



**Wahl des Seniorenbeirats  
am 08.10.2024  
im Rahmen der Senioren-  
bürgerversammlung**

Liebe Seniorinnen und Senioren,

wir laden Sie schon heute  
herzlich dazu ein, aktiv an der  
kommenden Seniorenbeiratswahl  
teilzunehmen!

>Lassen Sie sich als  
Kandidat/Kandidatin aufstellen,  
wenn Sie mindestens 60 Jahre  
jung sind.

>Wählen Sie Ihre Vertreter.

Warum sollten Sie mitmachen?

- Gestalten Sie aktiv die Zukunft  
unserer Seniorengemeinschaft  
mit.
- Bringen Sie Ihre Ideen und  
Anliegen ein.
- Lernen Sie neue Leute kennen

und erleben Sie bereichernde  
Erfahrungen im Ehrenamt.

Engagieren Sie sich ehrenamtlich  
und tragen Sie dazu bei, dass die  
Stimme der älteren Generation  
gehört wird.

Wann und wo finden die Wahlen  
statt?

Datum: 08.10.2024

Ort: Sportzentrum der Stadt  
Landsberg am Lech

Machen Sie mit und seien Sie  
Teil einer aktiven Gemeinschaft!  
Für weitere Informationen und  
Fragen stehen wir Ihnen gerne  
zur Verfügung.

Hier noch einige Informationen:  
Ihr Interesse zur Aufstellung als  
Kandidat/Kandidatin bekunden  
Sie bitte spätestens 2 Wochen  
vor der Wahl bei der  
Geschäftsstelle des  
Seniorenbeirats, Frau Seewald.  
Die Amtszeit des Seniorenbeirats  
beträgt 3 Jahre.

Kontakt:

Carola Seewald

(Mo - Frei) 9-12 Uhr

Geschäftsstelle des

Seniorenbeirats

St.-Ulrich-Platz 6

Landsberg am Lech

Telefon: 08191/128-131

Mail:

[Carola.Seewald@landsberg.de](mailto:Carola.Seewald@landsberg.de)

Ich freue mich, Sie bei der  
Seniorenbürgerversammlung  
begrüßen zu dürfen.

Doris Baumgartl

---



## Newsletter

## Grüß Gott im Juli

Wir begrüßen Sie sehr herzlich zur  
Juli-Ausgabe des Senioren-  
Newsletters.

## Der Seniorenbeirat

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Seniorinnen und Senioren, wie Sie vielleicht schon gehört haben, endet die Amtszeit des bestehenden Seniorenbeirats mit der Wahl eines neuen Seniorenbeirats in der Seniorenbürgerversammlung am 8. Oktober 2024. In diesem Zusammenhang möchten wir Sie darauf hinweisen, dass sich einige der jetzt tätigen Mitglieder des Seniorenbeirats nicht mehr zur Wahl stellen werden. Wenn Sie selbst, oder jemand den Sie kennen, mindestens 60 Jahre jung ist und gerne in dem Gremium mitarbeiten möchte, melden Sie sich bzw. die betreffende Person im Vorfeld bei der Geschäftsstelle des Seniorenbeirats, damit die Stadt Landsberg auch in der kommenden Legislaturperiode (3 Jahre) die vielfältigen Angebote aus dem Seniorenkulturprogramm sowie

den Mittagstischen weiter mit  
Leben füllen kann.

Wie immer freuen wir uns auf  
einen regen Austausch mit  
Ihnen. Schreiben Sie uns, was  
Sie brauchen, wo bei Ihnen der  
Schuh drückt.

Ihr Landsberger Seniorenbeirat

[E Mail an den  
Seniorenbeirat](#)

---

## Termine des Seniorenbeirats im Juli

Die Seniorensprechstunde findet  
am Dienstag **2. Juli** zwischen 14:00 Uhr  
und 14:30 Uhr im Seniorenbüro am St.-  
Ulrich-Platz 6 statt.

Am Mittwoch, **3. Juli** startet der 2. Teil  
der Fahrt ins Wittelsbacher Land mit  
Sigrid Knollmüller.

Die Busfahrt ins Wittelsbacher Land  
führt diesmal in die Stadt Aichach (mit  
Führung), zur Burgruine  
Oberwittelsbach, dem Stammsitz der  
Wittelsbacher, zur berühmten

Wallfahrtskirche "Maria Birnbaum" (mit Führung) und zum Abschluss ins Schloss Blumenthal.

Natürlich gibt es eine Mittagspause im bekannten Waldgasthof Burghof und nachmittags noch die Möglichkeit zur Stärkung bei Kaffee und Kuchen.

In den Kosten für die Fahrt: pro Person € 30.-, sind die Busfahrt sowie alle Eintritte enthalten. Abfahrt: 7.30 Uhr bei der Bushaltestelle "Zu den Heiligen Engeln" (Fahrtrichtung Schongauer Dreieck ) und dann in der angegebenen Reihenfolge. Rückkehr ca. 17:30 Uhr. Eine **Anmeldung** ist erforderlich **bis zum 1. Juli 2024**, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Am Sonntag, den **7. Juli**, treffen wir uns noch einmal vor der Sommerpause ab 14:30 Uhr zum Tanznachmittag im Mehrzweckraum des SeniorenWohnen am Englischen Garten, Johann-Mutter Str. 8. Bei Kaffee und Kuchen lässt sich bei Livemusik das Tanzbein schwingen – Bewegung für Herz und Kreislauf! Es wird ein Unkostenbeitrag von 3,50 Euro erhoben.

Nach der Sommerpause geht es dann am 6. Oktober mit dem Tanzen weiter.

Am Mittwoch, den **10. Juli** laden die Schülerinnen und Schüler der Klasse 7M der Grund- und Mittelschule Weil **von**

**9.30 -11.30 Uhr** Seniorinnen und Senioren zur **Mediensprechstunde** in die **Kolping Akademie** Landsberg (Adolph-Kolping-Str.130c) ein. Damit sich ältere Mitmenschen digital nicht abgehängt fühlen müssen, hat die Klasse Tutorials entwickelt, mit Hilfe derer man die Bedienung von WhatsApp besser versteht. Zur besseren Planbarkeit melden Sie sich bitte bis zum 8. Juli zur Mediensprechstunde in der Geschäftsstelle des Seniorenbeirats an: 08191-128131. ( Mo - Fr; 9-12 Uhr)

Am Donnerstag, den **18. Juli** ist wieder Spielenachmittag im Kratzertreff. Denn Gesellschaftsspiele machen Spaß und bringen Menschen zusammen. Geplant ist, dass sich Teilnehmer in entsprechender Teamstärke (je nach Art des Spiels) zusammenfinden und gemeinsam spielen. Es sind einige Kartenspiele (z. B. Rommé, UNO, Schafkopf) und einige Brettspiele (z. B. Trivial Pursuit, Phase 10, Polirom) vorhanden. Gerne können Sie jedoch auch Ihr eigenes Spiel mitbringen. Übrigens: Ab und zu die Spielregeln eines neuen Spiels zu lernen, hält den Geist fit!

Mittwoch, **24. Juli** Fahrt nach Polling mit Führung STOA

14:00 Uhr, Abfahrt an den bekannten Bushaltestellen. Wanderung (ca. 15 Min.) vom Parkplatz an der Ammerbrücke bei Polling entlang des Flusses zur STOA, einer faszinierenden bunten Säulenhalle mitten in der Natur, gestaltet von über 100 Künstlerinnen und Künstlern unserer Welt, kurze Einführung in die Idee des Projektes und in die stoische Philosophie von Elmar Bader, Besichtigung, Wanderung zurück zum Bus und Ausklang im Biergarten des Klosterwirts in Polling. Rückkehr nach Landsberg ca. 19:00 Uhr.

Kosten für die Busfahrt 15,- Euro,

**Anmeldung bis zum 19. Juli 2024.**

Am Montag, den **29. Juli** können Sie im Olympia-Kino ab 14:00 Uhr einen Film für Seniorinnen und Senioren anschauen, so wie jeden 4. Montag im Monat. Das Programm steht leider noch nicht fest, bitte informieren Sie sich in der Tagespresse. Der Eintritt kostet 5 Euro.

Noch eine kleine Bitte: Bitte melden Sie sich, falls angegeben, unbedingt an, wenn Sie an unseren Ausflügen teilnehmen möchten, damit wir planen können. Denn wir haben schon Ausflüge mangels Teilnehmern abgesagt und haben dann später

erfahren, dass Sie gerne spontan mitgefahren wären. Und das täte uns dann sehr leid!

**Im August machen wir als Seniorenbeirat Urlaub. Es finden somit keine Veranstaltungen statt, und wir versenden auch keinen Newsletter**

## **Vorschau auf Termine im September**

Am Mittwoch, den **4. September** machen wir ab 10:30 Uhr eine Wanderung einmal rund um den Windachspeicher mit Einkehr in der Windachalm.

Wir treffen uns am Parkplatz des Windachspeichers und laufen in ca. 2 Stunden (nicht barrierefrei) einmal rund um den See. Anschließend kehren wir in der Windachalm ein. Bitte melden Sie sich an, dann können wir Fahrgemeinschaften bilden. Der Ausflug ist kostenlos.

Am Donnerstag, den **5. September** ist wieder Spielenachmittag im Kratzertreff. Denn Gesellschaftsspiele machen Spaß und bringen Menschen zusammen. Geplant ist, dass sich Teilnehmer in entsprechender Teamstärke (je nach Art des Spiels) zusammenfinden und gemeinsam spielen. Es sind einige

Kartenspiele (z. B. Rommé, UNO, Schafkopf) und einige Brettspiele (z. B. Trivial Pursuit, Phase 10, Polirom) vorhanden. Gerne können Sie jedoch auch Ihr eigenes Spiel mitbringen. Übrigens: Ab und zu die Spielregeln eines neuen Spiels zu lernen, hält den Geist fit!

Am Montag,  
den **9. September**

kommen wir von 15:00 bis 16:00 Uhr wieder mit Kreistänzen aus aller Welt unter der Leitung von Ulrike Straßer im Lechstadl über der Bücherei in Schwung: Die einfachen Kreistänze aus Griechenland, Israel, Südamerika und anderen Ländern bringen Körper und Seele zum Schwingen. Gesunde Bewegung, die Spaß macht und die Lebensfreude steigert! Bitte bequeme Schuhe und Getränke mitbringen! Der Eintritt ist frei.



Am Mittwoch, den **11.**

**September** singen wir von 15.00-16.30 Uhr im Kloster der Dominikanerinnen, Münchener Str.11, mit Christian Karlstetter. Wir entdecken altbekannter Lieder und Schlager aus der Jugend wieder. Die Freude am gemeinsamen Singen genügt, es sind weder Textsicherheit noch Chorerfahrung nötig. Der Eintritt ist frei.

Am Dienstag, den

**17. September** findet eine Tagesfahrt zum Chiemsee statt. Die Fahrt nach Herrenchiemsee startet um 7:45 Uhr am Parkplatz Schongauer Dreieck, Zustieg um 8:00 Uhr beim Do it. Der Bus kommt um 10:30 in Prien an, wo wir um 11:00 Uhr mit dem Schiff nach Herrenchiemsee abfahren. Ab 11:30 Uhr sind in der Schlosswirtschaft am Anleger Tische zum Mittagsessen reserviert. Die Führung im Schloss Herrenchiemsee beginnt um 13:45 Uhr. Um 15:45 Uhr werden wir wieder nach Prien

übersetzten. Die Rückfahrt erfolgt dann um 16:00 Uhr in Richtung Landsberg, wo wir dann circa 18:30 Uhr wieder ankommen werden. Die Kosten für diese traumhafte Tagesfahrt inklusive Bus, Schifffahrt und Eintritt belaufen sich auf 40,- Euro pro Person. Eine Anmeldung ist bis zum **6. August 2024 direkt** beim veranstaltenden Reisebüro Vivell, Tel. 08191 9174-15 oder per Mail unter [gruppen@vivell.net](mailto:gruppen@vivell.net) erforderlich, da max. 40 Personen teilnehmen können.

Am Donnerstag, den **19. September** ist wieder Spielenachmittag im Kratzertreff. Denn Gesellschaftsspiele machen Spaß und bringen Menschen zusammen. Geplant ist, dass sich Teilnehmer in entsprechender Teamstärke (je nach Art des Spiels) zusammenfinden und gemeinsam spielen. Es sind einige Kartenspiele (z. B. Rommé, UNO, Schafkopf) und einige Brettspiele (z. B. Trivial Pursuit, Phase 10, Polirom) vorhanden. Gerne können Sie

jedoch auch Ihr eigenes Spiel mitbringen. Übrigens: Ab und zu die Spielregeln eines neuen Spiels zu lernen, hält den Geist fit!

Am Samstag, den **21. September** weckt DJ Horst mit Oldies aus den 60ern, 70ern und 80ern in einer Ü60-Disco im Sommerkeller von 16:00 Uhr bis 19:00 Uhr Erinnerungen. Alle Junggebliebenen sind zur Disco-Party in den Sommerkeller eingeladen. Der Eintritt kostet 5 Euro, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Am Montag, den **30. September** können Sie im Olympia-Kino ab 14:00 Uhr einen Film für Seniorinnen und Senioren anschauen, so wie jeden 4. Montag im Monat. Das Programm steht leider noch nicht fest, bitte informieren Sie sich in der Tagespresse. Der Eintritt kostet 5 Euro.

---

## Mittagstische



Natürlich geht es auch im 2. Halbjahr 2024 weiter mit unseren beliebten Mittagstischen. Ob deftig bayerisch, italienisch, griechisch, indisch oder chinesisches – es ist für jeden Geschmack sicherlich etwas dabei.

Am Freitag, den **5. Juli** haben von 11:30 Uhr bis 13:30 Uhr wieder gleich zwei Lokalitäten ihre Gasträume für uns geöffnet: Das griechische Restaurant Cap Sounio am Kirchplatz 296c sowie das Café Bistro Filmbühne in der Adolf-Kolping-Str. 131a.

Am Freitag, den **19. Juli** eröffnen sich uns im indischen

Restaurant Ganesha am  
Hauptplatz 175 von 11:30 Uhr  
bis 13:30 Uhr wieder ganz neue  
Geschmackswelten.

**weitere Termine der  
Mittagstische finden Sie hier**

---

## **Sport im Freien**



**Wer sich im Freien bewegen  
möchte: In der Stadt Landsberg  
finden die folgenden  
Bewegungstreffs statt:**

- montags, 9:30 Uhr: Quartierspark, auf Höhe des Spielplatzes
- dienstags, 9:30 Uhr: Waldheimer Platz, gegenüber der Katharinenvorstadtschule
- dienstags, 9:00 Uhr: Park zwischen Oberer Wiesen und Wiesenring
- mittwochs, 9:30 Uhr: Grünstreifen zwischen Iglinger Str. und Ahornallee
- donnerstags, 10:00 Uhr: Am Papierbach / Europa Platz 1 (schräg gegenüber vom Mutterturm)
- donnerstags, 9:30 Uhr: Yoga für die Seele, Pfettenwiese zwischen Bolz- und Spielplatz
- freitags, 31. 05. bis 30. 08. außer 19. und 26. 07. 24, 8:00 Uhr: Qi Gong am Morgen, Pfettenwiese
  
- **Erpfting:** im wöchentlichen Wechsel entweder Mittwoch 10 Uhr oder Donnerstag 14 Uhr am Spielplatz hinter der Kirche (Informationen bei der Seniorenmanagerin Erpfting Irene Bleicher unter 08191 9636566)
  
- **Friedheim:** jeden Donnerstag um 11:00 Uhr, hinter den Tennisplätzen (Informationen bei der Seniorenmanagerin Erpfting Irene Bleicher unter 08191 9636566)

---

## **Digital mobil im Alter**

Damit Sie auch weiterhin „Digital mobil im Alter“ unterwegs sein können, bietet das AWO-Mehrgenerationenhaus (AWO-MGH) in Landsberg Fortbildungskurse an, bei denen Sie sich einen Überblick zum Thema Smartphone, Tablet und Internet verschaffen, Ihre Kenntnisse vertiefen und sich Rat und Unterstützung bei ehrenamtlichen Experten holen können.

Bitte melden Sie sich im AWO-Mehrgenerationenhaus (Kratzertreff), Hubert-von-Herkomer-Str. 73, 86899 Landsberg unter 08191 3052 791 an.

### **Sprechstunden-Termine in 2024:**

#### **Montags jeweils von 10:00 - 12:15**

am

08.07.2024

12.08.2024

09.09.2024

14.10.2024

11.11.2024

09.12.2024

#### **Workshop-Termine im Kratzertreff**

#### **Montags jeweils von 10:00 - 15:15**

an den Tagen

29.07.2024

28.10.2024

Weitere Informationen: <https://efi-landsberg.de>

---

# Informationen aus dem Seniorenmanagement

## Aktuelles

### **„Infotag Pflege und Demenz“**

**Am Samstag, 06.07.24** findet der „Infotag Pflege und Demenz“ statt. Die Veranstaltung findet an der St.-Laurent-du-Var-Promenade (Grünstreifen gegenüber dem Landratsamt) statt.

Interessierte Bürgerinnen und Bürger können sich von 10-14 Uhr an verschiedenen Infoständen über Fachthemen der Bereiche Pflege und Demenz informieren und beraten lassen.

Organisation: Pflegestützpunkt Landsberg am Lech,  
08191 / 129-1555

---

### **Kompaktkurs Demenz**

**Am Samstag, 13.07.24** findet von 9:00 – 11:30 im Sitzungssaal des Landratsamtes Landsberg am Lech (von Kühlmann-Str. 15) der Kompaktkurs zu Thema Demenz statt. In dem Kurs erhalten Sie Information zu Ursachen Diagnostik und Therapie von demenziellen Erkrankungen. Sie erfahren aber auch, was im Umgang und bei der Kommunikation mit Menschen mit Demenz wichtig ist, um ein wertschätzendes Miteinander zu ermöglichen. Anmeldung beim Referenten Herrn Rais Parsi (Leiter der Koordinationsstelle Seniorenpolitisches

Gesamtkonzept) unter [pajam.rais-parsi@ira-ll.bayern.de](mailto:pajam.rais-parsi@ira-ll.bayern.de), 08191/129-1273

---

**Die Ausstellung „Die Mütter des Grundgesetzes“ wird am 22.07.2024 um 19 Uhr im Foyer des Historischen Rathauses eröffnet.**

---

## **Kampagne „Demenz und Wir“**

Für mehr Sensibilität im Umgang mit Demenz gibt es im Rahmen der Kampagne „Demenz und Wir“ von Juli bis September 2024 zahlreiche Veranstaltungen im ganzen Landkreis.

Motto: Annehmen und Wege finden.

Die aktuelle Terminübersicht finden Sie immer online unter [www.landkreis-landsberg.de/demenz](http://www.landkreis-landsberg.de/demenz)

## **Gefahr Hitze**

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) sieht den Klimawandel als eine Gesundheitsbedrohung für alle Menschen: Extrem heiße Sommertage, Unwetter, Hochwasser – die Klimaerwärmung stellt uns vor neue Herausforderungen und wirkt sich unmittelbar auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit aus. In Deutschland ist Hitze sogar das größte durch den Klimawandel bedingte Gesundheitsrisiko.

Gerade Senioren sollten Hitzegefahren ernstnehmen und Hitzeschutz konsequent umsetzen.

- Wohnräume möglichst kühl halten, in den Morgenstunden lüften und dann Fenster geschlossen halten. Nutzen Sie Jalousien und Markisen um die Hitze draußen zu halten.
- Wählen Sie leichte, locker sitzende Kleidung.
- Im Freien auf Kopfbedeckung, Sonnenbrille und Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor achten.
- Trinken Sie ausreichend Wasser oder ungesüßte Tees, zwei bis drei Liter pro Tag sollten es schon sein.
- Essen Sie möglichst leicht, verteilt auf mehrere kleine Mahlzeiten.
- Ventilatoren oder Handfächer sorgen für angenehme Luftzirkulation

Lassen Sie kühles Wasser über Ihre Handgelenke und Unterarme laufen – das erfrischt!

## **Ausreichend Trinken – auch unterwegs!**

Wenn Sie in der Stadt unterwegs sind, können Sie Ihre Trinkflasche an den Trinkwasserbrunnen auffüllen, die im Stadtgebiet verteilt sind:

Ein Trinkbrunnen befindet sich auf dem Hauptplatz neben der Bushaltestelle und dem Bücherschrank. Ein weiterer steht auf dem Georg-Hellmair Platz neben dem Springbrunnen unter einem Baum. Auch im Herkomer Park befindet sich unterhalb des Museums ein Trinkbrunnen. Weitere Trinkbrunnen sind im Klösterl, an der Teufelsküche, im Bürgerbüro und bei den Stadtwerken. Auch in den Friedhöfen in der Stadt und in den Ortsteilen befinden sich Trinkwasserstellen. Die Wasserspielplätze werden übrigens auch mit Trinkwasser gespeist.

Die Standorte der Trinkwasserbrunnen findet man übrigens ganz einfach und sehr übersichtlich in der App „Trinkwasser unterwegs“ vom Bundesverband der Energie- und Wasserwirtschaft.“

## **Fahrsicherheitstraining für Radler**

Der ADFC (Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club) bietet sowohl für Bio-Radler als auch für E-Biker ein Fahrsicherheitstraining an:

**Wann: Dienstag 2.7. und 16.7.  
sowie Sonntag 7.7.2024**

Treffpunkt: Waitzinger Wiese, um 13:45 Uhr  
Kosten: 15 € (ADFC-Mitglieder) bzw. 30 €  
Dauer: ca. 3 Stunden

Anmeldung bei:

[karl.machunze@adfc-landsberg.de](mailto:karl.machunze@adfc-landsberg.de) oder

Herrn Meckel: 08241/4093619 bzw. 01725283776,  
[bernd.meckel@adfc-landsberg.de](mailto:bernd.meckel@adfc-landsberg.de)

## **Rollatortraining für Senioren**

Die Kreisverkehrswacht Landsberg bietet seit diesem Jahr für Senioren ein Rollatortraining an. Sollten Sie sich dafür interessieren,

kontaktieren Sie bitte Herrn Heiß

(1. Vorsitzender der Dt. Verkehrswacht, Landsberg am Lech).

Heinrich Heiß Tel.: 08191/7217, [heiss.heinrich@t-online.de](mailto:heiss.heinrich@t-online.de)

---



## Stadt Landsberg am Lech

Katharinenstraße 1, 86899, Landsberg.de

Diese E-Mail wurde an {{contact.EMAIL}}  
gesendet.

Sie haben diese E-Mail erhalten, weil Sie sich für  
unseren Newsletter angemeldet haben.

[Abbestellen](#)

