

Wozu?

Zur Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität in unserer Gemeinde, damit ältere Menschen möglichst lange in ihrem gewohnten Umfeld leben können.

Für wen?

- Für jeden ab 60, der Beratung oder Unterstützung zum Thema „Älter werden“ wünscht
- Für alle, die ihr Know-how oder ihre Zeit für ältere Mitbürger zur Verfügung stellen möchten

Was?

Ich helfe Ihnen gerne, den passenden Ansprechpartner für Ihre Fragen zu finden, Kontakte zu Beratungsstellen oder Hilfsdiensten herzustellen.

Bei Bedarf organisiere ich Kurse oder Vorträge zu Themen, die Sie interessieren.

Dabei bin ich auf Ihre Mithilfe angewiesen – ganz gleich, ob Sie Fragen oder Wünsche an mich herantragen, Ideen für neue Angebote haben oder Ihre Fähigkeiten und Erfahrungen einbringen möchten.

Ein gutes Miteinander kann nur gelingen, wenn alle – Gemeinde, Vereine, Kirchen, Verbände und Mitbürger zusammenarbeiten.



Gemeinde Frensdorf:

Ich bin für Sie da als Ihr Ansprechpartner in der Gemeinde rund um das Thema „Älter werden“.

Sie erreichen mich unter der Telefonnummer 09502-944937 o. 01520-4520150

Mo, Di, Do, Fr 8 – 12 Uhr

Di 14 – 16 Uhr

Do 17 – 19 Uhr

im Rathaus Frensdorf, Zimmer 04 für Sie da.

Ihre
Michaela Heintz-Seeberger

Gemeinde Frensdorf
Kaulberg 1
96158 Frensdorf
michaela.heintz-seeberger@frensdorf.de

Weitere Infos finden Sie im Mitteilungsblatt auf der vorletzten Seite.

Wegweiser der Gemeinde Frensdorf



für
(Un)Ruheständler

Regelmäßige Treffen

Frensdorf:

•KAB: Gottesdienst und anschl. Treffen im Pfarrheim bei Kaffee und Kuchen mit KAB: Gottesdienst und anschl. Treffen im Pfarrheim bei Kaffee und Kuchen

Termine: jeweils am 1. Dienstag im Monat Februar bis Mai und Oktober bis Dezember

•Sportverein: Rentnertreffen im Sportlerheim Frensdorf mit Schafkopf, Rummy, Schnauz und Kaffeerrunde 14-tägig jeweils mittwochs 14 Uhr

(von Mai bis September ist Sommerpause)

•Kinderrestaurant im Kinderhaus, 14-tägig (außer Ferien)

Reundorf:

•Kaffee- und Gesprächsrunde, gemütliches Beisammensein im Sportlerheim Reundorf jeweils am 2. Dienstag im Monat ab 14 Uhr

Vorra:

•Pfarrgemeinde: Kaffeerrunde, gemeinsames Singen, Bewegung, etc. monatlich im Alten Schulhaus (siehe Mitteilungsblatt)

Herrnsdorf:

•gemütliche Runde, monatlich (siehe Mitteilungsblatt)

Sport und Bewegung

Frensdorf:

•KAB: Seniorentanz (ab 65 Jahren) mittwochs von 14 bis 15 Uhr im Pfarrsaal (außer Ferien)

Herrnsdorf:

•VHS: Beweglich bleiben in froher Runde - Gymnastik

Kurs: 10 Stunden

Kosten: 27 €

Diese Veranstaltung ist abhängig von der Gruppengröße (Fr. Löhr)

Landfrauen

•Sturzprophylaxe

Kurs: 6 x 90 Minuten

nach Anfrage

Gemeinde Frensdorf-Seniorenarbeit

•Sturzprophylaxe

Kurs: 6 x 90 Minuten

nach Anfrage (Vorra/Frensdorf)

•SimA (Selbstständig im Alter)

Kurs montags 9.30 Uhr Herrnsdorfer Schule

(Oktober bis April) oder FFW Reundorf (Mai bis September)

Pfarreienverbund Frensdorf:

Besuchsdienst:

Diakon Bauer Tel. 214

Lydia Schwandner (H) Tel. 7900

Wohnheim St. Marien

Spieletreff um 15.30 Uhr jeden ungeraden Monat, näheres im Mitteilungsblatt

FFW Birkach:

Infoveranstaltung jährlich

Sonstiges

- Fahrten Fr. Loch: Halbtagesausflüge März bis Oktober (alle 4-6 Wochen)

- VdK: Luisenburgfestspiele im Juli Frensdorf/Reundorf/Pettstadt: Besuchsdienste, Unterstützung bei Fragen zum Sozialrecht, Hilfe bei Problemen und dem Ausfüllen von Anträgen, bei Bedarf Fahrdienst, Ausflug

- VdK Vorra: Besuchsdienste; Unterstützung bei Anträgen zur Rente und zur Anerkennung von Behinderungen, Halbtagesausflug

- Obst- und Gartenbauverein Vorra: verschiedene Aktionen; Ausflug

- Obst- und Gartenbauverein Frensdorf: Ausflug

- Filmabende mit Fahrdienst (Okt. – März)

- Fahrdienst 1x pro Woche (Einkauf, Arzt)

- **Pfarrei Pommersfelden/Steppach**
Offener Seniorentreff
Seniorenkreis 5-6mal im Jahr in Steppach
Witwentreffen

Falls die Augen nicht mehr so gut mitspielen, finden Sie in unserer **Gemeindebücherei** auch Großdrucke und Hörspiele.