

Senioren Aktuelle

Wichtige Telefon-Nummern

Polizei 110
Feuerwehr 112
ANNA Altdorfs nette Nachbarn
AWO 0871 / 9745880
Bayr. Rotes Kreuz 0871 / 962210
Caritas 0871 / 805100
Diakonie 0871 / 609100
Malteser Hilfsdienst 0871 / 923300
VdK 0871 / 923330

Rettungsdienst / Notarzt 112
Ärztl. Bereitschaftsdienst 116 117

0170 / 6238360 oder **0871/9538160**

Seniorenbeirat in der Marktgemeinde

Dr. Eberhard Kluge	0871 / 34442	Vorsitzender
Salvatore Lando	015144824807	Stellvertreter
Ulrike Weichelt	0871 / 2767199	Schritfführerin
Karl Blechinger	0871 / 35452	Altdorf
Heinz Eichner	0871 / 34361	Eugenbach
Alexander Emich	0871 / 9751760	Altdorf - Süd
Renate Jeretzky	0871 / 35329	Seniorenheime
Otto Janak	0871 / 35381	

Seniorenbeauftragte der Marktgemeinde

Georg Nirschl	0871 / 34248	Vorsitzender
Maria Golsch-Weber	0871 / 9668446	Stellvertreterin
Michael Kapfhammer	0871 / 9357077	Stellvertreter

Seniorenbetreuung der kath. Pfarreien

Beate Kipper	0871 / 34485	Altdorf
Regina Licha	0871 / 32593	Eugenbach
Anneliese Teuchner	08704 / 1244	Pfettrach

Seniorenbetreuung der ev. Kirchengemeinde

z.Zt. kein Ansprechpartner für:
Ilona Wagner 0871 / 51766

Nachbarschaftstreff „DOM“

Mascha Sidorowa-Spilker	0871 / 1355898	Leitung
Valeria Kandlin	0871 / 34878	Seniorentreff

Alle weiteren Dienste - wie hauswirtschaftlicher Fachdienst und/ oder ambulante Pflege etc - entnehmen Sie bitte dem Seniorenwegweiser des Landkreises Landshut oder den gelben Seiten.

(Den Seniorenwegweiser bekommen Sie bei der Marktgemeinde oder beim Landratsamt)

Informationen des Seniorenbeirates in der Marktgemeinde Altdorf 9/17

Gedanken zur Lebensgestaltung

Lebensgestaltung ist ein wichtiges Thema in unserer Gesellschaft. Dazu formuliert Uta Dietl, Vorstandsmitglied in der Landes SeniorenVertretung LSVB folgende Gedanken: „Beim letzten Treffen mit Freunden tauchte die Frage auf, was denn eigentlich „Lebenskunst“ oder „gelingendes Leben“ sei? Wir alle sind schon gut im Rentenalter, jede und jeder hat einen eigenen Lebenslauf, andere Erfahrungen, ganz unterschiedliche Familien. Und trotzdem gibt es die übereinstimmende Meinung, dass Bildung im Leben sehr wichtig wäre. Sie beeinflusst unsere Entscheidungen, unser Verhalten, unsere Gesundheit, unseren Beruf und auch die Art und Weise, wie wir mit unseren Mitmenschen, Kindern oder Omis und Opis umgehen. Irgendwann jedoch reicht diese Art Wissensbildung nicht mehr.

Wir sind gefordert unser Leben selbst zu bilden, zu gestalten. Die Aufgabe ist besonders beim Übertritt vom Erwerbsleben in den Ruhestand zu spüren. Ein neuer Lebensabschnitt ist zu erfahren. Vielleicht tun sich da manche Frauen leichter, die bereits etwas Übung haben vom Zeitpunkt, an dem die Kinder das Haus verließen. Aber so ganz aus dem vollen Berufsleben? Manche haben schon mit Hobbies vorgesorgt, andere machen einfach so wie bisher weiter oder mit verkürzter Zeit in ihrer gewohnten Arbeit. Oder sie machen sich endlich, mit der finanziellen Rückenstärkung, selbständig.

Aber so ganz aus dem vollen Berufsleben? Da kommt leicht das Gefühl auf, nicht mehr gebraucht zu werden. Andere versuchen in Meditationen und Sinnieren in vielen Gedankenrichtungen das eigene Sein oder Nichtsein zu ergründen. Ein Blick zurück zu den alten Philosophen kann da sehr hilfreich sein. Es gab die Philosophie der Lebenskunst. Heute heißt das Zaubenwort „Achtsamkeit“ oder „sorge dich um dich selbst“. Dieser Weg ist kein leichter, Selbstsorge hat nichts mit Selbstoptimierung zu tun. Wir müssten alte Gewohnheiten verändern, Bequemlichkeiten aufgeben. Ein schwieriges Unterfangen, das bestimmt jeder kennt, der zu Neujahr neue Vorsätze gefasst hat. Selbstsorge ist auch Sorge um andere. Vielleicht sogar in einem Ehrenamt, das unserem Lebensabschnitt neuen Sinn und Wohlbefinden bringt. Und irgendwann vielleicht auch Weisheit.“

Autorenlesung in der Gemeindebücherei

In Zusammenarbeit mit der Gemeindebücherei lädt der Seniorenbeirat am Mittwoch, den 20. September, um 14.30 Uhr zu einer Lesung der in der Marktgemeinde Altdorf lebenden Autorin Evelyne Bechmann in die Gemeindebücherei, Dekan-Wagner-Straße 15 ein. Frau Bechmann ist Autorin von Romanen, Lyrik und Prosatexten mit Heimatthemen sowie Erzählungen mit Inhalten zu Jahreszeiten, Landschaften und Schicksalen. In der Lesung wird sie ihre neuesten Bücher vorstellen. Der Eintritt ist frei. Zur vorbereitenden Organisation wird um kurze Anmeldung gebeten unter 0871/95389319 oder über E-Mail: buecherei-aldorf@t-online.de.

„jung + altdorf“ beim Marktfest

Beim diesjährigen Marktfest am 8. Juli regten hellblaue T-shirts mit der Aufschrift „jung + altdorf“ zu interessierten Rückfragen an. Es handelte sich um Mitglieder einer Projektgruppe mit dem Anliegen, die junge und ältere Generation zum gemeinsamen Handeln anzuregen. In Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat, dem Jugendtreff und der fala gab es auch ein erfolgreiches Programm in unserer Marktgemeinde, das in einem Handbuch zum Generationenübergreifenden Lernen des Sozialministeriums Bayern aufgenommen wurde. Das Projekt war zeitlich befristet, aber die Teilnehmer beschlossen wegen des erfolgreichen Verlaufs ohne Förderung des Sozialministeriums weiter aktiv zu sein. In einem Planungsgespräch im August wurden folgende Aktionen in ein Zukunftsprogramm aufgenommen: Teilnahme am Marktfest 2018, Einrichtung einer regelmäßigen Handy/PC-Fragestunde, Strick-Häkeltreffs, gemeinsame Gartenarbeit im Heimatmuseum, Sternebasteln für den Christkindlmarkt in Altdorf. Wenn diese Ideen konkret umgesetzt werden, werden sie in Senioren Aktuell bekannt gegeben. Das Ziel bei allen vorgesehenen Veranstaltungen ist es, dass die Generationen voneinander lernen und sich mit den unterschiedlichen Problemen, Fragestellungen und Aufgaben vertraut machen. Mit dem Projekt des Sozialministeriums soll der Zusammenhalt innerhalb der Generationen und in unserer Gesellschaft gestärkt werden. Mit der Teilnahme an dieser Aufgabe in unserer Marktgemeinde ist ein erster Anfang mit Erfolg gemacht worden und die in diesem Rahmen erfolgten Aktionen wurden mit großem Engagement und mit Freude auf beiden Seiten durchgeführt.

Gedanke des Monats

Das Leben, das Dasein, die Welt. Ich kenne kein größeres Wunder als die Tatsache, dass es das alles gibt: dich, mich, die Sonne, den Regen, den Duft des Thymians, das schwerelose Leuchten des Gletschers in der Ferne, alles. Das ist doch das Wunder der Wunder. (Manfred Hausmann, deutscher Schriftsteller)

Hier die wichtigen Veranstaltungen kurz und bündig:

05.09.17 Di..	14.00 Uhr	Altdorf Seniorennachmittag der kath. Pfarrei Altdorf im Pfarrheim
08.09.17 Fr..	12.30 Uhr	Seniorengruppe Pfarrei Pflétrach. Ausflug zum Kloster Metten
20.09.17 Mi..	14.30 Uhr	Lesung Autorin Evelyne Bechmann, Gemeindebücherei, Dekan-Wagner-Straße
20.09.17 Mi..	14.00 Uhr	Von Sirtaki bis Seniorentanz. Gesellige Tänze für Jung und Alt im Haus der Begegnung
26.09.17 Di..	14.00 Uhr	Altdorf Seniorennachmittag der kath. Pfarrei Altdorf im Pfarrheim
28.09.17 Do..	14.00 Uhr	Seniorengruppe: Behinderte und ihre Freunde im Haus der Begegnung
28.09.17 Do.	14.00 Uhr	Seniorengruppe Pfarrei Eugenbach, Gottesdienst anschließend Kaffee und Kuchen, 15.15 Uhr Feier 20 Jahre Pfarrheim
09.10.17 Mo.	14.30 Uhr	Empfang für Geburtstagskinder ab 70 Jahre von August und September im Haus der Begegnung
10.10.17 Di.	14.00 Uhr	Altdorf Seniorennachmittag der kath. Pfarrei Altdorf im Pfarrheim
10.10.17 Di.	14.00 Uhr	Seniorengruppe Pfarrei Pflétrach, Kirchweihfeier im Gasthaus Betz, Oberglaim
12.10.17 Do.	14.00 Uhr	Seniorengruppe: Behinderte und ihre Freunde im Haus der Begegnung

Nicht vergessen:

Badefahrt nach Bad Gögging immer Montag!

Abfahrt: **12.45 Uhr**, Schmittnerhof Altdorf, Hauptstr.

Badezeit 2½ Stunden, Rückkehr gegen 17.15 Uhr

Preis: € 17,- (Busfahrt und Eintritt)

Boccia für und mit Frauen immer Donnerstag 10 Uhr

Bei gewünschter Inanspruchnahme von ANNA gilt die **Telefonnummer: 0871/9538160 oder 0170/6238360** (Mo.-Fr. 8 bis 12 Uhr, sonst Anrufbeantworter)

Sonstige Wünsche oder Anregungen bitte an die Mitglieder der Leitungsgruppe richten.

ANNA sucht engagierte und hilfsbereite Menschen, die gerne und unentgeltlich für hilfesuchende Menschen da sind! Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte bei der Leitungsgruppe (0170 / 6238360 oder 0871/9538160)