

SENIORENBÜRO
MARKT MEITINGEN

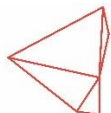
Veranstaltungen am Fiakerpark

Winter/ Frühjahr 2026



Fotoquelle: Bild von Pixabay

Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung
des Marktes Meitingen



MARKT MEITINGEN

Betreiber des Seniorenbüros ist der ASB Augsburg
im Auftrag der Marktgemeinde Meitingen

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Augsburg e.V.

Veranstaltungsüberblick – Winter/ Frühjahr 2026

Offene Treffpunkte

Café Frohsinn - **jeden zweiten Montag von 14.00 bis 17.00 Uhr**

Kreativ-Nachmittag - **jeden zweiten Montag von 15.00 bis 17.00 Uhr**

„Meitinger Strickeria“ - **jeden Mittwoch von 14.00 bis 17.00 Uhr**

Spiele-Treff - **jeden Donnerstag von 13.00 bis 17.00 Uhr**

Schafkopf - **jeden Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr**

Schach-Treff - **jeden zweiten Freitag von 17.30 bis 19.00 Uhr**

Repair-Café – **jeden zweiten Monat am zweiten Freitag von 15.00 bis 17.00 Uhr**

Veranstaltungen

Filmcafé

am zweiten Mittwoch und Donnerstag im Monat – im Cineplex

Offene Meitinger Schreibstube – 2 Schnupperstunden

Mittwoch, den 21.01.2026 von 9.30 bis 11.00 Uhr und

Mittwoch, den 28.01.2026 von 9.30 bis 11.00 Uhr

Linedance im Quartier

Kurs 1: 21.01. und 4.02.2026 von 17.30 bis 18.30 Uhr

Kurs 2: 4.03. und 18.03.2026 von 17.30 bis 18.30 Uhr

Fit und gesund – Gesunde Ernährung im Alter

Donnerstag, den 12.02.2026 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Erste-Hilfe-Kompakt-Seminar für Senioren

Donnerstag, den 26.02.2026 von 17.00 bis 19.00 Uhr

Vortrag zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Donnerstag, den 05.03.2026 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Barrierearmes Wohnen – Wohnberatung klärt auf

Donnerstag, den 26.03.2026 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Gruppen, Kurse und Schulungen

„Zusammen digital“ - **jeden zweiten Montag von 15.00 bis 17.00 Uhr**

Geschichtswerkstatt - **jeden ersten Montag/Monat von 17.30 bis 19.00 Uhr**

Nordic Walking Treff - **jeden Montag ab 10.00 Uhr**

Qigong Kurs für Senioren - **jeden Montag von 10.00 bis 11.00 Uhr**

Gruppe - Senioren mit besonderen Herausforderungen **14-tägig Donnerstag**

Sehr geehrte Damen und Herren,

unter dem Motto „Gemeinsam über Generationen“ stellt das Seniorenbüro Meitingen das Veranstaltungsprogramm für das erste Quartal 2026 vor.

Auch von Januar bis März gibt es wieder ein umfangreiches Angebot.

Hierzu gehören interessante Vorträge, insbesondere zur „Ernährung im Alter“ oder zum Thema „Barrierearmer Wohnraum“. Auch bieten wir wieder ein „Erste-Hilfe-Kompakt-Seminar“ an. Aufgrund der großen Nachfrage wird der Linedance-Kurs in Kooperation mit der VHS fortgeführt. Ein besonderes Angebot ist die neue „Schreibstube“ - für alle die Freude am kreativen Schreiben erleben möchten, werden zwei Schnuppertermine angeboten.

Alle Veranstaltungen, die besonders für pflegende Angehörige geeignet sind, werden extra ausgewiesen.

Zu den Gruppenangeboten gehört neben Qigong, dem Nordic Walking Treff und der Gruppe für Senioren mit besonderen Herausforderungen auch die Initiative der Meitinger Geschichtswerkstatt. Etabliert hat sich das Unterstützungsangebot „Zusammen digital“ in Kooperation mit dem Jugendzentrum Meitingen.

Die häufig nachgefragte Veranstaltung zur „Erstellung von Vorsorge-vollmacht und Patientenverfügung“ wird ebenfalls wieder angeboten.

Das Cineplex-Kino lädt im Rahmen des beliebten „Filmcafés“ wieder zu drei wunderbaren Filmvorführungen ein – jeweils begleitet von Kaffee und Kuchen vor dem Filmstart. Aufgrund der großen Nachfrage finden die Veranstaltungen jetzt am Mittwoch und Donnerstag statt (nicht an Feiertagen).

Es gibt wie immer eine Vielzahl an offenen Treffpunkten. Hierzu gehören das „Café Frohsinn“, der „Kreativ-Nachmittag“, der „Spiele-Treff“, das „Repair-Café“ sowie die „Schafkopf-Runde“ und der „Schach-Treff“.

Außerdem finden Sie in der Begegnungsstätte die „Meitinger Strickeria“ als offenen Treff zum Stricken für den guten Zweck.

Ein Dank gilt an dieser Stelle allen Initiatoren, Referenten und engagierten Personen, die hinter der Realisierung der vielfältigen Angebote stehen und damit auch wichtige Impulse für das Miteinander im Markt Meitingen setzen.

Ihr
Jens Tietböhl,
Seniorenbüro Meitingen



Foto: JensTietböhl

Anlaufstelle für Senioren – ein Angebot des Seniorenbüros

Das Seniorenbüro Meitingen ist mit dem neuen Beratungsangebot der Anlaufstelle breiter aufgestellt worden. Ältere Menschen und Angehörige können sich mit ihren Anliegen zu Pflege Themen, bei Unterstützungsbedarf, helfendem Engagement und zu Begegnungsangeboten an das Seniorenbüro wenden. Die Anlauf- und Beratungsstelle wird vom Landratsamt Augsburg als festes Angebot für den Markt Meitingen, den Markt Biberbach und die Mitgliedsgemeinden der VG Nordendorf gefördert. Als zusätzliche Fachkraft des Seniorenbüros kümmert sich die erfahrene Sozialpädagogin Corina Hock-Bronnhuber um die entsprechenden Anliegen. Sie gehört neben Jens Tietböhl und Christoph Stadler zum Arbeiter-Samariter-Bund Augsburg, der das Seniorenbüro im Auftrag der Marktgemeinde betreibt.

Kontakt:

**Seniorenbüro Meitingen
Dezentrale Anlaufstelle für Senioren
Corina Hock-Bronnhuber**

Tel.: 08271 8141-730

E-Mail: seniorenbuero-anlaufstelle@augzburg-asb.de



Ehrenamtliches Unterstützungsangebot für Seniorinnen und Senioren in der VG Nordendorf sowie in Ostendorf, Waltershofen und Langenreichen

Verein für ambulante Krankenpflege Holzen und Umgebung

Der Verein für „Ambulante Krankenpflege Holzen und Umgebung e.V.“ hat über 980 Mitglieder, gehört zur Trägerschaft der ökumenischen Sozialstation Meitingen und Umgebung und bietet Vereinsmitgliedern ehrenamtlich getragene Unterstützungsleistungen zum Erhalt von Selbstbestimmung im Alter an. Hierzu gehören niedrigschwellige Betreuungs- und Versorgungsangebote, begleitender Fahrdienst sowie Informationsveranstaltungen.

Kontakt:
**Verein für ambulante Krankenpflege
Holzen und Umgebung
Helmut Wech, Vereinsvorstand
Tel.: 08273 2878**

Kontakt zum begleitenden Fahrdienst:
Tel.: 0152-08367700
Montag bis Freitag von 16.00 – 18.00 Uhr

Café Frohsinn

Jeden zweiten Montag von 14.00 bis 17.00 Uhr - außerhalb der Ferienzeit

**Kommende Termine: 19. Januar, 2. Februar,
2., 16. und 30. März 2026**

Das Café Frohsinn ist ein beliebter Treffpunkt für alle Generationen, bei dem das „Miteinander“ im Mittelpunkt steht. Dabei geht es um Begegnung, Austausch und gemeinsame Aktivitäten.

Nette Leute treffen, die Zeit mit Spielen und Plaudern in geselliger Runde verbringen, leckeren selbst gebackenen Kuchen genießen, neue Ideen einbringen, einfach dabei sein - das ist unser Café Frohsinn. Kommen Sie ohne Anmeldung einfach vorbei, wir freuen uns auf Sie.



Foto: Patrizia Lofner

Tauschring Schmuttertal – Repair-Café

Neu: jeden zweiten Monat am zweiten Freitag von 15.00 bis 17.00 Uhr

**im AWO-Raum unter der Dr.-Max-Josef-Metzger-Halle
(ehemals „Gemeindehalle“), Werner-von-Siemens-Str. 2, Meitingen**

Kommende Termine: 13. Februar und 10. April 2026

Kaputt? Wegwerfen? Das muss nicht sein! Bastler und Tüftler aufgepasst: Beim Repair-Café wird in gemütlicher Runde ausgetauscht, repariert, gebastelt, vielleicht auch gefachsimpelt. Alle, die helfen wollen oder etwas zu reparieren haben, dürfen gerne hereinschnuppern in unser Repair-Café. **Reparateure werden dringend gesucht. Auch Unterstützung beim Kuchenbacken oder beim Kaffeekochen vor Ort wäre schön.** Und wer gerne tauscht – egal ob Hilfe im Garten oder alte Möbel – der ist herzlich eingeladen, sich über das Tauschen zu informieren oder gleich beim Tauschring mitzumachen.

Kaffee und kleine Leckereien stehen bereit - wir freuen uns auf Sie.

Kontakt: Gudrun Schmidbaur, Tel.: 08271 4246058



Das Repair-Café findet im Rahmen von „Meitingen miteinander“ in Kooperation mit dem Quartiersbüro statt und versteht sich als Angebot für alle Generationen.

Kreativ-Nachmittag in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden zweiten Montag von 15.00 bis 17.00 Uhr – außerhalb der Ferienzeit

**Kommende Termine: 9. und 23. Februar,
9. und 23. März 2026**

Der Nachmittag ist ein offenes Angebot für alle Interessierten, die Lust auf Handarbeiten und Bastelarbeiten haben – wir treffen uns zum Stricken, Häkeln, Sticken oder Malen. Dazu ist Unterhaltung angesagt. Meistens gibt es auch Selbstgebackenes und Kaffee.

Auch Tee und Sprudelwasser wird gereicht.

Eigene angefangene Sachen können gerne mitgebracht werden, um daran in geselliger Runde weiterzuarbeiten.

Die fertigen Produkte können evtl. fotografiert oder als Anschauungsprojekte dienen und gezeigt werden.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



„Meitinger Strickeria“ in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden Mittwoch von 14.00 bis 17.00 Uhr

**Kommende Termine: 7., 14., 21. und 28. Januar
4., 11., 18. und 25. Februar,
4., 11, 18. und 25 März 2026**

Unser Motto ist: „Gemeinsam stricken und Freude bereiten“. Wir fertigen im kleinen Kreis alles was wärmt. Am Ende des Jahres spenden wir die gefertigten Stricksachen einer sozialen Einrichtung.

Wer gerne für andere Gutes tun will und hierfür gerne stricken möchte, ist bei uns in der „Strickeria“ am richtigen Ort und herzlich willkommen.

Schauen Sie doch einfach mal mit Ihrem Strickzeug vorbei.



Bild: Semevent - Pixabay

Sport und Gymnastik für Senioren in Meitingen

Alle Sport- und Gymnastikangebote für Senioren im Markt Meitingen – inklusive Kontaktdaten - übersichtlich aufgeführt.

Die Broschüre ist in allen hausärztlichen Praxen sowie im Seniorenbüro erhältlich.



Spiele-Treff in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden Donnerstag von 13.00 bis 17.00 Uhr

Kommende Termine: 8., 15., 22. und 29. Januar,
5., 12., 19. und 26. Februar,
5., 12., 19. und 26. März 2026

Seit vielen Jahren ist der offene Spiele-Treff ein sehr beliebtes und gern besuchtes Angebot in der Begegnungsstätte am Fiakerpark.

Altbekannte Spiele sorgen für Unterhaltung und Kurzweil. Kommen Sie einfach vorbei und verbringen ein paar unterhaltsame Stunden in gemütlicher Runde.

Wir haben noch Platz und freuen uns über neue Mitspieler – einfach vorbeikommen.



Foto: Patrizia Lofner

Offener Schach-Treff in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden zweiten Freitag - 14-tägig von 17.30 bis 19.00 Uhr

Kommende Termine: 9. und 23. Januar, 6. und 20. Februar,
6. und 20. März 2026

Schach ist ein spannendes Spielerlebnis und ein ausgezeichnetes Gehirntraining zugleich, da es die Konzentration und das Miteinander fördert. Dieses Erlebnis bietet der offene Schach-Treff, bei dem sich Einsteiger bis leicht Fortgeschrittene mit oder ohne Beeinträchtigung zusammenfinden. Hier kann das Schachspiel auch erlernt werden,

für alle die es noch nicht können.

Wer Spaß und Interesse an gepflegten Schachpartien hat ist hier am richtigen Ort und herzlich eingeladen.



Bild: „Pixabay“

Bei Interesse und Fragen wenden Sie sich gerne an:

inklusionsbuero-meitingen@augzburg-asb.de, Tel.: 08271 8141-737

Schafkopf in der Begegnungsstätte am Fiakerpark

Jeden Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr - im Wechsel mit und ohne Anmeldung

| | |
|---|---|
| Kommende Termine mit Anmeldung*: | 9. und 23. Januar, 6. und 20. Februar, 6. und 20. März 2026 |
| Offene Treffen ohne Anmeldung: | 16. und 30. Januar, 13. und 27. Februar, 13. und 27. März 2026 |

Für Schafkopffreunde gibt es in der Begegnungsstätte ein eigenes offenes Angebot. Die Schafkopfrunde lädt zum Kartenspiel in geselliger Runde ein.

Schafkopf ist ein traditionelles Kartenspiel, das in Bayern als Kulturgut zählt. Haben Sie Interesse an Schafkopfpartien in entspannter Atmosphäre, mit Lust und Spaß an gemeinsamen Spielenachmittagen? Dann freuen wir uns auf Sie!

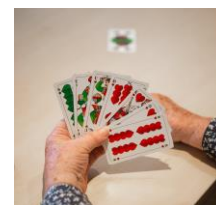


Foto: Patrizia Lofner

***Anmeldung beim Seniorenbüro** (schriftlich, persönlich oder telefonisch – gerne auch auf den AB) für die Koordination der passenden Gruppengröße.

Veranstaltungen der vhs Augsburg Land e.V.

Die vhs Augsburg Land e.V. bietet eine große Auswahl von Veranstaltungen an, von denen rund 40 Angebote auch Seniorinnen und Senioren ansprechen - von Sprachkursen über Gymnastik und Yoga bis hin zum Kreativ- und Kulturbereich. Beispiele hierfür im ersten Quartal 2026:

- **Digitale Teilhabe** **27.03. und 17.04.2026, Begegnungsstätte, 9.00 – 12.00 Uhr, Gebühr: 20,- €**
- **Pilates - Ganzkörpertraining** **6x Montag, 12.01.26 - 23.02.26, Ballspielhalle Meitingen, 16.45 – 17.45 Uhr, Gebühr: 31,60 €**
- **Entspannung für Kiefer-, Nacken- und Schulterbereich** **6x Mittwoch, 14.01.26 – 18.02.2026, 17.45 – 19.00 Uhr, Mehrzweckraum Haus der Musik Meitingen, Gebühr: 39,50 €**

Kontakt und Anmeldungen:

- ✓ Direkt im Internet: www.vhs-augsburger-land.de
- ✓ Tel. bei unserer Geschäftsstelle: 0821-34484-0
- ✓ E-Mail: anmeldung@vhs-augsburger-land.de



Veranstaltungen

Filmcafé im Cineplex - mit Kaffee und Kuchen

Das besondere Kinoerlebnis für Senioren!

**Am zweiten Mittwoch und Donnerstag im Monat
im Cineplex Meitingen, Donauwörther Str. 53 – im Kino 2**

Termine: 14.01. + 15.01., 11.02. + 12.02., 11.03. + 12.03.2026

Einlass: 14.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen

Filmbeginn: 15.00 Uhr

Eintrittspreis: ab 10 € (Parkett), inkl. Kaffee und Kuchen / Online: 9 €

Das Cineplex Meitingen bietet in Kooperation mit dem Seniorenbüro das regional einmalige und oft gewünschte „Filmcafé“, an.

Am zweiten Mittwoch und Donnerstag im Monat können Sie sich um 14.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen einstimmen, um danach ab 15.00 Uhr die Vorstellung im barrierefreien Kinosaal zu genießen.

Dieses spezielle Angebot richtet sich besonders an ältere Filmfreunde, wobei alle Generationen herzlich eingeladen sind.

**14.01. + 15.01.
„Ausgisting“**

Wolfgang "Gangerl" umsegelt mit 81 Jahren die Welt. Clemens ist auf der Suche nach dem Glück. Im Fokus steht seine abenteuerliche Reise von Bali über die Banda-See bis zu West-Papua.

**11.02. + 12.02.
„Wie das Leben
manchmal spielt“**

Die junge Kellnerin Marie-Line und der mürrische Richter Gilles entwickeln eine ungewöhnliche Freundschaft, nachdem Marie-Line ihn einen Monat lang als Chauffeurin fahren muss.

**11.03. + 12.03.
„Extrawurst“**

In einem Tennisclub wird das Sommerfest geplant. Als vorgeschlagen wird, für Erol das einzige muslimische Clubmitglied, einen separaten Grill zu organisieren, brechen unerwartete Spannungen auf.



Mit den Apps Greta und Starks werden Filme trotz Handicap diskret auf dem Smartphone zugänglich. GRETA erklärt mit Audiodeskriptionen die Handlung, Mimik und Gestik, STARKS spielt Untertitel zum jeweiligen Film auf einem Smartphone ab.

Veranstaltung 1

Offene Meitinger Schreibstube – 2 Schnupperstunden

**Mittwoch, den 21.01.2026 von 9.30 bis 11.00 Uhr und
Mittwoch, den 28.01.2026 von 9.30 bis 11.00 Uhr**

Das Motto von Marie-Luise Achtner: „Beim Singen jubiliert das Herz, beim Schreiben atmet die Seele“ wird in der Meitinger Schreibstube für alle Teilnehmenden auf eine einladende Art erlebbar gemacht.

Wer Freude hat, spontane Texte zu verfassen, Geschichten zu schreiben, Eindrücke zu verschriftlichen oder sich spielerisch mit dem geschriebenen Wort zu beschäftigen ist herzlich zur Schnupperstunde der Schreibstube eingeladen.

Spontaneität, Spaß und ein anregendes Gruppenerlebnis stehen dabei im Vordergrund. Die Freude über alles, was auf diese Weise an Geschichten entsteht, fördert die eigene Phantasie und verändert auch mal den Blickwinkel. Das Konzept der offenen Schreibstube basiert auf absoluter Freiwilligkeit und zielt auf eine wohltuende Erfahrung, die über das kreative Schreiben dazu einlädt vom Alltag einmal abzuschalten und Zeit für sich zu haben.

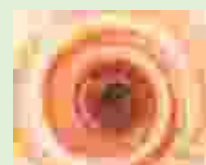
Anleitung:

**Marie-Luise Achtner, Gesundheitspädagogin,
mehrjährige Schreibwerkstatt-Erfahrung**

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmeranzahl erforderlich.



Krebs-Selbsthilfegruppe Meitingen/Wertingen 1+3 der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.



Zuhören – Begleiten - Helfen

Die **Info-Gruppe** (Gruppe 1) findet am Donnerstag, den 5. März ab 17 Uhr im ev. Gemeindehaus in Meitingen (Martin-Luther-Saal) – mit einem Fachvortrag statt.
Kontakt: Tel. 08273 2793, Tel. 08271 5555

Die **Kreativ-Gruppe** (Gruppe 2) trifft sich individuell nach Absprache im Ev. Gemeindehaus in Meitingen – Kontakt: Tel. 08271 5555

Der **offene Gesprächskreis** (Gruppe 3) für Betroffene und Angehörige trifft sich jeden 3. Mittwoch/ Monat um 18 Uhr im Gasthof „Zur Krone“ in Westendorf.
Kontakt: Tel. 08271 5555, Tel. 08273 8363

Veranstaltung 2

Linedance im Quartier

Eine Kooperationsveranstaltung der vhs Augsburg Land mit dem Quartiersbüro Meitingen



Kurs 1: 21.01. und 04.02.2026 von 17.30 bis 18.30 Uhr (12,- € Gebühr)

Kurs 2: 04.03. und 18.03.2026 von 17.30 bis 18.30 Uhr (12,- € Gebühr)

in der Dr.-Max-Josef-Metzger-Halle, Werner-von-Siemens-Str. 2.

Linedance ist ein aus den USA stammender Gruppentanz für Jung und Alt, der auch ohne Cowboyhut und Stiefel wunderbar funktioniert.

Alle Tanzenden bewegen sich in einer Reihe in synchron festgelegten Schrittfolgen und sind Teil einer gemeinsamen Choreographie, die einfach Spaß macht. Die Bewegungen sind je nach Stil mal fließend und mal aktionsreicher, aber immer gut machbar. Die Musik geht von Abba über Country und Pop bis hin zu den Charts. Wer keinen Tanzpartner hat, aber dennoch gerne tanzen mag, ist beim Linedance bestens aufgehoben. Die Kurse werden unter der erfahrenen Anleitung der ADTV Tanzschule DanceEmotion durchgeführt.

Kontakt und Anmeldungen über die vhs Augsburg Land e.V.:

Internet: www.vhs-augsburger-land.de,

Anmeldecenter: 0821 34484 0,

Online: anmeldung@vhs-augsburger-land.de

Anmeldungen auch über das Seniorenbüro und Quartiersbüro möglich.

Ehrenamtliches Unterstützungsangebot für Seniorinnen und Senioren im Markt Biberbach

Bürgergemeinschaft Biberbach



Die Bürgergemeinschaft Biberbach ist ein Nachbarschaftshilfeverein, der sich für das örtliche Miteinander aller Generationen in der Marktgemeinde und insbesondere für ein selbstbestimmtes Leben im Alter einsetzt.

Die Bürgergemeinschaft bietet vor Ort ein breit gefächertes Hilfeangebot - insbesondere für ältere Menschen. Hierzu gehören Alltagsbegleitung, Begleitservice mit Fahrdienst sowie Mittagstisch.

Kontakt: info@bg-biberbach.de, Tel.: 0176 57956392

Veranstaltung 3



Tipps für pflegende Angehörige

Fit und gesund – Gesunde Ernährung im Alter

Vortragsveranstaltung mit der AOK Augsburg

Donnerstag, den 12.02.2026 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Mit zunehmendem Lebensalter verändern sich die Bedürfnisse des Körpers. Häufig kommt es zu einer Gewichtszunahme, der Verdauungstrakt arbeitet langsamer, die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit lässt spürbar nach. Mit einer angepassten Ernährungs- und Lebensweise lassen sich die typischen Begleiterscheinungen jedoch reduzieren und sorgen für mehr Lebensqualität. In diesem Vortrag erfahren Sie, worauf es ankommt und wie Sie die wichtigsten Bausteine Ihres Wohlbefindens in den Alltag integrieren können.

Referentin:

Bettina Mayr, AOK-Ernährungsberaterin



Bettina Mayr, Bild von AOK Augsburg

Bitte um Anmeldung beim Seniorenbüro
(schriftlich, persönlich oder telefonisch)

Hospizdienst Meitingen Augsburg Land - Nord

fachlich stark – menschlich nah

- Hospizbegleitung, Palliativberatung, Vorsorgeplanung, Trauerbegleitung

Unsere geschulten Ehrenamtlichen begleiten schwerkranken- und sterbende Menschen sowie ihre Angehörigen – einfühlsam, kostenfrei und vertraulich.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

Tel.: 08271 81202-22,

Mail: hospiz@sozialstation-meitingen.de

Homepage: www.hospizdienst-meitingen.de

Sprechzeiten im Seniorenbüro:

Mittwoch von 10.30 bis 12.30 Uhr und nach Vereinbarung



Veranstaltung 4



Tipp für pflegende Angehörige

Erste-Hilfe-Kompakt-Seminar für Senioren - mit Schwerpunkt „Herzkrankheiten“

Donnerstag, den 26.02.2026 von 17.00 bis 19.00 Uhr

Mit zunehmendem Alter steigt auch die grundsätzliche „Anfälligkeit“ für Unfälle, Verletzungen und gesundheitliche Risiken, die plötzlich im Alltag passieren können. Aus diesem Grund spielen auch Erste-Hilfe-Kenntnisse eine immer größere Rolle, um auf entsprechende Notfälle vorbereitet zu sein und in solchen Momenten lebensrettende Hilfe leisten zu können.

Das Kompakt-Seminar bietet eine Einführung zu wichtigen Grundkenntnissen der Ersten Hilfe, insbesondere auch in Zusammenhang mit Herzkrankheiten. Dabei geht es zum Beispiel um das Absetzen eines Notrufes, um Informationen zur Rettungskette, aber auch um konkrete Maßnahmen bei Schlaganfall oder Herzinfarkt. Sie erfahren, was bei Verletzungen zu beachten und bei Bewusstlosigkeit zu tun ist. Das Seminar beinhaltet auch praktische Übungen.

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmer erforderlich.
Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie eine verbindliche Bestätigung.

Das Kompakt-Seminar vermittelt in diesem Sinne wichtige Kenntnisse zu Erste-Hilfe-Maßnahmen, die Sie über entsprechend zertifizierte Kurse weiter intensivieren können.

**Referent: Anton Büchele des BRK
Kreisverband Augsburg-Land - Meitingen**



Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben



Tipp für pflegende Angehörige

Beratung und virtuelle Informationsabende

Das Programm für die kostenlosen Online-Veranstaltungen der Fachstelle finden Sie unter: <https://www.demenz-pflege-schwaben.de>

Kontakt:

Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben

Mail: info@demenz-pflege-schwaben.de, Tel.: 0831 697143-18 oder -15

Veranstaltung 5



Tipp für pflegende Angehörige

Vortrag zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung mit Angebot zur Beglaubigung

Donnerstag, den 05.03.2026 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Die Veranstaltung wendet sich gleichermaßen an ältere und jüngere BürgerInnen, die eine Vorsorgevollmacht erstellen bzw. eine Patientenverfügung ausfüllen möchten.

Erklärt wird Ihnen, was eine Patientenverfügung und eine Vorsorgevollmacht genau ist, wie die rechtlichen Rahmenbedingungen hierfür aussehen und wieso Sie die Dokumente brauchen.

Missverständnisse werden aus dem Weg geräumt und Praxistipps mit konkreten Handlungsvorschlägen gegeben.

Außerdem erhalten Sie zwei Wochen später das Angebot für einen Einzeltermin vor Ort, um letzte Unklarheiten zu beseitigen und Ihre ausgefüllten Unterlagen beglaubigen zu lassen. Die Betreuungsstelle ist neben Notaren auch zur Beglaubigung befugt.

Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch) ist auf Grund der begrenzten Teilnehmerzahl erforderlich.
Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie eine verbindliche Bestätigung.

Die Gebühr zur Beglaubigung Ihrer Vorsorgevollmacht, bzw. Betreuungsverfügung beträgt 10,- € pro Beglaubigung

Referentin und Beratung:

Bernadette Harms, Leiterin der Betreuungsstelle des Landratsamtes Augsburg

Meitinger Geschichtswerkstatt

Die Meitinger Geschichtswerkstatt bereitet die Geschichte des Lechs in Meitingen in einer übersichtlichen, lebendigen und zugleich fundierten Art und Weise auf. Hierzu werden in der rund zehnköpfigen Runde zahlreiche Bücher, Bilder und Texte gesichtet sowie Museen besucht und Zeitzeugen einbezogen. Auf Grundlage der Recherchen werden die Geschichten entworfen, gemeinsam weiterentwickelt und redaktionell wie graphisch aufbereitet.

Wer zum Thema des Lechs im Meitinger Raum über historisch relevante Bilder, Texte, Urkunden oder Geschichten verfügt, kann sich gerne beim Quartiersbüro (Tel.: 08271 8141 730) melden.

Veranstaltung 6



Tipp für pflegende Angehörige

Barrierearmes Wohnen – Wohnberatung klärt auf

Donnerstag, den 26.03.2026 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Sie wollen in Ihrer eigenen Wohnung bleiben, obwohl es irgendwann immer schwerer wird, in die Wanne einzusteigen, den Balkon zu nutzen, Schwellen zu überwinden, Schränke zu erreichen oder andere Alltagsaufgaben zu bewältigen. Viele Wohnungen sind nicht alters- bzw. behindertengerecht ausgestattet, obwohl es einfache und auch geförderte Maßnahmen gibt, die das Leben in den eigenen vier Wänden absichern oder überhaupt erst ermöglichen. Die Beschaffenheit der Wohnung ist im Alter oder bei Behinderung ausschlaggebend für den Erhalt der Selbständigkeit, für die Alltagsgestaltung und Lebensqualität. Sie erhalten einen Einblick in die Möglichkeiten, wie das eigene Zuhause barrierefrei gestaltet und umgebaut werden kann, welche finanziellen Zuschüsse es hierfür gibt und wie die kostenlose Beratung vor Ort funktioniert.

Referenten:

Wohnraumberatung/ Seniorenberatung des Landkreises Augsburg – Fachstelle für pflegende Angehörige

Bitte um Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch)



Bild: von Andy auf Pixabay

Ausbildung zum Hospizbegleiter - September 2026 – März 2027

Sie suchen ein sinnerfüllendes Ehrenamt? Unser Hospizdienst braucht Sie. Werden Sie ein Teil davon. Eingebunden im multiprofessionellen Team der Palliativversorgung stehen wir schwerstkranken und sterbenden Menschen, sowie ihren Angehörigen zur Seite. Besondere Fähigkeiten brauchen Sie nicht. In einem Ausbildungskurs zum Hospizbegleiter werden Sie auf diesen Dienst vorbereitet. Der Kurs bietet auch Gelegenheit sich mit ihrer eigenen Einstellung über Abschied, Sterben und Trauer auseinanderzusetzen.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

Tel.: 08271 81202-22,

Mail: hospiz@sozialstation-meitingen.de

Homepage: www.hospizdienst-meitingen.de

Sprechzeiten im Seniorenbüro:

Mittwoch von 10.30 bis 12.30 Uhr und nach Vereinbarung



Angebote von Gruppen und Schulungen

„Zusammen Digital“ Hilfen zum Umgang mit Internet, Smartphone und Tablet



Ein Kooperationsprojekt des Seniorenbüros mit dem Meitinger JUZE

**2 x Montag – von 18.00 bis 19.00 Uhr –
in der Begegnungsstätte (Schulweg 6)**

Kommende Termine: 09.03. und 16.03.2026

**Anmeldung bis 27.02.:
telefonisch oder per Mail
beim Seniorenbüro**

Ein Team von medienpädagogisch geschulten Jugendlichen unterstützt Interessierte bei Fragen rund ums Internet, Smartphone und Tablet. Das ehrenamtliche Team hilft individuell sowie möglichst verständlich. Dabei ist es egal, welche Vorkenntnisse vorhanden sind.

Um ein Unkostenbeitrag von 7,- € wird gebeten.

Veranstaltung des Hospizdienstes Meitingen Augsburg Land-Nord

Wandern als Trauerhilfe – im 1. Quartal 2026

Wir laden Sie ein, die heilsame Wirkung des Gehens und Wanderns kennenzulernen. Meditative Texte, Impulse, Schweigezeiten bilden den Rahmen unserer kleinen Wanderung.

Im Lauf des Weges ergeben sich Möglichkeiten zu Gesprächen mit anderen Trauernden oder den mitwandernden Trauerbegleitern.

Kleine Wanderungen/ Programm:

16.01. Gersthofen Europaweier – Müllberg – Runde ca. 8 km, ca. 8 km, Treffpunkt: 14.00 Uhr beim Parkplatz an der Lechbrücke Gersthofer Str. Europaweier



13.02. Landart-Kunstpfad Bonstetten, ca.6 km, Treffpunkt: 14.00 Uhr in Bonstetten, Hauptstr. Ecke Fliederstraße

13.03. Kühlethaler See – Schmutter – Runde ca. 6,5 km, Treffpunkt: 14.00 Uhr in Kühlethale, Hauptstr. Parkplatz Kühlethaler See

Informationen über Hospizdienst Meitingen Augsburg Land-Nord:

E-Mail: hospiz@sozialstation-meitingen.de, Tel.: 08271 8120222,

Homepage: www.hospizdienst-meitingen.de

Angebote von Gruppen und Schulungen

Nordic Walking Treff

Nordic Walking ist ein Outdoor-Sport, der gerade auch bei der älteren Generation als ganzjähriger Freizeitsport beliebt ist. Die etwas schnellere Fortbewegung mithilfe von Stöcken stärkt unser Herz-Kreislaufsystem und beansprucht insgesamt 90 Prozent unserer Muskulatur.

Über die Initiative des Seniorenbüros hat sich eine Nordic Walking-Gruppe gebildet, die sich jeden Montag um 10.00 Uhr zum gemeinsamen Walken trifft. Alle Interessierten, die bereits etwas Erfahrung mitbringen oder schon entsprechende Stöcke besitzen und einmal reinschnuppern möchten, sind herzlich zum Mitmachen eingeladen.

Weitere Informationen erhalten Sie beim Seniorenbüro – einfach melden, wenn Sie Interesse haben mitzumachen - schriftlich, persönlich oder telefonisch – gerne auch auf den Anrufbeantworter



Qigong-Kurs für Senioren

**Montags, wöchentlich von 10.00 bis 11.00 Uhr
in der Begegnungsstätte am Fiakerpark (Schulweg 6)**

Diese ganzheitliche Methode pflegt und stärkt Körper, Geist und Seele. Muskeln, Gelenke und Wirbelsäule werden achtsam trainiert. Atemübungen helfen Ruhe und Entspannung zu finden, und mit Selbstmassagen und Akupressur können Energieblockaden gelöst werden. Gerade für ältere Menschen ist es wichtig, aktiv mitzuwirken, um die Gesundheit zu erhalten. Wenn Sie interessiert sind, freuen wir uns über Ihre Anmeldung. Wenn Sie dabei sind, bringen Sie eine Decke und warme Socken mit.

**Anleiterin:
Annemarie Kottmair, Qigong-Lehrerin**

**Eine Spende von 5,- € als
Unkostenbeitrag ist erwünscht.**



Eine Anmeldung beim Seniorenbüro (schriftlich, persönlich oder telefonisch – gerne auch auf den AB) **ist erforderlich. Aktuell gibt es eine Warteliste.**

Angebote von Gruppen und Schulungen

Gruppenangebot für Senioren mit besonderen Herausforderungen



Das Angebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren, die unter körperlichen und psychischen Erkrankungen leiden.

Jeden zweiten Donnerstag von 10.30 bis 12.00 Uhr

Kommende Termine: 15. und 29. Januar, 12. und 26. Februar,
12. und 26. März 2026

Das Alter bringt neben den Reichtümern und Schätzen des Lebens leider auch Erfahrungen von Krankheit, Verlust und Einsamkeit mit sich.

Da das Älterwerden als Lebensphase eine Vielfalt an persönlichen Erfahrungen beherbergt, braucht es Inseln des Austausches.

Diese angeleitete und moderierte Gruppe möchte zu einer **Entlastung** und **Stabilisierung** im Alltag beitragen - durch:

- geistige Impulse im Umgang mit eigenen Gedanken und Gefühlen
- körperlich meditative Impulse, um zu entspannen
- Austausch und Gespräche

Hier bieten wir Ihnen einen geschützten Ort zum Sprechen an.

Gruppenleitung: Bernd Bönsch
Sozialpsychiatrischer Dienst, Diakonie Augsburg

Anmeldung über das Seniorenbüro oder die Diakonie Augsburg, Tel.: 0821 45019 – 3311, spdi-augsburg@diakonie-augsburg.de
(schriftlich, persönlich oder telefonisch)



Meitinger Fahrrad-Reparaturtreff geht in die Winterpause

Nach einem sehr erfolgreichen Jahr im neuen Werkstatt-Domizil und der Reparatur von insgesamt 100 Fahrrädern geht der Meitinger Fahrrad-Reparaturtreff mit seinen rund.10 ehrenamtlichen Reparatoren in die Winterpause. Vielen Dank an dieser Stelle für die vielen Fahrradspenden, die hier ankamen, teilweise repariert und an die Marktgemeinde weitergeleitet wurden, um von dort aus an Bedürftige ausgegeben zu werden.

Sobald es die Witterung im kommenden Frühling erlaubt, werden die Tore des Fahrrad-Reparaturtreffs wieder geöffnet.

Anmeldung bei einigen Angeboten erforderlich

siehe Ankündigungen

Sie können sich in diesem Fall persönlich, telefonisch, per Post, per Fax oder E-Mail beim Seniorenbüro Meitingen anmelden.

Gerne können Sie hierfür das nachfolgende Anmeldeformular verwenden oder außerhalb der Sprechzeiten einfach auf den Anrufbeantworter sprechen.

Kontakt

Jens Tietböhl, Dipl.Soz.Päd. (FH)

Seniorenbüro Meitingen

Schulweg 6, 86405 Meitingen

Tel.: 08271 8141 730, Fax: 08271 8141 738

E-Mail: seniorenbuero-meitingen@augzburg-asb.de

Sprechzeiten:

Montag: 16.00 bis 18.00 Uhr

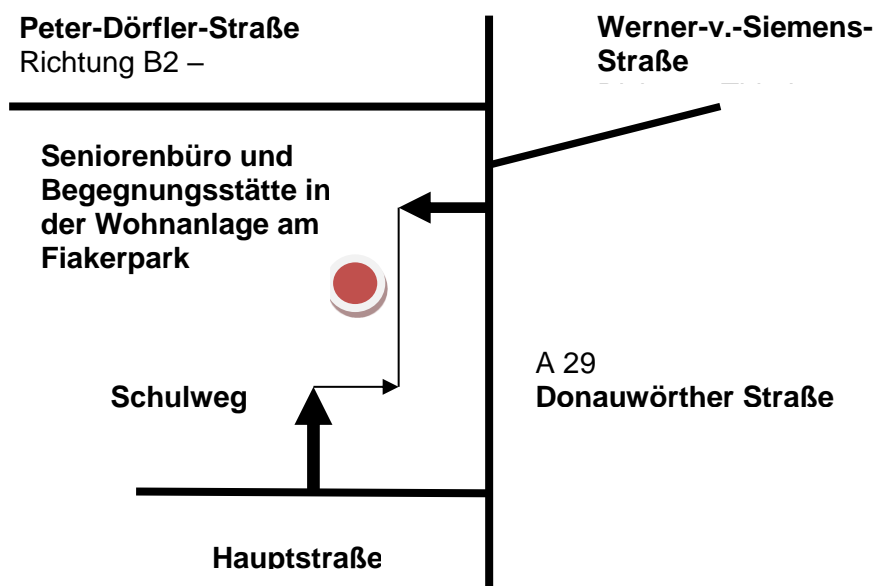
Dienstag: 14.00 bis 16.00 Uhr

Donnerstag: 15.00 bis 17.00 Uhr

oder nach Vereinbarung

Veranstaltungsort:

Begegnungsstätte am Fiakerpark, Schulweg 6, 86405 Meitingen





SENIORENBÜRO
MARKT MEITINGEN

Schulweg 6, 86405 Meitingen,
Telefon: 08271 8141 730, Telefax:08271 8141 738
E-Mail: seniorenbuero-meitingen@augzburg-asb.de

Anmeldung für Veranstaltung

(verbindliche Anmeldungen sind bei bestimmten Veranstaltungen erforderlich
– siehe Ankündigung)

| | |
|--------------------------|--|
| Veranstaltung Nr. | |
| Datum der Veranstaltung: | |
| Name, Vorname: | |
| Anschrift | |
| Tel.Nr.: | |
| E-Mail (wenn vorhanden): | |
| Datum, Unterschrift: | |

Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung
des Marktes Meitingen

Betreiber des Seniorenbüros ist der ASB Augsburg
im Auftrag der Marktgemeinde Meitingen



MARKT MEITINGEN

S-ASB
Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Augsburg e.V.