp 1/8 l Öl
- » 1 kg festkochende Kartoffeln
- » 500 g Zwiebeln
- » 8 Tomaten
- » 3 Paprikaschoten
- » 250 g frische Champignons
- » Salz/Pfeffer



Zuerst die Kartoffeln schälen und grob würfeln, die Zwiebeln abziehen und vierteln, die Paprikaschoten putzen und in Streifen schneiden. Die Fettpfanne dick mit Öl auspinseln, das gewaschene und abgetrocknete Kassler in der Mitte der Pfanne platzieren, Kartoffeln und Zwiebeln drumherum legen.

Das Ganze nun ca. 75 Minuten bei 200 Grad im Ofen garen. Ca. 15 Minuten vor Ende der Garzeit die Paprikastreifen, die ganzen Tomaten, sowie die gesäuberten, ganzen Pilze zufügen. Zum Schluss die Fleischscheiben zusammen mit den Beilagen auf einer großen Platte anrichten.

Guten Appetit!

Die Kassler-Pfanne lässt sich gut vorbereiten, so bleibt eher Zeit, sich den Gästen zu widmen. Die Zutaten, die im Kassler-Saft ihren Eigengeschmack behalten, sind zwar das ganze Jahr über zu bekommen, das deftige Gericht passt jedoch am besten in die kalte Jahreszeit.

Es ist bekömmlich, eine Eigenschaft, die durch Bier- und durch einen Westfälischen Kurzen, für „manch andere“ durch Enzian, für ganz und gar Hartgesottene durch Bärwurz – „Baierwald-Diesel“ – noch gesteigert werden kann.



WIR ÜBER UNS

Das Seniorenbüro der Stadt Pfaffenhofen gibt es seit 1998. Die Räumlichkeiten befinden sich neben den seniorengerechten Stadtwohnungen und dem Café Hofberg im Erdgeschoss des Gebäudekomplexes St. Josef. Das Seniorenbüro im Bürgerzentrum Hofberg bietet eine ideale Möglichkeit, um Kontakte zu knüpfen, am vielseitigen Veranstaltungsprogramm oder an interessanten Kursen teilzunehmen. Das Seniorenbüro bedeutet ein Plus an Lebensqualität!

Wer kann kommen?

Wir sind eine offene Institution; keine Mitgliedschaft notwendig. Alle, die sich durch unser Programm angesprochen fühlen, können teilnehmen.

Veranstaltungsort?

Alle Veranstaltungen finden in den Räumlichkeiten des Bürgerzentrums Hofberg-Seniorenbüro statt, soweit nicht anders angegeben.

Was bieten wir an?

Computer und Smartphone Kurse, Digitale Treffs, Radfahren, Wandern, Kegeln, Kartenspielen, Gymnastik, Theater spielen, Malen, Handarbeiten, Ausflüge, Vorträge, Senioren Stammtisch etc. Alle Angebote bei Veranstaltungsreihen auf einen Blick.

Muss man sich anmelden?

Wenn Sie neu hinzukommen, ist es oft ratsam, Kontakt mit uns im Seniorenbüro aufzunehmen, damit wir Ihnen alles Weitere erläutern können. Bei den meisten Veranstaltungen und Ausflügen ist eine Anmeldung notwendig. Rufen Sie uns einfach an oder kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie.

Was kosten die Angebote?

Grundsätzlich sind wir bemüht, möglichst viele Veranstaltungen und Kurse kostenfrei oder so günstig wie möglich anzubieten. Durch den Einsatz von ehrenamtlich tätigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gelingt uns das auch oft. Bei einigen Kursen und Ausflügen muss jedoch ein Kostenbeitrag erhoben werden.

Die Stadt Pfaffenhofen a. d. Ilm gewährt Bürgern mit geringem Einkommen bestimmte Vergünstigungen. Die Rabatte erhalten Sozialleistungsberechtigte und ein Personenkreis, dessen Einkommen maximal 20 % über dem Bedarfssatz liegt. Für die Prüfung der Voraussetzungen ist eine Antragstellung im Rathaus unter Vorlage entsprechender Nachweise erforderlich. Sollten Sie bezugsberechtigt sein, erhalten Sie auf alle kostenpflichtigen Angebote des Seniorenbüros 50 % Nachlass. Sprechen Sie uns an, wir unterstützen Sie gerne.

Sie wollen mitwirken?

Dann schenken Sie uns ein wenig Ihrer Zeit. Eine Vielzahl unserer Kurse und Aktivitäten gibt es nur, weil sich Menschen mit ihren Talenten, Interessen und Fähigkeiten einbringen. Dabei bestimmen immer Sie selbst den zeitlichen Umfang Ihres ehrenamtlichen Engagements.

Freunde und Freundschaften

Ein Gedicht von Simon Mentz

*Mit beidseitiger Sympathie wird man aufeinander zugehen,
Erfahrungen teilen, aktiv zuhören und sich gut verstehen.
Wird man Interessen teilen, sich gegenseitig inspirieren
oder gar ein gemeinsames neues Ziel forcieren?
Freundschaft von aufrichtigen Komplimenten lebt,
so das Geben und Nehmen genauso dazu zählt.*

*Gedanken und Meinungen wird man besprechen,
doch an Kritik sollte man nicht gleich zerbrechen.
Man muss aushalten, die Wahrheit zu sagen,
auch wenn es manchmal tut so richtig plagen ...
Doch von ganzem Herzen man einander annimmt,
das wahre ICH von einander kennt man bestimmt.*

*Wie der Fels in der Brandung ist es in schwierigen Zeiten,
in der wir uns einander halten und gegenseitig begleiten.
Sollte es mal nicht funktionieren,
muss man dies auch akzeptieren.
Freunde sind auch nur Menschen mit ihren Eigenheiten,
eigenen Fehlern, Schwächen oder Unzulänglichkeiten.*

*Man sollte nie als selbstverständlich betrachten
und manches vielleicht einfach mehr beachten.
Echte Freundschaften sind sehr selten zu finden,
denn es ist schwierig, sich auf Dauer zu binden.
Leider hat man es oft erst in Notlagen erkannt,
dieses dicke und wertvolle Freundschaftsband.*

*Wer gute Freunde und Freundschaften hat,
ist gut dran, hat es viel leichter im Leben.
Es lohnt sich, in sie gut zu investieren
und diese Beziehungen zu pflegen.
So bleibt dieses Freundschaftsband – ungebrochen
und hält oft Jahre oder ein Leben lang – versprochen.*



Der Seniorenkurier wird 3x jährlich vom Seniorenbüro Pfaffenhofen a. d. Ilm herausgegeben.

Redaktion:

Heidi Andre, Pia Fischer, Simone Mentz,
Verena Kiss-Lohwasser, Doris Svoboda, Marlis Weiß, Dr. Günther Weiß,
Klaus Reppermund, Barbara Fleischmann, Silvia Möhrstädt

Titelbild: Jordi Salas – stock.adobe.com

Bildnachweise:

Seite 2: Stadt Pfaffenhofen, Clemens Fehringer
Seite 3: Florian Schaipp, Seniorenbüro
Seite 4: iStock–kupicoo; Seniorenbüro | Seite 5: Max Heckmeier
Seite 6: Camerene P/peopleimages.com–stock.adobe.com
Seite 7: pressmaster–stock.adobe.com
Seite 8: bedya–stock.adobe.com | Seite 9: Yasmin Huch
Seite 10: Barbara Fleischmann | Seite 11: Klaus Reppermund
Seite 12: Photographee.eu–stock.adobe.com | Seite 13: Seniorenbüro
Seite 14: Krakenimages.com–stock.adobe.com, München Tourismus –
Felix Löchner | Seite 15: Seniorenbüro, München Tourismus–Joerg Lutz
Seite 16: jd-photodesign–stock.adobe.com, Städtische Musikschule
Seite 17: Seniorenbüro | Seite 18: Alexander Raths–stock.adobe.com,
Seniorenbüro | Seite 20: Sebiorenbüro
Seite 20: Seniorenbüro | Seite 21: kab-vision–stock.adobe.com
Seite 22: Florian Schaipp | Seite 23: Simon Mentz

Bürgerzentrum Hofberg · Seniorenbüro

Hofberg 7 · 85276 Pfaffenhofen a. d. Ilm
Ansprechpartnerin: Heidi Andre
Telefon: 08441 8792-0 · Telefax: 08441 8792-20
E-Mail: seniorenbuero@stadt-pfaffenhofen.de
seniorenbuero-pfaffenhofen.de

Öffnungszeiten Seniorenbüro:

Montag bis Donnerstag 9.00–12.00 Uhr und 13.00–16.00 Uhr
Freitag 9.00–12.00 Uhr

KEB Katholische
Erwachsenenbildung
im Landkreis Pfaffenhofen e. V.
Bildungsveranstaltungen werden von der
Kath. Erwachsenenbildung gefördert!

LaS
Landesarbeitsgemeinschaft
Seniorenbüros Bayern

BaS
Bundesarbeitsgemeinschaft
Seniorenbüros

Stadtverwaltung Pfaffenhofen a. d. Ilm
Hauptplatz 1 und 18
85276 Pfaffenhofen a. d. Ilm
Telefon: 08441 78-0
E-Mail: rathaus@stadt-pfaffenhofen.de
pfaffenhofen.de
facebook.com/pfaffenhofen.an.der.ilm

Herausgeber:

Stadtverwaltung Pfaffenhofen a. d. Ilm
Stand: Oktober 2024
Änderungen vorbehalten

Auflösung von Seite 21

2	8	3	9	1	6	4	7	5
5	1	4	8	3	7	2	9	6
6	7	9	5	4	2	1	8	3
1	3	7	6	2	9	8	5	4
9	4	5	1	8	3	7	6	2
8	2	6	4	7	5	9	3	1
4	5	1	7	6	8	3	2	9
7	6	2	3	9	4	5	1	8
3	9	8	2	5	1	6	4	7

Lösungswort Rätsel:
GEHEIMBOTE



SENIORENBÜRO

AKTIV SEIN – KEINE FRAGE DES ALTERS!

BÜRGERZENTRUM HOFBERG

DIE VERANSTALTUNGSREIHEN DES SENIORENBÜROS AUF EINEN BLICK

Montag

wöchentlich	8.30 Uhr	Zauberharfe
	9.00 & 10.15 Uhr	Yoga für Senioren
	13.00 Uhr	Rommé
	13.00 Uhr	Brettspiel-Nachmittag
	13.30 Uhr	Skat
einmal im Monat	14.00 Uhr	Erzählcafé „Wie war es damals“

Dienstag

wöchentlich	9.00 Uhr	Digitale Fragestunde (Smartphone, Tablet und PC)
	10.30 Uhr	Qi Gong
alle 14 Tage	9.00 Uhr	Gedächtnistraining
	14.00 Uhr	English Conversation
letzter Dienstag im Monat	14.00 Uhr	Geselliges Beisammensein

Mittwoch

wöchentlich	9.00 Uhr	Nordic Walking
	9.00 Uhr	Mit Schwung in den Tag (Sport und Gymnastik)
alle 14 Tage	13.30 Uhr	Handarbeitszirkel
	14.00 Uhr	Tanztreff
	14.30 Uhr	Stammtisch der Theatergruppe im Café Hofberg
einmal im Monat	10.30 Uhr	Offener Treff (Gemeinschaftsspiele)
	14.30 Uhr	Seniorenstammtisch im Café Hofberg

Donnerstag

wöchentlich	9.00 & 10.00 Uhr	Sitzgymnastik
	14.00 Uhr	Kreatives Malen
	14.00 Uhr	Tanzen mal anders
	14.30 Uhr	Gymnastik in der Turnhalle der J.-M.-Lutz-Schule
	17.00, 17.30, 18.00 Uhr	Wassergymnastik im Gerolsbad
einmal im Monat	14.00 Uhr	Musikantentreff

Freitag

wöchentlich	13.00 Uhr	Rommé und Schafkopf
einmal im Monat	10.30 Uhr	Eine Stunde Entspannung
	14.00 Uhr	Kegeln im Kolpinghaus
letzter Freitag im Monat	9.00 Uhr	Treffen der Briefmarkenfreunde

Unregelmäßig

Theatergruppe, Wanderungen, Radtouren, Schreinern und Werken, musikalische Nachmittage, Vorträge, Sonntagscafé, Computer-Kurse, Yoga Lachen, Smartphone-Kurse (Anfänger und Fortgeschrittene)

! Bei allen Veranstaltungen sind Änderungen und Absagen möglich.