Newsletter

Grüß Gott im Oktober

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

Liebe Seniorinnen und Senioren,

wir laden Sie herzlich zur diesjährigen Seniorenbürgerversammlung ein.

Es erwartet Sie ein informatives Treffen, bei dem wir über aktuelle Projekte in unserer Stadt berichten und Ihre Fragen beantworten. Auch der Seniorenbeirat und das Seniorenmanagement werden über ihre Tätigkeiten informieren.

Die Seniorenbürgerversammlung findet am Dienstag, den 8. Oktober 2024, um 14:00 Uhr in der Wandelhalle des Sportzentrums am Hungerbachweg 1 in Landsberg am Lech statt. Für Ihr leibliches Wohl ist bestens gesorgt, und Zubringerbusse stehen für Besucherinnen und Besucher aus den Ortsteilen zur Verfügung.

Ein besonderer Programmpunkt in diesem Jahr ist die Neuwahl des Seniorenbeirats. Wir suchen engagierte Bürgerinnen und Bürger ab 60 Jahren, die sich für die Belange der älteren Generation in unserer Stadt einsetzen möchten. Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte bei der Geschäftsstelle des Seniorenbeirates, Carola Seewald, unter der Telefonnummer 08191/128-131 oder per E-Mail an seniorenbeirat@landsberg.de.

Auch Stadträtin und Seniorenreferentin Alexa Dorow steht Ihnen unter der Telefonnummer 0172/83228649 gerne zur Verfügung.

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

Herzliche Grüße,

Doris Baumgartl
Oberbürgermeisterin

Klicken Sie hier für weitere Informationen und zum Herunterladen des Flyer zur Seniorenbürgerversammlung

Zubringerbusse

Für Besucherinnen und Besucher aus den Ortsteilen werden Busse zu folgenden Abfahrtszeiten angeboten:

Bus 1
13:15 Uhr Ellighofen, Bushaltestelle
13:20 Uhr Erpfting, Gasthof zur Post
13:25 Uhr Landsberg am Lech, Erpftinger Straße (Förster Christl)
13:30 Uhr Landsberg am Lech, Bushaltestelle (Parkbucht „Heilige Engel“)
13:35 Uhr Landsberg am Lech, St. Ulrich-Platz, Bushaltestelle
13:40 Uhr Landsberg am Lech, Augsburger Straße (Waitzinger Berg)
13:45 Uhr Landsberg am Lech, Sportzentrum (Hungerbachweg 1)

Bus 2
13:15 Uhr Pitzling, Bushaltestelle Kirche
13:25 Uhr Reisch, Bushaltestelle
13:35 Uhr Malteserstraße, Bushaltestelle
13:40 Uhr Bayertor, Bushaltestelle
13:45 Uhr Landsberg am Lech, Sportzentrum (Hungerbachweg 1)

Die Rückfahrt erfolgt ab ca. 17:00 Uhr in umgekehrter Reihenfolge.

Der Seniorenbeirat

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Seniorinnen und Senioren,

für den Seniorenbeirat neigt sich diese Legislaturperiode dem Ende zu. Wir blicken zurück auf 3 Jahre voller spannender Herausforderungen, aufschlussreicher Begegnungen und neuer Erfahrungen. Bei der Seniorenbürgerversammlung am 8. Oktober 2024 möchten wir Ihnen in der jetzigen Konstellation des Seniorenbeirats noch einmal Bericht über unsere vergangene Arbeit erstatten.

Im Rahmen der Seniorenbürgerversammlung findet auch die Wahl des neuen Seniorenbeirats statt. 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 Oktober

Seniorensprechstunde

Dienstag, 1. Oktober, 14:00 Uhr bis 14:30 Uhr
Geschäftsstelle des Seniorenbeirats, St.-Ulrich-Platz 6

Kommen Sie mit uns persönlich ins Gespräch. Wir freuen uns auf Sie! Vor Ort haben Sie gute Parkplatzmöglichkeiten und Anschluss an die Buslinien 2, 3 und 30.

Tanznachmittag
Musikalische Begleitung: Siegfried Eckl

Sonntag, 6. Oktober, 14:30 Uhr
Mehrzweckraum des "SeniorenWohnen am Englischen Garten",
Johann-Mutter-Str. 8
Kosten: 3,50 Euro

Ab Oktober jeden 1. Sonntag im Monat. Es ist keine Anmeldung nötig.

Kreistänze aus aller Welt
mit Ulrike Straßer

Mittwoch, 16. Oktober, 15:00 bis 16:00 Uhr
Lechstadel, 2. Obergeschoss, Lechstr. 132

Die einfachen Kreistänze aus Griechenland, Israel, Südamerika und anderen Ländern bringen Körper in Schwung und unsere Seele zum Schwingen. Gesunde Bewegung, die Spaß macht und die Lebensfreude steigert. Bitte bequeme Schuhe und Getränke mitbringen! Der Eintritt ist frei.

Vortrag: Herzgesunde Ernährung
Referentin: Diplom Ökotrophologin Andrea Passenberg

Mittwoch, 16. Oktober, 15:00 bis 16:30 Uhr
Kratzertreff, Hubert-von-Herkomer-Str. 73

Mit einer ausgewogenen Ernährung stärken Sie Herz und Gefäße. Eine besondere Rolle spielt dabei der bewusste Einsatz von Fetten und Ölen. Doch welche Fette sind günstig/ungünstig? Was ist der Unterschied zwischen raffinierten und nativen Ölen? Und was gehört sonst noch zu einem „herzgesunden Lebensstil" dazu? Dies und mehr erfahren Sie bei uns! Lernen Sie an unserer Genussinsel mehr über die geschmackliche Vielfalt pflanzlicher Öle kennen und deren Einsatz in der Küche! Der Eintritt ist frei.

Spielenachmittag

Donnerstag, 17. Oktober, ab 14:00 Uhr
Kratzertreff, Hubert-von-Herkomer-Str. 73

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! Der Eintritt ist frei.

ImproLLetten

Mittwoch, 23. Oktober, 18:00 Uhr
Sportzentrum, Hungerbachweg 1

Eintritt: 10 Euro

Hier laden wir zu einer vergnüglichen Veranstaltung ins Sportzentrum bei einem spielerischen Abend mit den ImproLLetten aus Landsberg am Lech ein. Ohne Regisseur oder Drehbuch, nur durch die Inspiration des Publikums, lassen die Spielerinnen und Spieler Szenen aus dem Augenblick entstehen. Das Publikum erlebt dabei einzigartige Weltpremieren, gewürzt mit improvisierter Situationskomik, Wortwitz und musikalischen Einlagen.

Werksführung bei der RATIONAL AG

Donnerstag, 24. Oktober, 10:00 bis ca. 12:00 Uhr
RATIONAL AG, Celsiusstr. 6

Das Unternehmen beschäftigt ca. 2500 Mitarbeiter, davon mehr als 1400 in Deutschland. Der Global Player erzielt einen Umsatz von jährlich ca.1,2 Mrd. Euro bei einer Absatzzahl von ca. 90.000 Kombidämpfern weltweit. Wir machen eine Führung durchs Werk und dürfen im Kombidämpfer zubereitete Speisen kosten. Die Anreise erfolgt individuell, Fahrgemeinschaften können gebildet werden. Die Führung ist kostenlos.

Hinweis: Leider ist eine Anmeldung nur noch für die Warteliste möglich, da die Veranstaltung bereits vollständig ausgebucht ist. Wir werden Sie rechtzeitig informieren, falls wir einen weiteren Termin anbieten können.

Filme für Seniorinnen und Senioren

Montag, 28. Oktober, 14:00 Uhr
Olympia Filmtheater, Adolph-Kolping-Str. 131
Kosten: 5 Euro

Jeden 4. Montag im Monat können Sie sich einen ausgewählten Film im Kino ansehen. Das aktuelle Programm entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Tischtennis

Jeden Dienstag außer in den Schulferien, 15:30 bis 17:00 Uhr
Sportzentrum, Hungerbachweg 1

Jeden Dienstag wird Tischtennis gespielt, außer in den Schulferien. Es ist keine Anmeldung nötig. Die Teilnahme ist kostenlos. Vorkenntnisse sind erwünscht. Bitte bringen Sie einen Schläger mit. Weitere Informationen erhalten Sie bei Max Unger unter Telefon 0175 990 94 75.

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!

Vorschau auf Termine im November

Tanznachmittag
Musikalische Begleitung: Siegfried Eckl

Sonntag, 3. November, 14:30 Uhr
Mehrzweckraum des "SeniorenWohnen am Englischen Garten",
Johann-Mutter-Str. 8
Kosten: 3,50 Euro

Ab Oktober jeden 1. Sonntag im Monat. Es ist keine Anmeldung nötig.

Seniorensprechstunde

Dienstag, 5. November, 14:00 Uhr bis 14:30 Uhr
Geschäftsstelle des Seniorenbeirats, St.-Ulrich-Platz 6

Kommen Sie mit uns persönlich ins Gespräch. Wir freuen uns auf Sie! Vor Ort haben Sie gute Parkplatzmöglichkeiten und Anschluss an die Buslinien 2, 3 und 30.

1. Spielenachmittag

Donnerstag, 7. November, ab 14:00 Uhr
Kratzertreff, Hubert-von-Herkomer-Str. 73

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! Der Eintritt ist frei.

Vortrag: Erben und Vererben
Referent: RA Bauer

Mittwoch, 13. November, 15:00 Uhr
Kratzertreff, Hubert-von-Herkomer Str. 73

Im Vortrag werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie durch lebzeitige Übertragungen verhindert werden kann, dass im Erbfall Erbschaftssteuer anfällt. Der Eintritt ist frei.

Kreistänze aus aller Welt
mit Ulrike Straßer

Mittwoch, 13. November, 15:00 bis 16:00 Uhr
Lechstadl, Obergeschoss, Lechstr. 132

Die einfachen Kreistänze aus Griechenland, Israel, Südamerika und anderen Ländern bringen Körper in Schwung und unsere Seele zum Schwingen. Gesunde

Bewegung, die Spaß macht und die Lebensfreude steigert. Bitte bequeme Schuhe und Getränke mitbringen! Der Eintritt ist frei.

Singen im Kloster der Dominikanerinnen mit Christian Karlstetter

Montag, 18. November, 15:00 bis 16:30 Uhr
Kloster der Dominkanerinnen, Münchener Str. 11

Wir entdecken altbekannter Lieder und Schlager aus der Jugend wieder. Die Freude am gemeinsamen Singen genügt, es sind weder Textsicherheit noch Chorerfahrung nötig. Die Teilnahme ist kostenlos.

2. Spielenachmittag

Donnerstag, 21. November, ab 14:00 Uhr
Kratzertreff, Hubert-von-Herkomer-Str. 73

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! Der Eintritt ist frei.

Filme für Seniorinnen und Senioren

Montag, 25. November, 14:00 Uhr
Olympia Filmtheater, Adolph-Kolping-Str. 131
Kosten: 5 Euro

Jeden 4. Montag im Monat können Sie sich einen ausgewählten Film im Kino ansehen. Das aktuelle Programm entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Bairisch Tanzen zum Mitmachen mit Tanzmeister Magnus Kaindl und Johannes Sift (Steirische Harmonika)

Montag, 25. November, 18:30 bis 20:00 Uhr
Lechstadel, 2. Obergeschoss, Lechstr. 132

Tanzen ist pure Lebensfreude! Alle, die Spaß an Bewegung und am geselligen Miteinander haben, sind beim Bairisch Tanzen genau richtig. Mitmachen können alle, auch ohne Tanzvorkenntnisse und ohne Tanzpartner. Wer kommt tanzt mit, egal ob in Dirndl und Lederhosen oder Jeans. Der Teilnahme ist kostenlos.

Tischtennis

Jeden Dienstag außer in den Schulferien, 15:30 bis 17:00 Uhr
Sportzentrum, Hungerbachweg 1

Jeden Dienstag wird Tischtennis gespielt, außer in den Schulferien. Es ist keine Anmeldung nötig. Die Teilnahme ist kostenlos. Vorkenntnisse sind erwünscht. Bitte bringen Sie einen Schläger mit. Weitere Informationen erhalten Sie bei Max Unger unter Telefon 0175 990 94 75.

Mittagstische

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

Die Menüauswahl ist vielfältig und reicht von Fleisch- und Fischgerichten bis hin zu köstlichen vegetarischen Optionen. Für einen Beitrag von 9 Euro erhalten Sie ein schmackhaftes Mittagessen sowie kostenloses Leitungswasser. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Wir freuen uns auf Sie bei den nächsten Mittagstischen:

4. Oktober, 11:30 bis 13:30 Uhr
Il Lago di Garda, Hindenburgring 64

18. Oktober, 11:30 bis 13:30 Uhr
Gasthof Stadt München, Münchener Str. 1

8. November, 11:30 - 13:30 Uhr
NEU: Offside Landsberg, Am Hungerbachweg 1

22. November, 11:30 - 13:30 Uhr

Ganesha Indisches Restaurant, Hauptplatz 175

weitere Termine der Mittagstische finden Sie hier

Sport und Bewegung im Freien

Werden Sie aktiv bei den Offenen Bewegungstreffs
Dauer: jeweils etwa 30 bis 45 Minuten
Keine Vorkenntnisse, keine spezielle Kleidung oder Anmeldung erforderlich.
Getränke nicht vergessen!

In Landsberg am Lech:
- jeden Montag, 9:30 Uhr: Quartierspark, auf Höhe des Spielplatzes
- jeden Dienstag, 9:30 Uhr: Waldheimer Platz, gegenüber der Katharinenvorstadtschule
- jeden Dienstag, 9:30 Uhr: Wiesenring/Ecke Margaritenweg (am Waldrand)
- jeden Mittwoch, 9:30 Uhr: Grünstreifen zwischen Iglinger Str. und Ahornallee
- jeden Donnerstag, 10:00 Uhr: Europa Platz am Papierbach (schräg gegenüber vom Mutterturm)

- jeden Donnerstag, 9:30 Uhr: Yoga für die Seele, Pfettenwiese zwischen Bolz- und Spielplatz

In Erpfting:
- im wöchentlichen Wechsel am Mittwoch, 10:00 Uhr oder am Donnerstag, 14:00 Uhr
am Spielplatz hinter der Kirche
(Informationen bei der Seniorenmanagerin Erpfting Irene Bleicher unter 08191 9636566)

In Friedheim:
- jeden Donnerstag, 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 Uhr am
14.10.2024
11.11.2024
09.12.2024

Workshop-Termine im Kratzertreff
Montags jeweils von 10:00 - 15:15 Uhr
Nächster Termin: 28.10.2024

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

Informationen aus dem

Seniorenmanagement

Weitere Termine für Senioren

Im Veranstaltungskalender der Stadt Landsberg am Lech finden Sie unter der Kategorie Senioren (siehe Direktlink unten) weitere Termine

Zum Veranstaltungskalender der Stadt

Vortrag: Akutgeriatrie - was ist das?
Referent: Maximilian Helber

Montag, 21. Oktober, 17:00 Uhr
Lechturnhalle (barrierefrei), Lechstr. 8, 2. Obergeschoss, Eingang Nord neben Ignaz-Kögler-Gymnasium
Eintritt frei. Keine Anmeldung erforderlich.

Maximilian Helber ist Leiter der Akutgeriatrie am Klinikum Landsberg am Lech. In seinem Vortrag stellt er sich Ihnen vor und erklärt er Ihnen, was sich unter dem Begriff Akutgeriatrie verbirgt. Sie erhalten umfassende Informationen über die Arbeit der Abteilung Akutgeriatrie und das stationäre Angebot. Des weiteren erfahren Sie, warum es sich lohnt aktiv zu bleiben.

Foto: Maximilian Helber; Verwendung mit freundlicher Genehmigung durch Klinikum Landsberg am Lech, 09/2024

Fahrsicherheitstraining für Radler - Herbstpaket

Sonntag, 27. Oktober, 13:45 Uhr Eintreffen, 14:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr
Schulhof der Realschule Kaufering, Bayernstr. 12, 86916 Kaufering
Kosten: 15 Euro

Der ADFC (Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club) bietet für Senioren zum Ausklang der Radlsaison den Fahrsicherheits-Grundkurs zu einem vergünstigen Unkostenbeitrag an.

Anmeldungen bis 23. Oktober bei:
karl.machunze@adfc-landsberg.de oder bernd.meckel@adfc-landsberg.de
oder per Telefon bei Bernd Meckel: 08241/4093619 bzw. 0172/5283776

Social Media Sprechstunde in der Stadtbibliothek Dozentin: Sabrina Spinnler

Samstag, 5. Oktober, 10:00 bis 11:30 Uhr
Stadtbibliothek, Lechstr. 132

Wie installiere ich eine App? Wie funktioniert eigentlich X? Whatsapp, Facebook, Instagram, Snapchat & Co. sind inzwischen ständige Begleiter - nicht nur von Jugendlichen. Vielen ist nicht klar, welche Daten sie damit unbewusst weitergeben und wo mögliche Gefahren lauern. Mit der Social Media Sprechstunde bietet die Stadtbibliothek Landsberg in Kooperation mit der vhs ein Angebot, das sich an alle Altersgruppen von 15 bis 99 Jahren richtet.

Die Dozentin Sabrina Spinnler (Medien- und Kommunikationswissenschaftlerin) hilft bei der Lösung von konkreten Problemen und beantwortet Fragen. Die Sprechstunde ersetzt allerdings keinen Grundkurs zum Umgang mit den sozialen Netzwerken.

Die Sprechstunde ist kostenlos. Eine Anmeldung in der Stadtbibliothek (Telefon 08191 / 128 – 565, E-Mail stadtbibliothek@landsberg.de) ist erwünscht.

Weitere Social Media Sprechstunden finden am 2.11. und 7.12.2024 statt.

Foto: Flyer Social Media Sprechstunde; Verwendung mit freundlicher Genehmigung durch Landsberger Stadtbibliothek, 09/2024

Fit werden fürs Ehrenamt

Gesucht werden wieder interessierte Menschen der Generation 50 plus.

Eine weitere Qualifizierung für Ehrenamtliche im AWO-Mehrgenerationenhaus (MGH) in Anlehnung an das Programm EFI – Erfahrungswissen für Initiativen startet im Herbst, AWO-Zentrum Landsberg am Lech. Wer sich ehrenamtlich engagieren möchten, um eigene oder gemeinsame Projekte zu verwirklichen, ist herzlich eingeladen zur Qualifizierung, jeweils am Montag und Dienstag, 14. Und 15. Oktober, 28. und 29. Oktober sowie 4. und 5. November 2024, in der Zeit von

9 bis 17 Uhr. Daneben gibt es zwei Praxistage jeweils am Montag und Dienstag, 21. Oktober und 11. November 2024, in der Zeit von 9 bis 13 Uhr.

Der Landkreis Landsberg fördert die Ausbildung, daher fallen bei Teilnahme keine Kosten an.

Weitere Infos beim Mehrgenerationenhaus (MGH), Betina Ahmadyar
Hubert-von-Herkomer-Str. 73, Tel: 08191-3052791
AWO-Mehrgenerationenhaus Landsberg | AWO Oberbayern e.V. (awo-bb.de)
mehrgenerationenhaus.landsberg@awo-obb.de

Kampagne "Demenz und Wir"

Für mehr Sensibilität im Umgang mit dem Krankheitsbild Demenz gibt es im Rahmen der Kampagne „Demenz und Wir" seit Juli 2024 ein Jahr lang zahlreiche Veranstaltungen im ganzen Landkreis.

Motto: Annehmen und Wege finden.

Die aktuelle Terminübersicht und mehr Informationen finden Sie immer online unter: www.landkreis-landsberg.de/demenz

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

Versendet mit Brevo