

RUNDBRIEF SOMMER 2018



Vorsitzende:

Renate Gleinser
Erlenweg 2
88456 Ingoldingen
Tel.: 07355 7293
renate.gleinser@gmx.de

Geschäftsführung für FKS:

Geschäftsstelle
Kath. Dekanate Biberach
und Saulgau
Björn Held
Kolpingstr. 43
88400 Biberach
bjoern.held@drs.de
Tel. 07351 182130
Fax: 07351 18213505

und

Caritas Biberach-Saulgau
Hilfen im Alter/Kompetenz-
zentrum Ehrenamt
Thomas Münsch
Kolpingstraße 43
88400 Biberach
muensch@caritas-biberach-
saulgau.de
Tel.: 07351 5005-130/-132
Fax: 07351 5005-183

www.kathseniorenarbeit-bc-slg.de

INHALT

Rückblicke

Die neue
Ordnung

Informationen

Fortbildungen
und Termine

Impulse



Sommer en d´r Schtadt Bad Buchau

´s isch Sommer, i seh mi kaum satt.
Aus jedem Garta lacht
üppig verdeilt durch die ganz Schtadt
A reiche Blüatapracht.

Gelb färbt sich´s Korn. D´r Mais schtobt hoch.
Do juckt a jonger Has.
Er fendet zum Verschteck a Loch
em dichta, satta Gras.

Was glänzt em Obendsonnaschei
am Marktplatzbronnarand?
A Schpatz lässt sich´s recht güatlich sei
ond schpritzt ganz nass sei G´wand.

A Kend schprengt barfuaß durch da Bach
ond macht´s grad wia d´r Schpatz.
- „Genau wie früh´r“, denkt d´ Óma noch,
„do war am Bach mei Platz“

A Mädle ond a jonger Ma
schlotzet a Tüte Eis.
Sie schlupfet an anander na,
weil kois was Schöners woiß.

Liebe Verantwortliche der Seniorengruppen in den Dekanaten Biberach und Saulgau

Der neue Rundbrief des Forums Kath. Seniorenarbeit ist gerade noch rechtzeitig vor den Sommerferien fertig geworden. Die Verfasser der verschiedenen Artikel hoffen, dass Sie, die Ehrenamtlichen in den Kirchengemeinden, gut informiert werden und dass Sie auch nach den Ferien noch gerne darin blättern.



Ich wünsche Ihnen – auch im Namen des K-Teams – eine erholsame Sommerzeit und im Herbst wieder ein gutes Arbeiten in Ihren Seniorenteams und in den Seniorentreffs.

Renate Fein

Sprecherin des Forums Kath. Seniorenarbeit in den Dekanaten Biberach und Saulgau

Das Forum Kath. Seniorenarbeit in den Dekanaten Biberach und Saulgau hat sich neu aufgestellt

Verschiedene Gründe haben bei den Vorstandsmitgliedern des Forums Kath. Seniorenarbeit (FKS) den Entschluss reifen lassen, nach einer neuen Organisationsform zu suchen und das nach der bisherigen Ordnung sehr breit aufgestellte Themenfeld in den Bereichen Seniorenbildung, Seniorenpastoral, Seniorenhilfe und Seniorenpolitik zu bündeln und in der Zukunft eher projektbezogen zu arbeiten.

Dazu kam, dass es immer schwieriger wurde, für die alle 3 Jahre stattfindenden Wahlen zum Vorstand genügend Kandidaten/Kandidatinnen zu finden.

Wir haben in den letztjährigen Regionaltreffen bereits für unser Vorhaben geworben. Inzwischen haben wir Vorstandsmitglieder eine neue Ordnung für das Forum Kath. Seniorenarbeit in

den Dekanaten Biberach und Saulgau erarbeitet. Diese wurde von den geschäftsführenden Ausschüssen der Dekanatsräte in den Dekanaten Biberach und Saulgau genehmigt. Die neue Ordnung gilt seit 05.10.2017.

Die Leitung und Organisation des Forums Kath. Seniorenarbeit übernimmt jetzt ein Koordinierungsteam (nachfolgend einige Vereinbarungen aus der neuen Ordnung):

„2. Mitglieder des Koordinierungs-Teams (K-Team)

- 2.1 Ein/e Vertreter/in der Kath. Erwachsenenbildung (Bereich Seniorenbildung)
- 2.2 Ein/e Vertreter/in des Caritasverbandes (Bereich Hilfen im Alter)
- 2.3 Ein/e Vertreter/in aus den Dekanatsämtern der Dekanate
- 2.4 Weitere Vertreter der Einrichtungen der Dekanate Biberach und Saulgau können in das K-Team berufen werden
- 2.5 Ehrenamtlich Engagierte in der Seniorenarbeit wirken im K-Team mit

3. Berufung, Mitarbeit und Geschäftsführung

- 3.1 Die Vertreter des Caritasverbandes, der Kath. Erwachsenenbildung und der Geschäftsstelle der Dekanate werden von ihren Einrichtungen benannt und aberufen
- 3.2 Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen werden bei der zweijährlich stattfindenden Herbstversammlung, auf den jährlichen Regionaltreffen oder gezielt für bestimmte Projekte angefragt und geworben. Art und Dauer der Mitarbeit bestimmen die Ehrenamtlichen selbst. Für eine kontinuierliche Arbeit im K-Team ist jedoch ein Engagement von mindestens 2 Jahren wünschenswert
- 3.3. Das K-Team des FKS wählt mit einfacher Mehrheit aus seiner Mitte einen Sprecher/ eine Sprecherin.
- 3.4 Die Geschäftsführung erfolgt nach Absprache der Dekanate und ihrer Einrichtungen.

Derzeit arbeiten im K-Team mit:

- ◆ Renate Gleinser als gewählte Sprecherin des FKS und Vertreterin der Erwachsenenbildung
- ◆ Maria Dietrich, Bürgrieden
- ◆ Agnes Schmid, Hörenhausen
- ◆ Kunigunde Übelhör, Maselheim
- ◆ Ursula Diesch, Ertingen
- ◆ Karin Baur, Laubach
- ◆ Ulrika Bürk, Laubach
- ◆ Hildegard Frank, Hohentengen
- ◆ Ida Stebich, Hohentengen
- ◆ Thomas Münsch, Caritas Biberach-Saulgau
- ◆ Björn Held, Dekanatsgeschäftsstelle Biberach

Welche Themen will das FKS in den Vordergrund stellen

Bei den Regionaltreffen und bei der Veranstaltung „Brezelfrühstück und Gehirnschmalz“ im März haben die Teilnehmer/innen unter verschiedenen Themen Bewertungen vorgenommen. Beim letzten Regionaltreffen wurden 2 Themenbereiche zur Auswahl gestellt.

Von der Mehrheit der Teilnehmer/innen an den 3 Regionaltreffen wurde ausgewählt:

Wenn die Seniorengruppen älter und kleiner werden

Wie geht's, dass es geht ...

Dass es gut geht und gut tut

Wir werden uns im K-Team daher mit diesem Thema beschäftigen und überlegen, wie wir in guter Weise damit umgehen und Unterstützung leisten können.

Wenn Sie Interesse haben, dieses Thema mit zu bedenken, Ihre Erfahrungen einzubringen, Vorschläge zu machen, würden wir uns über Ihre Mitarbeit sehr freuen.

Ansprechpartnerin ist Renate Gleinser, Erlenweg 2, 88456 Ingoldingen, Tel. 07355/7293, E-Mail: renate.gleinser@gmx.de

Das nächste Treffen des K-Teams findet statt am **Mittwoch, 19.09.2018, 14.00 Uhr im Alfons-Auer-Haus, in Biberach, Kolpingstr. 43**

**Rückblick auf die Regionaltreffen****Positiv in die Zukunft schauen – mit Senioren und für Senioren. Möglichkeiten in den Kirchengemeinden und Seelsorgeeinheiten bedenken**

so hieß das Thema der diesjährigen Regionaltreffen.

Die Regionaltreffen für die Region Biberach und Ochsenhausen in Ringschnait und für die Region Laupheim in Rot bei Laupheim waren sehr gut besucht.

Zum Regionaltreffen für das Dekanat Saulgau und die Region Riedlingen in Hohentengen hatten sich, wie schon die Jahre zuvor, nur wenige Teilnehmer/innen angemeldet. Wir haben mit den Teilnehmer/innen bei dem Treffen in Hohentengen entschieden, dass dieser Treffpunkt aufgegeben wird. Ab dem nächsten Jahr wird das FKS zu zwei Regionaltreffen einladen.

Mit einer Körperübung „Vertrauen spüren – Boden unter den Füßen haben, Standfestigkeit spüren“ wurden die Teilnehmer/innen von Renate Gleinser eingeladen, ins Thema einzusteigen. Vielleicht tut es auch in den Seniorenteams gut, die kleine Übung auf sich wirken zu lassen und Vertrauen zu spüren in das, was sie mit und für die Seniorengruppe tun. (Gedanken und Übung finden Sie auf dem Faltblatt „Vertrauen“, das zum Prozeß „Kirche am Ort – Kirche an vielen Orten gestalten“ herausgegeben wurde.).

Können wir über unsere Seniorengruppen hinaus schauen – können wir uns in der Kirchengemeinde oder in der Seelsorgeeinheit mit anderen Seniorengruppen oder sonstigen Gruppen zeitweise zusammentun – gibt es Personen oder Gruppen, die das Programm bereichern können – gibt es Aufmerksamkeit und Austausch mit den Kirchengemeinderäten und dem Pfarrer für die Freuden und Sorgen des Seniorentreffs....

Es gab gute Erfahrungen und Anregungen aus dem Teilnehmerkreis.

Dem geschätzten Erfahrungsaustausch war ebenfalls wieder genügend Zeit vorbehalten

Zusammenfassung des Erfahrungsaustausches der Regionaltreffen 2018

Thema	Referent	Sonstiges
Heiteres und Alltagsfragen		
Heitere schwäbische Gedichte – der Autor trägt (fast auswendig) aus seinen Büchern vor	Hugo Breitschmid, Dürnau	
„Wetten dass“ und die Zeit danach	Achim Jehle, Äpfingen	
Schwäbisches zum Lachen	Oma Paula, Ahlen	
Dalli klick – Ratespiel		
Die Polizei rät zur Vorsicht Schutz vor Einbrüchen – Vorsicht bei Haustürgeschäften – Betrügereien am Telefon)	Referenten der Polizeidirektion Ulm	
Der Bürgermeister oder Ortsvorsteher berichtet über Themen aus der Gemeinde		
Die Rot-Kreuz-Dose – Sicherheit im Krankheitsfall	Referent des Roten Kreuzes Hermann Hagel, BC Tel. 07351/14987 Renate Gleinser, Tel. 07355/7293	
Der Hausnotruf	Referent Rotes Kreuz, Arbeiter-Samariter-Bund ADAC	
In der eigenen Wohnung älterwerden – kleinere und größere Hilfsmittel, technische Möglichkeiten	Wohnberatung bei der Caritas BC	
Ein Filmnachmittag mit Adrian Kutter	Adrian Kutter	Film darf gewünscht werden
Angebote des ADAC	Harald Belz harald.belz@web.de	
Mit dem Fahrrad oder Pedelec sicher unterwegs		
Das seniorenfreundliche Auto		
Die neuen Verkehrsregeln		
Mobiler Notruf – Mit Sicherheit mehr unterwegs		
Lebensrettende Notrufsysteme		
Gesundheit		
Die Füße verwöhnen	Christine Albrecht, Ummendorf (Jordanbad)	
Gut hören schenkt Lebensqualität	Fa. Bendel, Hörgeräte, BC	oder anderer Högeräterakkustiker
Themen der Ernährungsakademie	Lieselotte Rieger, Ernährungsakademie BC	
Heilkräuter und ihre Wirkung - verschiedene Themen	Sr. Birgit, Kloster Reute	
Rund um den Apfel	Team Hohentengen	

Anwendungen nach Pfarrer Kneipp	Referenten der Kneipp-Vereine	
Die Leistungen der Pflegeversicherung	Referenten der Pflegeversicherung	
Gesund und selbstbestimmt älter werden	Daniela Wiedemann Caritas Biberach	
Gemeinsam feiern		
Erntedankfest für Senioren	Senioren Hobhentengen und Herbertingen	mit Erntetisch
Erntedank im Seniorennachmittag	mit Erntegaben	wurden verschenkt oder verlost
Singnachmittag	Mit Sängerkranz oder Kirchenchor	Wechsel zwischen Chorgesang und gemeins Singen
Sommerfest – Erdbeerfest – Rosenfest	Evtl. mit den Nachbarseniorengruppen	
Ein Nachmittag mit Überraschungen		
Funkenring-Würfeln oder Fastenbrezeln-Würfeln		
Kleines Programm + Wurstsalatvesper		Sehr gut angenommen
Mittagstisch	1 x im Monat	Adventsfeier mit Mittagessen
Gottesdienste		
Ab und zu Eucharistie um 9.00 Uhr – anschließend herzhaftes Frühstück und – als Mittagessen – eine gute Suppe		
Maiandacht . zwei oder 3 Seniorengruppen treffen sich	Anschließend Kaffeetrinken	
Krankensalbung am Nachmittag	anschließend Kaffeetrinken	Kirche oder Gemeindesaal
Gottesdienst am Vormittag + Weißwurstfrühstück		
Maiandacht in Heiligkreuztal – Münster oder eine der Kapellen	Einkehr in der Klostergaststätte oder im „Restaurant am See“	
Ausflüge		
Jordanbad BC – Sinnwelt	halbtags	halbtags
Bergatreute – Georgskapelle	mit Maiandacht	Halbtags
Rottenburg und Wasserschloß Glatt bei Sulz am Neckar		ganztags
Insel Reichenau		ganztags
Basilika Weingarten + Besuch in Bad Waldsee		ganztags
Heldenfingen, Gde.Gerstetten b. Heidenheim – Durchs Hungerbrunnental mit Pferdekutschen		ganztags
Krippenfahrt nach Oberstadion	+ Besichtigung Osterbrunnen	halbtags

Besuch des Ostergartens am Bildungshaus „Regina Pacis“ in Leutkirch	alle 2 Jahre nur mit Führung	halbtags
Kreuzbergkapelle in Ummendorf	Führung empfehlenswert	Anmeldung beim Kath. Pfarramt
Krippenfahrt nach Roggenburg	Führung empfehlenswert	
Kloster Hegne		mit Maiandacht
Gottesberg bei Bad Wurzach + Käserei in Gospoldshofen		mit Maiandacht
Fahrt nach Ödenwaldstetten zum Büffelhof mit Käseproben – Umfang der Proben verhandelbar -	Proben sehr schmackhaft normal 5,00 € - wenn Vesperersatz Preis etwas höher	Man muß nicht viel laufen
Krippenfahrt zum Kloster Kellenried – Gemeinde Berg b. Ravensburg	Benediktinerinnen	Kaffeetrinken evtl. möglich
Straußenfarm in Waldburg		
Kirche „Maria – Mutter Europas“ Gnadenweiler bei Beuron	Führung empfehlenswert (Wirtin der Gaststätte)	Kaffeetrinken in angrenzender Gaststätte
Krippenfahrt nach Dürrenwaldstetten	Führung empfehlenswert (durch Krippenverein)	
Kloster Untermarchtal	Führung, geistlicher Impuls, Streichelzoo	Mittagessen und Kaffee und Kuchen
Glasbläserhütte in Schmiedsfelden b. Isny		
Klosteranlage Oberschönenfeld bei Augsburg Eisenbahnmuseum, Bauernmuseum, Eine-Welt-Museum		Klosterstüble zum Einkehren
Museumsdorf Kürnbach	Führung mit verschiedenen Themen	
Museum für land- und hauswirtschaftliche Geräte , Kreuzmühle Rot a.d.Rot	Adolf Schöllhorn Tel. 08395/413	Jeden 1. Sonntag im Monat oder auf Anfrage
Die faszinierende Welt von „Steiff“ – Besuch im Steiff-Museum in Giengen a.d.Brenz	Führung empfehlenswert	
Bauernhaus-Museum Wolfegg	Führung empfehlenswert	
Jünger-Haus Wilflingen	Führung empfehlenswert	
Crescentia von Kaufbeuren	Führung durch die Crescentio-Gedenkstätte	
Museum „Schöne Stiege“ in Riedlingen	Führung empfehlenswert	
Die Federseesiedlung – 15000 Jahre Leben am See Führung im Federseemuseum oder im Freigelände ums Museum herum	Führung empfehlenswert verschiedene Themen möglich	
Kloster Siessen (Franziskusgarten, Hummelausstellung	Führung empfehlenswert	Einkehr Cafe Seestüble b.Kloster
Besichtigungen		
Kartoffelbetrieb Steinhauser, Dettingen		
Fa. Rapunzel, Legau		
Gewürze Herzel, Ummendorf	Führung ca. 1 Stunde	Kleinere Gruppe
Biohof „Bauschatz“,		Bewirtung möglich
Fa. Seeberger (Trockenfrüchte etc.) Ulm		Kaffeetrinken mögli
Besuch im Backdorf „Häussler“ in Heiligkreuztal		
Anwesen „Mostbauer“ Bad Waldsee	Mostzüge – ca.120 Min.	Vesper und Einkauf

Rückblick auf den Seniorenwallfahrts- gottesdienst am Mittwoch, 18. Oktober 2017 in der Klosterkirche Och- senhausen

Es ist schon einige Monate her, seit Sie zum Senioren-Wallfahrtsgottesdienst in die Klosterkirche Ochsenhausen eingeladen waren. Unter dem Thema „Ich bin bei euch alle Tage“ haben wir zusammen gebetet und gesungen. Ich hoffe, Sie erinnern sich noch gerne an das herrliche Herbstwetter, die Gruppe der Alphornbläser und an den feierlichen Gottesdienst mit Dekan Sigmund F.J Schänzle, unserem Zelebranten und Festprediger, an Günther Rahn als Kantor, an Bürgermeister a.D. Max Herold mit seinen interessanten Erläuterungen zur Kirche und zur Gablerorgel.

„Das beste Alter ist das Alter, in dem wir jetzt leben“ - so eröffnete Dekan Schänzle seine Predigt. Er verglich das Leben mit dem Jahresablauf mit Frühjahr, Sommer, Herbst und Winter. „Vergeude die Zeit nicht mit Grübeln, genieße die Zeit auch im Herbst deines Lebens“ sagte er. Und ... „jeder Moment ist ein schöner Moment, egal in welchem Alter. Leben heißt begegnen, und das ist gut so.“ Er empfahl, den Humor und die Freude nicht zu verlernen und dankbar für jeden neuen Tag und vieles mehr zu sein. Die Predigt endete mit einem Text mit der Überschrift „Ich bin dankbar“.

Renate Gleinser



Ich bin dankbar ...

dafür, dass ich nach einem Fest putzen muss -
denn das bedeutet, dass ich Freunde habe.

für die Steuern, die ich zahle -
denn das bedeutet, dass ich Arbeit habe.

dafür, dass meine Kleider ein bisschen eng sind -
denn das bedeutet, dass ich Essen habe.

dafür, dass ich den Rasen mähen,
die Fenster putzen und die Regenrinne
sauber machen muss -
denn das bedeutet, dass ich ein Zuhause habe.

für den Schatten, der meine Arbeit bewacht -
denn das bedeutet,
das ich draußen in der Sonne bin.

für alle Klagen über Politiker -
denn das bedeutet,
dass wir Meinungsfreiheit genießen.

dafür, dass ich eine weite Strecke
zum Parkplatz laufen muss -
denn das bedeutet, dass ich mir ein Auto
leisten kann.

für meine hohe Heizungskostenrechnung -
denn das bedeutet, dass ich es warm habe.

für die Frau neben mir, die falsch singt -
denn das bedeutet, dass ich gut hören kann.

für den Wäscheberg im Bügelkorb -
denn das bedeutet, dass ich Kleidung zum
Anziehen habe.

für Müdigkeit und schmerzende Muskeln
am Abend -
denn das bedeutet, dass ich hart arbeiten konnte.

für den Wecker, der morgens klingelt -
denn das bedeutet, dass ich wieder einen Tag
zum Leben vor mir habe!

Cornelia Havercamp (hrsg.)

Neuer Pauschalvertrag zwischen GEMA und dem Verband der Diözesen Deutschlands für Konzert- und Gemeindeveranstaltungen

Die GEMA hat zum 01.01.2018 einen der beiden Verträge, die mit dem Verband der Diözesen Deutschlands abgeschlossen waren, gekündigt. Nachdem zu Anfang des Jahres darüber informiert wurde, dass nur noch die Musik im Gottesdienst meldefrei und gebührenfrei ist, wurde Mitte Juni die Nachricht erteilt, dass sich die GEMA nach langen Verhandlungen von seiten der Diözesen nun doch entschlossen hat, die früheren Bedingungen in den neuen Pauschal-Vertrag aufzunehmen.

Es sind daher für Gruppen in katholischer Trägerschaft nicht meldepflichtig (so war es auch bisher geregelt)

- ◆ 1 Pfarr-/Gemeindefest jährlich
- ◆ 1 Kindergartenfest jährlich
- ◆ 1 adventliche Feier mit Tonträgermusik jährlich oder 1 adventliche Feier mit Livemusik
- ◆ 1 Seniorenveranstaltung mit Tonträgermusik monatlich

Die aufgeführten Veranstaltungen sind von einer Melde- und Vergütungspflicht befreit und zwar unabhängig davon, ob die musikalische Darbietung über Tonträger, von CD/MP3 oder anderen Tonträgern oder als Live-Musik, z.B. von einer Band, einer Musikgruppe oder einer Musikkapelle stattfindet.

Voraussetzung ist aber stets, dass **kein Eintrittsgeld oder eine Spende** (als Eintritt) erhoben wird.

Veranstaltungen in Seniorengruppen dürften alle unter diese Regelung fallen. Eine Ausnahme wäre eine reine Tanzveranstaltung und musikalische Veranstaltungen, bei denen Eintrittsgeld erhoben wird. Diese müssten der GEMA gemeldet werden.

Renate Gleinser

Jahresversammlung des Forums katholischer Seniorenarbeit in den Dekanaten Biberach Saulgau am

Dienstag, 27. November, 2018, 14.00 – 16.00 Uhr im Alfons-Auer-Haus, Biberach

Vortrag mit dem Titel: Glaube als Gesundheitsquelle? Erfahrungen und Impulse aus dem Alltag einer Klinikseelsorgerin

mit

Schwester Marie-Pasquale Reuver, Franziskanerin, Pastoralreferentin, Klinikseelsorgerin

Wie kann Glaube die psychische Gesundheit stärken? Wie kann mir der Glaube helfen, schwierige und belastende Lebenssituationen gut zu bewältigen? Welche Formen von Glauben können krank machen?...

Um diese und weitere Fragen wird sich der Vortrag drehen und das Thema immer wieder auch mit Beispielen aus der Praxis beleuchten. Der Vortrag ist kostenlos.

Außerdem gibt es an dem Nachmittag aktuelle Informationen rund um die Seniorenarbeit sowie die Möglichkeit zu Begegnung und Austausch.



Zielgruppe: Leiter*innen von Seniorenclubs/ -gemeinschaften; grundsätzlich alle Interessierten

Anmeldung: Caritas Biberach-Saulgau, Hilfen im Alter, Tel. 07351 5005-130

Björn Held

Bewegen und Begegnen

Fortbildungstag für LeiterInnen von Seniorengymnastikgruppen und Verantwortliche in Seniorengruppen

Vorstellen und Üben von Kraft- Ausdauer- Koordinations- und Gleichgewichtsübungen, vorwiegend im Sitzen

Termin: Mittwoch, 21. November 2018, 9.00 – 17.00 Uhr, Kloster Reute bei Bad Waldsee

Leitung: Elisabeth Buhmann, Wangen, Übungsleiterin beim Schwäbischen Turnerbund u.a.

Aktiv(er) leben – Bewegung tut gut

Fortbildungstag für LeiterInnen von Seniorengymnastikgruppen

Vorstellen und Üben von Kraft- Ausdauer- Koordinations- und Gleichgewichtsübungen, ausserdem Spiele und Gedächtnisübungen vorwiegend im Stehen, im Gehen und Laufen

Termin: Samstag, 09. Februar 2019, 9.00 – 17.00 Uhr im Dreifaltigkeitskloster Laupheim

Referent: Heinz Pientka, Laichingen, Gesundheits- und Fitness-Coach, Zusatzqualifikation Seniorensport



Tanzvergnügen im Sitzen

Einfache Tänze im Sitzen zu flotter Musik
Leicht erlernbare Tänze mit Variationsmöglichkeiten zu Musik und gesungenen Volksliedern werden vorgestellt und eingeübt.

Termin: Dienstag, 26.03.2019, 14.00 – 17.00 Uhr, Gemeindestadel Ingoldingen,

St. Georgenstr. 1a (hinter dem Rathaus)

Referentin: Renate Gleinser, Ingoldingen, Bildungsreferentin und Tanzleiterin im Bundesverband Seniorentanz

Kurse „Lebensqualität im Alter“ (LimA-Kurse)

Ein qualifiziertes Angebot für Seniorinnen und Senioren ab der Lebensmitte bis ins hohe Alter bietet der Kurs „Lebensqualität im Alter“

Angebote gibt es in

Laupheim, Dreifaltigkeitskloster

Termine: Mittwoch, 14.11., 21.11., 28.11. und 05.12.2018, 14.00 – 16.30 Uhr

Leitung: Anita Bachthaler, Laupheim

Riedlingen, Johannes-Zwick-Haus, Godlbronnstr. 1

Termine:

8 x ab Mittwoch, 10.10.2018, jeweils von 9.00 – 11.30 Uhr (Kurs ist voll belegt)

8 x ab Mittwoch 23.01.2019, jeweils von 9.00 – 11.30 Uhr

Leitung: Hildegard Bosch, Ertingen

Weitere Angebote und ausführliche Beschreibungen finden Sie im Jahresprogramm der Katholischen Erwachsenenbildung Dekanate Biberach und Saulgau e.V und im Ehrenamtskalender der Dekanate Biberach und Saulgau



Geistliches Angebot für Seniorengruppen auf Abruf

Björn Held, Dekanatsreferent in den Dekanaten Biberach und Saulgau sowie Mitglied im Forum Katholischer Seniorenarbeit, bietet im 1. Halbjahr 2019 an, in eine Seniorengruppe vor Ort zu kommen und dort einen Nachmittag für Sie/mit Ihnen zu gestalten. Das Thema aus dem Bereich „Glauben und Leben“ wird gemeinsam abgesprochen und orientiert sich ganz an den Bedürfnissen der Gruppe. Mögliche Themen sind z.B.:

- ◆ Seniorennachmittag zur Fastenzeit
- ◆ Das Vater unser – so vertraut und manchmal doch so fremd
- ◆ Mit allen Sinnen leben
- ◆ Franz von Assisi und sein Sonnengesang entdecken
- ◆ Mit dem Älterwerden leben
- ◆ Engel
- ◆ Singen und lachen – Balsam für die Seele

Angedacht ist, dass nicht nur die Senioren*innen vor Ort eingeladen werden, sondern das Angebot auch in der Seelsorgeeinheit oder dekanatsweit beworben werden kann.

Björn Held ist wie folgt erreichbar: Tel. 07351/182130; Email: bjoern.held@drs.de

Weltgebetstag

Jedes Jahr am 1. Freitag im März wird in vielen Kirchengemeinden ein Gottesdienst zum Weltgebetstag gefeiert. Zu dieser Veranstaltung gehört eine umfassende Landesinformation. Das Weltgebetstagskomitee stellt dafür gut ausgearbeitete Informationen – Texte und Fotos – zur Verfügung. Es gibt ausserdem eine CD mit landestypischer Musik. Vielleicht möchten Sie diese Information zum Land, in dem der Weltgebetstag vorbereitet wurde, in Ihr Seniorenprogramm mit aufnehmen. Das Material ist in Ihrer Kirchengemeinde oder Seelsorgeeinheit ja bereits vorhanden und bearbeitet. Im kommenden Jahr steht das Land „Slowenien“ im Mittelpunkt des Weltgebetstages

72-Stunden-Aktion des BdKJ „Uns schickt der Himmel“

Im Frühjahr 2019 ist wieder die 72-Stunden-Aktion des BdKJ vom 23.-26.05.2019 angesagt. Auch Jugendliche unserer Dekanate sind bereit, bei der Aktion mitzuwirken. Vielleicht gibt es in Ihrer Kirchengemeinde einen Wunsch für die ältere Generation, z.B. Sitzmöglichkeiten an einem schönen Platz oder ein Spielbrett im Freien mit großen Feldern ... oder oder ...

Die Jugendlichen hoffen auf Wünsche und Anregungen für Projekte, die sich in 72 Stunden durchführen lassen, bei deren Durchführung sie auch mit den Menschen in einem Dorf in Kontakt kommen und die anderen für längere Zeit Freude bereiten.

Vollmacht Betreuungsverfügung Patientenverfügung



Vorsorgen durch die neue Vorsorge- mappe und christliche Patienten- vorsorge

In der neu gedruckten Auflage 2018 der Vorsorge-
mappe (23.000 Exemplare wurden bisher ge-
druckt) gibt es einige Änderungen, jedoch blei-
ben alle bisherigen Auflagen weiterhin gültig.
Die Formulierungen sind einfacher, das Formu-
lar übersichtlicher. Wir hoffen, dass die Nutzer
mit dieser Version besser zurechtkommen als
bisher. Die Vorsorge-
mappen sind in den Rat-
häusern zum kleinen Preis erhältlich. Auch kann
man sich in den Rathäusern von ehrenamtlichen
Mitgliedern des Arbeitskreises Vorsorge über die
in der Vorsorge-
mappe enthaltenen Dokumente
(Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und
Betreuungsverfügung) informieren lassen. Je-
doch sollte man sich dazu vorab schon Gedan-
ken machen und sich mit der Familie abspre-
chen.



Wem bei der Abfassung einer Patientenverfügung theologisch-ethische Aspekte eines christlichen Umgangs mit dem Ende des irdischen Lebens besonders wichtig sind, kann auch die christliche Patientenvorsorge zu Rate ziehen. Darüber gibt als Nachfolgerin von Lucia Braß Annette Brade Auskunft, sie wird insbesondere im Kath. Dekanat Saulgau weitere Ehrenamtliche gewinnen und begleiten sowie für Informationen und Vorträge zur Verfügung stehen.

Nähere Infos unter:

www.basisversorgung-biberach.de/vorsorgetreffen

Thomas Münsch

Botschafter für alltagsunterstützende Technik informieren kostenlos und unverbindlich im Prestle-Haus in Biberach

2017 haben Mitglieder des Vorstands des Stadt seniorenrats Biberach, ehrenamtlich Engagierte bei der Wohnberatung der Caritas Biberach-Saulgau sowie Vertreter von Bürger für Bürger gemeinsam das Lebensphasenhaus in Tübingen besucht. In diesem Haus werden moderne technische Möglichkeiten zur Unterstützung von Personen mit Einschränkungen gezeigt. Auch in Biberach gibt es seit fünf Jahren eine Ausstellung mit verschiedenen technischen Alltagshilfen, und zwar in der sogenannten Gläsernen Modernisierungswelt der Fa. Prestle in der Freiburgerstrasse 40.



Angeregt durch den Besuch im Lebensphasenhaus bieten seit Herbst 2017 ehrenamtliche Mitarbeiter der Wohnberatung, von Bürger für Bürger und des Stadt seniorenrats als sog. Technik-

botschafter an jedem ersten Dienstag im Monat von 16.00 bis 17.30 Uhr Führungen durch die Ausstellung an. Es steht auch ein Koffer mit einfachen Alltagshilfen zum Anschauen und Testen bereit.

Die weiteren Termine sind: 7.8, 4.9, 2.10, 6.11, 4.12 und im neuen Jahr: 8.1.2019 sowie 5.2.2019. Gruppen und Seniorenkreise melden sich bitte vorab an bei der Wohnberatung der Caritas Biberach-Saulgau unter 07351/5005-130.

Info: Ursula Fietze beendet zum September 2018 ihren Dienst in der Wohnberatung, ihre Nachfolgerin ist Daniela Wiedemann.

Thomas Münsch

Sonnenblume

Es sendet seine Strahlen weit
über das grüne Feld
der Sonnenblume leuchtend Kleid,
vom Sommer so bestellt.

Aufrecht steht sei mit ihrem Schaft,
Hitze wie Sturm zu trutzen.
Wehrhafter, starker Blätter Kraft
schenkt die Natur zum Nutzen.

Der Blütenkorb, er sucht das Licht
In freundlich gelbem Strauß.
Scheint auch die Sonne einmal nicht,
strahlt er doch Wärme aus.

Des Lebens Ganzheit, Ursprungskraft,
harmonisch, schön und reich,
zeigt hier der Blüten Eigenschaft,
weiblich, männlich zugleich.

Das Bienenvolk in munt' rer Art
zieht an i h r Duft, i h r Schein.
Es schenkt das Blume Gegenwart
des Sommers süßen Wein.

Der reife Fruchtkorb ist bestückt
mit Nahrung hoch im Wert,
was Mensch und Vögel gleich beglückt,
wenn sie der Herbst beschert.

Sieglinde Frank

Seit Anfang diesen Jahres gibt es den Pflegestützpunkt im Biberacher Landratsamt:

Die Mitarbeiter kommen auch gerne in Seniorenkreise im Landkreis Biberach und informieren über ihre Aufgaben.

Den Pflegestützpunkt im Landkreis Sigmaringen gibt es schon länger, z.B. in Mengen, Hofstraße 12 · 88512 Mengen, Telefax (0 75 72) 71 37-289, pflegestuetspunkt@lrasig.de



Rat und Hilfe rund um das Thema Pflege

Die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes beraten hilfe- und pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen. Sie beraten unabhängig von der Kassenzugehörigkeit oder dem Bezug von Sozialleistungen. Die Beratung erfolgt neutral und kostenfrei unter Einhaltung der Schweigepflicht.

Im Pflegestützpunkt erhalten Sie Informationen zu gesetzlichen Leistungen bei Pflegebedürftigkeit, Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung und über konkrete Hilfsangebote. Träger des Pflegestützpunktes sind der Landkreis Biberach und die Kranken- und Pflegekassen.

Pflegebedürftigkeit kann jeden treffen

Nicht nur durch ein hohes Alter, auch nach einem Unfall oder durch Krankheit, können wir uns plötzlich in einer Pflegesituation wiederfinden. Ebenso kann auch im Vorfeld der Pflegebedürftigkeit schon Beratungs- und Unterstützungsbe-

darf bestehen. Alle, die Fragen in Zusammenhang mit Pflegebedürftigkeit haben, können sich an die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes wenden. Die Mitarbeiterinnen stellen bei Bedarf auch den Kontakt zu den Pflegeberatern der Pflegekassen her.

Der Pflegestützpunkt arbeitet eng mit den Kommunalen Anlaufstellen für Senioren in den Städten und Gemeinden zusammen und mit den Angeboten des Netzwerks Basisversorgung von Diakonie und Caritas. Der Pflegestützpunkt bündelt die Vielfalt der Hilfen und Informationen. Er hilft durch individuelle Fallbegleitung, die richtige Form der Unterstützung zu finden und die notwendigen Anträge zu stellen. Er koordiniert und vernetzt die vor Ort vorhandenen Hilfsangebote.

Das Angebot:

- Informationen über regionale Unterstützungsangebote
- Auskünfte über rechtliche und finanzielle Fragestellungen
- Konkrete Hilfestellungen bei der Inanspruchnahme von Leistungen
- Beratung vor einem Pflege- oder Betreuungsbedarf, z.B. bei beginnender Demenz
- Frühzeitig begleitende Hilfeplanung, z.B. bei Änderungen des Pflege- und Betreuungsbedarfes
- Aufklärung über Prävention und Rehabilitation
- Bereitstellung von Antragsformularen

Unterstützung bei sonstigen Fragen rund um das Thema Pflege

Wir beraten telefonisch oder persönlich im Büro des Pflegestützpunktes im Landratsamt, bei Bedarf auch zuhause. Um ausreichend Zeit für das Gespräch einplanen zu können, wird um telefonische Terminvereinbarung gebeten.

Adresse

Pflegestützpunkt Landkreis Biberach

Rollinstraße 18
88400 Biberach

Das Büro befindet sich im Gebäude Wielandpark im Erdgeschoss am Eingang zum Parkhaus Wielandpark. Der Zugang ist barrierefrei.

Ansprechpartnerinnen

Claudia Bösch

Telefon 07351 52-7639

[claudia.boesch\(at\)_biberach.de](mailto:claudia.boesch(at)_biberach.de)

Petra Hybner

Telefon 07351 52-7613

[petra.hybner\(at\)_biberach.de](mailto:petra.hybner(at)_biberach.de)

Sprechzeiten

Montag

8 - 12 Uhr, 14 - 15.30 Uhr

Dienstag

8 - 12 Uhr, 14 - 15.30 Uhr

Mittwoch

8 - 17 Uhr

Donnerstag

8 - 12 Uhr, 14 - 15.30 Uhr

Freitag

8 - 12 Uhr

Pflegebegleiter stehen Angehörigen zur Seite – Neuer Kurs für zukünftige Pflegebegleiter/innen in Laupheim

Die Pflegebegleiter-Initiative von Caritas und Diakonie im Landkreis Biberach bietet für an der Aufgabe interessierte Frauen und Männer einen kostenlosen Vorbereitungskurs von Oktober 2018 bis April 2019 an. Er findet in Laupheim, Spitalstüble, Marktplatz 11 statt, beginnend am 17.10.2018, 14.00 Uhr.

Info und Anmeldung:

Irene Richter, 0174 5836736 oder

Ursula Schulz, 08395 9108670

Sie pflegen?



Wir begleiten Sie

Wer nix genießt,

Ganz unbeirrt

z' letscht selber ungebießbar wird,

Deswega ben i, so wia heut,

wieder mit a paar nette Leut

zum Mittagessa em Lokal

gut bürgerlich ond optimal.

Ond i schtudier recht frisch ond monder
d' Schpeisekart prüfend rauf ond nonder.

Sie brengt mir—des isch ganz normal -

au hier äba, die Qual der Wahl.

Geduld mit mir hot scho der Wirt,

doch i suach weiter unbeirrt.

Do endlich hab i mi entschieda,

womit i satt werd ond ben z' frieda.

Genüsslich fang i a mit essa.

Am Nochberdisch aber indessa

- obwohl mir' s gar net übel schmeckt—

hab i a Tellerg'richt entdeckt,

a Prachtsmènuè, so ganz mei Fall.

Hätt i des b' schtellt, wär' s ideal.

Mei falsche Auswahl bringt mi heut

fascht gar a bissle om mei Freud.

Eigentlich wär' s ja koi Malheur,

wenn' s 's näxschte Mol net grad so wär.

Sieglinde Frank

Organisierte Nachbarschaftshilfen – Einführungskurs ab

13. September in Bad Schussenried

Die Organisierten Nachbarschaftshilfen im Dekanat Biberach und Saulgau sind über 50 Gruppen von überwiegend Frauen, die sich auf freiwilliger Basis einsetzen, um ältere und behinderte Menschen, pflegende Angehörige und Familien in Not in deren Alltag zu unterstützen und stärken durch:

- praktische Hilfen im Haushalt: Reinigung (keine Großputzarbeiten), Mahlzeiten zubereiten, Einkauf usw.
- Begleitung: Spaziergänge, zu Ärzten, zu Behörden etc.
- Entlastung: Betreuung des Angehörigen bei Abwesenheit, Beschäftigung des an Demenz erkrankten Angehörigen, Unterstützung im Alltag nach § 45 Pflegeversicherungsgesetz v.a. für Demenzerkrankte
- aber: eigenständige (grund-)pflegerische Hilfen können und dürfen nicht übernommen werden

Die Nachbarschaftshelferinnen sind im Auftrag der jeweiligen Kirchengemeinde bzw. Sozialstation freiwillig tätig. Ihre Bereitschaft verstehen sie als Antwort und Herausforderung, sich als Christen und Bürger zum Dienst am Nächsten zu engagieren. Die Organisation des Einsatzes erfolgt über eine Einsatzleitung. Nachbarschaftshelferinnen sind in einem Team zusammengeschlossen und werden von der Einsatzleitung unterstützt. Nachbarschaftshelferinnen besuchen einen Einführungskurs und erhalten Gelegenheit zu Fortbildungen.

Für den Einsatz einer Helferin wird eine Gebühr erhoben, damit die Helferin eine pauschalierte Aufwandsentschädigung für ihren zeitlichen und sachlichen Aufwand erhalten kann und die sonstigen Ausgaben (Verwaltung, Fortbildung für Helferinnen, Versicherung) für den Träger finanzierbar bleiben. Die Höhe der Gebühren wird vor Ort vom jeweiligen Träger festgelegt. Die Hilfe ist auf einen stundenweisen Einsatz begrenzt, kann jedoch bei Bedarf auch längerfristig erfolgen.

Die Gruppen und ihre Träger haben sich zur Katholischen Arbeitsgemeinschaft für Organisierte Nachbarschaftshilfe zusammengeschlossen. Die Geschäftsführung der Arbeitsgemeinschaft liegt beim Fachdienst Hilfen im Alter der Caritas Biberach-Saulgau.

Die Arbeitsgemeinschaft bietet regelmäßig Einführungskurse für (neue) Helferinnen an, der nächste findet ab 13. September 2018 in Bad Schussenried statt.



Einführungskurs

für Interessierte und neue Mitarbeiter/innen in
der
organisierten Nachbarschaftshilfe

13. Sept. bis 24. Okt. 2018
in

Bad Schussenried

Seniorentreff Törle, Klosterhof 1

(Parken bei der Kirche - Parkscheibe einlegen!)



Kath. Arbeitsgemeinschaft organisierte Nachbarschaftshilfe
c/o Caritas-Region Biberach-Saulgau, „Hilfen im Alter“
Kolpingstr. 43 88400 Biberach
Ansprechpartner: Thomas Münsch
07351/5005 -130 / -132
www.nachbarschaftshilfen-bc-slq.de

Thomas Münsch

Die Rotkreuzdose - Idee aus Großbritannien, Umsetzung in Biberach

Warum nicht im Kühlschrank einige wichtige Informationen für den Notfall aufbewahren? Diese gute Idee wurde dem DRK-Kreisverband Biberach e.V. vom Stadtseniorenrat Biberach e. V. im Frühjahr 2017 vorgestellt. Die Idee stammt aus England, wo sie sich seit vielen Jahren bewährt, etwa 5 Mio. Haushalte sind dort mit einer Notfalldose ausgestattet.

In dieser Dose befindet sich ein Datenblatt, das wichtige Angaben enthält, die im Notfall für Rettungskräfte



zentral wichtig sind, z. B. chronische Krankheiten des Patienten, wichtige Medikamente, Ansprechpartner etc. Die Dose wird im Kühlschrank aufbewahrt, da man den Kühlschrank in jeder Wohnung leicht findet. Aufkleber an der Innenseite der Wohnungstür sowie am Kühlschrank selbst weisen zusätzlich darauf hin.

Nach ersten Gesprächen war schnell klar: Auch im Landkreis Biberach sollten solche Dosen eingeführt werden. Die Resonanz danach war überwältigend, die Nachfrage ist seither hoch.

Die Dosen sind gegen einen geringen Selbstkostenpreis von 1,50 € in den Rathäusern oder beim DRK erhältlich. Nähere Informationen unter: www.rotkreuzdose.de

Vortrag zur Gesundheitsförderung für ältere Menschen: „Alltagstipps für ein gesundes und selbstbestimmtes Älterwerden“.

Gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung können für das Wohlbefinden von älteren Menschen förderlich sein. Ebenso wichtig sind der maßvolle Umgang mit Genuss- und Arzneimittel sowie die Beteiligung am gesellschaftlichen Leben.

In einem ein- bis eineinhalbstündigen Vortrag möchten wir ältere Menschen über eine gesunde, aktive und selbstbestimmte Lebensgestaltung informieren und darüber hinaus Ideen für den eigenen gelingenden Alltag mit nach Hause geben.

Ältere Menschen sollen im Rahmen des Vortrages so viel Freiraum wie möglich erhalten, um für sich zu entscheiden, was in ihrem Alltag gut sein kann. Vielleicht regt der Vortrag auch an, liebgelebte Gewohnheiten zu überdenken oder auch zu verändern.

Um Gesundheitsförderung ganz praktisch erleben zu können, sind Gymnastikübungen und „gesunde Kostproben“ im Vortrag enthalten.

Wir möchten mit dem Vortrag zur „Gesundheitsförderung“ ansprechen: Seniorentreffs, Frauenkreise, Pflegenden Angehörigengruppen, Vereine und Interessierte ältere Menschen.

Sind Sie an einem Vortrag interessiert? Dann melden Sie sich bitte bei Daniela Wiedemann, Caritas Biberach-Saulgau, Tel. 07351 5005-170 oder wiedemann.d@caritas-biberach-saulgau.de

Der Vortrag zur Gesundheitsförderung wurde im Projekt „Gesa - Gesund und selbstbestimmt altern“ entwickelt. Das Projekt Gesa ist Teil des Programmes „Sucht im Alter 2“ der Baden-Württemberg Stiftung.

Daniela Wiedemann

Aktualisierung der Adressen Seniorengemeinschaften und der Verantwortlichen für die Altenarbeit in den Kirchengemeinden im Dekanat Biberach und Saulgau

Datum:

Einrichtung:

Name/Bezeichnung: _____

Anschrift: _____

Träger: (Kath. Kirchengemeinde)

Name: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

benannte/r Ansprechpartner/in des KGR: _____ Tel.: _____

Leitung:

Name, Vorname: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

Stellvertretung:

Name, Vorname: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____