



SENIORENBÜRO

AKTIV SEIN – KEINE FRAGE DES ALTERS!
BÜRGERZENTRUM HOFBERG



**INFORMATION
BERATUNG
BEGEGNUNG**



PFAFFENHOFEN A. D. ILM
Guter Boden für große Vorhaben

EDITORIAL

Liebe LeserInnen,



Seniorenbüroleitung Heidi Andre

im Städtischen Seniorenbüro sind Sie als SeniorIn der Stadt Pfaffenhofen herzlich willkommen. Wir laden Sie ein, das umfangreiche Angebot zu nutzen oder eine Beratung in seniorenspezifischen Anliegen in Anspruch zu nehmen. Die Leistungen des Seniorenbüros sorgen für ein Plus an Lebensqualität! Gerne können Sie sich auch ehrenamtlich bei uns engagieren.

ÜBER UNS

Seit 1998 gibt es das Seniorenbüro. Die Räumlichkeiten befinden sich neben den seniorengerechten Stadtwohnungen und dem Café Hofberg, im Erdgeschoss des Gebäudekomplexes St. Josef. Das Seniorenbüro im Bürgerzentrum Hofberg ist der ideale Treffpunkt, um Kontakte zu knüpfen, am vielseitigen Veranstaltungsprogramm oder an den interessanten Kursen teilzunehmen.

Gerne beraten wir Sie zu allen Fragen rund um das Älterwerden.

EHRENAMT

Jeder kann ein aktiver Teil des Seniorenbüros sein und andere an seinen Stärken und Talenten teilhaben lassen. Spenden Sie uns ein wenig Ihrer Zeit. Ehrenamtliche Einsatzbereiche wären z. B. KursleiterIn, Reisebegleitung und Helfer für diverse Veranstaltungen.

INFORMATION & BERATUNG

Haben Sie und/oder Ihre Angehörigen Fragen zu den verschiedensten Bereichen, die mit dem Älterwerden und dem Leben im Alter im Zusammenhang stehen? Wir bieten Ihnen eine unabhängige und neutrale Beratungsstelle für seniorenspezifische Fragen an und vermitteln an die zuständigen Stellen weiter. Gerade in schwierigen Situationen ist es wichtig, gut informiert zu sein und die Unterstützung zu bekommen, die notwendig ist.

Beispiele:

- Welche Möglichkeiten gibt es für das Wohnen im Alter?
- Ich möchte weiterhin zu Hause leben. Welche konkreten Hilfen und Finanzierungsmöglichkeiten gibt es?
- Hausnotruf – was ist das und wo erhalte ich diesen?
- Diagnose Demenz – was nun?
- Ich bin einsam ...
- Plötzlich Pflegefall, was ist zu tun?
- Wer hilft mir beim Antrag für einen Pflegegrad?
- Ich möchte mich ehrenamtlich engagieren ...
- Ich pflege – ich kann nicht mehr ...
- Ich brauche Essen auf Rädern

Bitte wenden Sie sich an das Seniorenbüro, wir beraten Sie kostenlos und selbstverständlich vertraulich.

Bei Bedarf werden auch Hausbesuche durchgeführt.

Telefon: 08441 8792-0

E-Mail: seniorenbuero@stadt-pfaffenhofen.de



Immer gut und persönlich beraten

Computerraum

Seniorenbüro

Café

Werkstatt

Hof

Hobbyraum

Toilette

Konferenzraum



RÄUMLICHKEITEN

Das Seniorenbüro finden Sie im Erdgeschoss des Gebäudekomplexes St. Josef.

In den Obergeschossen des Gebäudes befinden sich seniorengerechte Mietwohnungen.

Zum Seniorenbüro gehören folgende barrierefreie Räumlichkeiten: Foyer, Hofbergsaal mit bis zu 100 Plätzen, Büro, Computerraum, Werkstatt, Hobbyraum, Konferenzraum



Immer alles im Überblick

CAFÉ HOFBERG

Das öffentliche Café Hofberg bietet mit seinen abwechslungsreichen Gerichten einen täglichen Mittagstisch an.

Sprechen Sie Herrn Marcus Andre wegen Ihrer Veranstaltung an. Telefon: 08441 7977 661



Für das leibliche Wohl wird im Café Hofberg stets gesorgt.



SPORTKURSE

Fit im Alter – unter dieser Devise bieten wir Ihnen viele Kurse und Veranstaltungen zur sportlichen Betätigung an.

- Sitzgymnastik
- Nordic Walking
- Yoga für Senioren
- Yoga Lachen
- Zirkeltraining im Bürgerpark
- Entspannung
- Qi Gong
- Gymnastik
- Fahrradtouren
- Wanderungen
- Wassergymnastik
- Mit Schwung in den Tag



Bürgerpark – unser Fitnessstudio unter freiem Himmel



Sport im Seniorenbüro – Seniorengymnastik

KULTURSTUNDEN

Bei diesen Treffen widmen wir uns den Themen Kultur, Tradition, Brauchtum und Erlebtes.

- Theatergruppe
- Erzählkreis der Zeitzeugen
„Im Alter haben Erinnerungen denselben Wert wie die Träume der Jugend.“ Einmal im Monat trifft man sich in den Räumen des Seniorenbüros zu einer lockeren und zwanglosen Runde. Die Teilnehmer erzählen aus ihrem Leben, Erinnerungen, Erfahrungen und auch zeitgeschichtliche Themen werden ausgetauscht. Wer sich mit dem Gestern beschäftigt, kann seine Vergangenheit neu bewerten und gewinnt Kraft für die Zukunft.

UNTERHALTUNG

In unserem breit gefächerten Unterhaltungsprogramm findet man mit Sicherheit Gleichgesinnte.

- Treffen der Briefmarkenfreunde
- Kegeln
- Senioren- und Theaterstammtisch
- Karten spielen
- Tanzen am Hofberg
Verschiedene Angebote zum Thema Tanz finden im Seniorenbüro statt. Beschwingte Melodien live beim Tanztreff oder „Tanzen mal anders“, eine Tanzform, bei der einzelne Tänzer in Reihen vor- und nebeneinander tanzen.
- Geselliges Beisammensein
Einmal im Monat trifft man sich zum gemeinsamen Singen, Musizieren, Zuhören und Erzählen im Hofbergsaal bei Kaffee und Kuchen vom Café Hofberg.
- Sonntagscafé
Ein ehrenamtliches Team bewirbt Sie einmal im Monat mit Kaffee, Kuchen und Sekt.
- Feiern am Hofberg
Das ganze Jahr über lädt das Seniorenbüro zu vielen Festen ein. Feiern Sie mit uns z. B. den Neujahrsempfang, das Osterfrühstück, die Faschingszeit, das Sommerfest im Hofbergsaal und im schönen Innenhof.



Hausgemachte Kuchen unserer ehrenamtlichen Helfer

- Zauberharfe lernen

- Musikantentreff

Ein Treffpunkt für alle Musikanten, egal ob Anfänger, Wiedereinsteiger, Sänger, Einzelspieler oder Gruppen. Jeder bekommt die Gelegenheit, sein Können vorzutragen. Viele Zuhörer und Zuschauer genießen einmal im Monat diesen Nachmittag im Hofbergsaal.



Beim Osterfrühstück

- Offener Treff

Jeden zweiten Mittwoch gibt es ein kurzweiliges Programm mit Spielen, Musik oder Vorträgen



Man muss die Feste feiern, wie sie fallen.



Gemütlicher Rommé-Nachmittag



Erlebnisse und Anekdoten von früher – ein reger Austausch im Erzählkreis der Zeitzeugen



KREATIVKURSE

- Kreatives Malen
„Die Kunst des Malens ist, wenn man Zeit und Raum vergisst“. Gemalt wird unter Anleitung mit verschiedenen Techniken.
- Schreinern und Werken



Freude am Selbermachen

- Handarbeiten



Herzlich willkommen beim Handarbeiten

BILDUNGSKURSE

Unter dieser Rubrik veranstalten wir Kurse zum Thema „Weiterbildung für den Alltag“ und kreative Treffen.

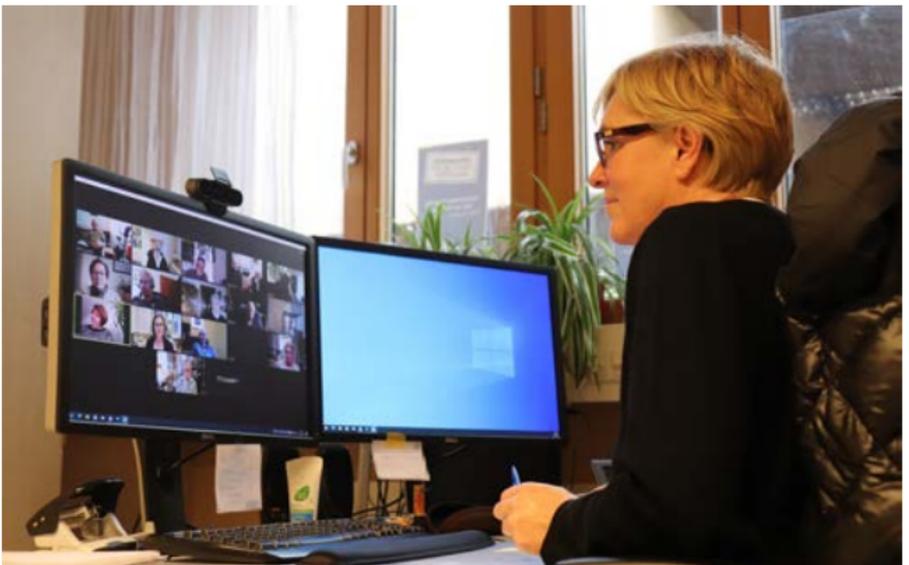
- Gedächtnistraining
- Digitale Medien

Ein umfangreiches Angebot rund um digitale Medien: Diverse Kurse, Fragestunden und Vorträge rund um Computer, Smartphone und Tablet. Der Schulungsraum bietet hierfür ideale Voraussetzungen.



Einfach und verständlich den Umgang mit dem PC erlernen und vertiefen.

- Digitaler Seniorentreff



Immer und jederzeit in Verbindung bleiben



VORTRÄGE & AUSFLÜGE

Ein umfangreiches Veranstaltungsprogramm, das den verschiedensten Interessen gerecht wird. Von diversen Ausflügen mit Bus, Bahn und Schiff über interessante und anschauliche Vorträge ist für jeden Geschmack etwas dabei.



Es finden das ganze Jahr über Ausflüge statt.



Viele Vorträge zu unterschiedlichsten Themen finden ein interessiertes Publikum.

WEITERE INFORMATIONEN

Unsere monatlichen Veranstaltungsflyer, die Tagespresse, unsere Zeitschrift Seniorenkurier und die Internetseite pfaffenhofen.de/seniorenbuero informieren Sie regelmäßig über unsere Aktivitäten und Termine.



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:

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

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