ReNeNa
Regensburgs Nette Nachbarn

STADT REGENSBURG

ReNeNa – Newsletter

Informationen aus dem Netzwerk

Neuigkeiten und Informationen aus dem Netzwerk

Wenn du schnell gehen willst, geh allein.
Wenn du weit kommen willst, gehe zusammen."
(Afrikanisches Sprichwort)

Liebe ReNeNa-Kooperationspartner,

zusammen mit anderen gehen, das ist einer der wichtigsten Grundsätze, die sich Regensburgs Nette Nachbarn auf die Fahne geschrieben haben, und zwar in zweierlei Hinsicht:
Einmal natürlich, das „zusammen Gehen“ mit den Menschen, die wir im Alltag begleiten, um ihnen das selbstbestimmte Leben in ihren eigenen vier Wänden zu erleichtern oder überhaupt erst zu ermöglichen. Zum Zweiten, das „zusammen Gehen“ mit den Menschen, die innerhalb von ReNeNa das gleiche Ziel verfolgen: Für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger da zu sein.
Dass beides funktioniert, ist Ihrem fortwährenden Interesse und Engagement zu verdanken, das unser Netzwerk auf einzigartige Weise bereichert. Dies wird auch am Umfang des diesjährigen Newsletters sichtbar, welcher um einige Seiten angewachsen ist.
Wir danken Ihnen herzlich für Ihre anhaltende Unterstützung und freuen uns auf viele weitere Momente des Miteinanders. Ihr Engagement ist von unschätzbarem Wert und trägt maßgeblich dazu bei, dass ReNeNa eine lebendige und unterstützende Gemeinschaft für Seniorinnen und Senioren in Regensburg ist und bleibt.

Viel Spaß beim Lesen!

Wir wünschen Ihnen ein friedvolles Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2024.

Foto: Stadt Regensburg Bilddokumentation

Dompfarreiengemeinschaft St. Emmeram / St. Ulrich

Die älteren Bürgerinnen und Bürger unserer Stadt repräsentieren die jüngste Geschichte und sind uns ein Beispiel für Verantwortung und geleistete Sozialcourage. Ein Team junggebliebener „Ü-65er“ gestaltet jeden ersten Mittwoch im Monat um 14.30 Uhr ein abwechslungsreiches Seniorenprogramm. Beginn ist in der Niedermünsterkirche (Niedermünstergasse 3) mit einer Andacht, danach gibt es ein gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen im Kolpinghaus.
Termine für 2024: 7. Februar, 6. März, 3. April, 15. Mai (ausnahmsweise erst am dritten Mittwoch im Monat), 3. Juli, 7. August, 2. Oktober, 6. November und 4. Dezember

Geplant sind zudem Seniorenfahrten am 20 Juni und 19. September 2024.

Ansprechpartner für weitere Informationen Pfarrvikar Florent Mukalay Mukuba:
Tel.: (0941) 597-1095
E-Mail: flo.mkb05@ymail.com

Evang.-Luth. Kirchengemeinde St. Matthäus

Wir heißen alle Seniorinnen und Senioren herzlich willkommen zu Gottesdiensten, Gruppen und Kreisen in unserer Kirchengemeinde!

Unsere Angebote für Sie:
Spielenachmittag und Gedächtnistraining: Jeden ersten Montag im Monat um 14 Uhr.
50+ mit interessanten Themen: Jeden dritten Donnerstag im Monat.
Seniorenwandergruppe: Termine siehe Homepage.
Kirchenkaffee mit geselligem Austausch nach dem Gottesdienst: Jeden ersten Sonntag im Monat.
Besuchsdienst auf Anfrage.

Aktuelle Themen und weitere Termine finden Sie auf unserer Homepage:
www.st-matthaeus-regensburg.de
Für weitere Informationen zu den genannten Angeboten wenden Sie sich an das Pfarrbüro St. Matthäus:
Tel.: (0941) 73871
E-Mail: pfarramt.stmatthaeus.r@elkb.de

Evang.-Luth. Kirchengemeinde St. Markus

In der Kirchengemeinde St. Markus findet weiterhin der **Mittagstisch** für Seniorinnen und Senioren statt, zu dem aber auch andere herzlich eingeladen sind. Wir treffen uns jeden zweiten Mittwoch im Gemeindehaus St. Markus, Killermannstr. 56 a um 12 Uhr, das Essen gibt es um 12.30 Uhr, Unkostenbeitrag 7,50 Euro inklusive Kaffee und Gebäck.
Die nächsten Termine: 20. Dezember 2023, 17. Januar, 31. Januar, 14. Februar und 28. Februar 2024.
Wir bitten um Anmeldung zwei Tage zuvor .

Zur Anmeldung und für Informationen zu weiteren Angeboten wenden Sie sich an das Pfarrbüro St. Markus:
Tel.: (0941) 32917
E-Mail: d.neumann@markuskirche-regensburg.de

Pfarrei St. Anton

Jeden ersten Freitag im Monat um 14.30 Uhr findet im Pfarrsaal ein **Seniorentreff** statt.

Das **Pfarrcafé** im Pfarrsaal öffnet jeden dritten Donnerstag um 14.30 Uhr für alle Besucherinnen und Besucher seine Pforten.

Der **Strick- und Handarbeitstreff**, welcher nicht nur speziell für Seniorinnen und Senioren angeboten wird, findet jeden zweiten Samstag im Monat von 14 bis 17 Uhr im Pfarrsaal statt. Willkommen sind alle, die Freude am Handarbeiten haben.

Jeden Dienstag von 9 bis 10 Uhr können alle interessierten Seniorinnen und Senioren an **Qi Gong** im Pfarrsaal teilnehmen. Die Teilnahmegebühr beträgt 8 Euro pro Stunde.

Die Ansprechpartnerin für alle Fragen rund um den Seniorentreff ist auch weiterhin Frau Anna Szeremeta.

Die Sozialstation Mitte-Ost startet ab dem 22. Januar 2024 eine **Betreuungsgruppe** für Seniorinnen und Senioren.
Nähere Auskünfte dazu unter: Tel. (0941) 798081 oder
E-Mail: Pfarrei Sankt Anton | Sozialstation (sankt-anton-regensburg.de)

Für weitere Informationen zu den genannten Angeboten wenden Sie sich an das Pfarrbüro St Anton:
Tel.: (0941) 73420
E-Mail: st-anton.regensburg@bistum-regensburg.de

Alzheimer Gesellschaft Oberpfalz e. V. Selbsthilfe Demenz

Online-Schulungsreihe für pflegende An- und Zugehörige von Menschen mit Demenz
Die Mehrzahl an Demenz erkrankter Menschen wird durch ihre Familien versorgt. Pflegende Angehörige stehen unter hoher psychischer und physischer Belastung. Durch Informationen und den Austausch mit Experten und Betroffenen können diese entlastet und Heimeinweisungen verzögert werden. Die Schulung umfasst 8 Module, je zwei Stunden.

Termine: 31. Januar, 7. Februar, 14. Februar, 21. Februar, 28. Februar, 6. März, 13. März und 20. März 2024
Zeit: 18.30 bis 20.30 Uhr
Ort: Online
Die Teilnahme ist kostenfrei!
Gruppengröße mind. 8, max. 16 Personen .
Nähere Informationen unter: www.oberpfalzheimer.de

Online-Schulung für ehrenamtliche Helfer/-innen
Für Personen, auch ohne Vorkenntnisse, die sich ehrenamtlich engagieren möchten, bietet die Alzheimer Gesellschaft Opf. e.V. Selbsthilfe Demenz in Kooperation mit der KEB Regensburg Stadt und Land e.V. eine Schulung für ehrenamtliche Helfer-/innen zur Erbringung von Leistungen gem. § 45 a SGB XI an. Die Schulung umfasst 30 Fortbildungseinheiten à 45 Minuten in 4 Tagesseminaren.

Termine: 9. Februar, 16. Februar, 23. Februar und 1. März 2024
Zeit: 9 bis 16 Uhr
Ort: Online
Gruppengröße mind. 8, max. 16 Personen .
Nähere Informationen unter : www.oberpfalzheimer.de

Fortlaufende Gruppenangebote

MAKS®-Aktivierungstherapie
Ort: Aktivzentrum Theodor-Heuss-Platz 4, 93051 Regensburg
Zeit: Jeden Montagvormittag fortlaufend, jeweils von 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr
Das Angebot ist kostenfrei.

Bewegung trotz(t) Demenz
Ort: Aktivzentrum Theodor-Heuss-Platz 4, 93051 Regensburg
Zeit: Jeden Mittwochvormittag fortlaufend, jeweils von 10 bis 11 Uhr
Das Angebot ist kostenfrei.

Singgruppe für Menschen mit und ohne Demenz
Ort: Gemeindesaal St. Markus, Killermannstr. 58a, 93049 Regensburg
Zeit: Alle zwei Wochen, jeweils am Dienstagnachmittag von 14 bis 15 Uhr
Das Angebot ist kostenfrei.

Info Gesprächsgruppe für pflegende Zu- und Angehörige
Ort: Pfarrei Herz Marien, Raum St. Michael, Rilkestraße 17, 93049 Regensburg
Zeit: Jeden ersten Dienstag im Monat, 18 bis 20 Uhr
Das Angebot ist kostenfrei.

Café Alois für Betroffene und Zu- und Angehörige
Ort: Kolpinghaus Regensburg, Adolf-Kolping-Straße 1, 93047 Regensburg
Zeit: Alle zwei Wochen immer Donnerstag, 15 bis 17 Uhr
Keine Anmeldung erforderlich.

Weitere Informationen zu allen Angeboten und Schulungen unter:
Tel.: (0941) 9455937
E-Mail: inform@oberpfalzheimer.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

JOHANNITER

Sicherheitswochen – kostenlos Hausnotruf testen
Möglichst lange selbstständig in den eigenen vier Wänden leben und sich dabei sicher fühlen – das wünschen sich fast alle älteren Menschen. Aus diesem Grund vertrauen viele Menschen auf den Hausnotruf-Dienst der Johanniter. Vom 05. Februar bis 17. März 2024 können Interessierte für vier Wochen kostenlos den Johanniter-Hausnotruf testen.

Kontakt: (0800) 3233800
www.johanniter.de/hausnotruf

Johanniter-Tagespflege Schwabelweis
In der Tagespflege der Johanniter in Regensburg/Schwabelweis, die im Oktober eröffnet wurde, finden bis zu 25 pflegebedürftige Menschen bedarfsgerechte Beschäftigung in betreuter Umgebung.

Kontakt: (0941) 28096020
www.johanniter.de/tagespflege-schwabelweis

Diakonie Regensburg
Gerontopsychiatrischer Dienst

Nach vier Jahren Pause konnte im August 2023 endlich wieder ein Sommerfest des Gerontopsychiatrischen Dienstes (GpDi) der Diakonie stattfinden. Eingeladen wurde anlässlich des 15-jährigen Jubiläums des Dienstes in den schattigen Garten des Gustav-Adolf-Wiener-Hauses. Ute Kießling, Leitung der Beratungsstelle für psychische Gesundheit, zu der auch der Gerontopsychiatrische Dienst gehört, begrüßte alle Anwesenden und betonte die Besonderheit des Dienstes, der seit inzwischen 15 Jahren Hilfe für ältere Menschen mit psychischen Problemen, Erkrankungen oder Demenz und deren Angehörige anbietet. Ziel ist es, dass ältere Menschen mit seelischen Problemen und psychischen Erkrankungen und Demenz und deren Angehörige eine Anlaufstelle haben. So bietet der GpDi neben der klassischen Beratung in den Büroräumen auch Hausbesuche und Außensprechstunden an, damit wirklich alle die Möglichkeit haben, das Angebot zu nutzen.

(v.l.n.r.) Ute Kießling, Bettina Braller, Uschi Wiendl;
Foto: Diakonie Regensburg, Anke Polednik

Teilnehmer/-innen des Sommerfestes;
Foto: Diakonie Regensburg, Anke Polednik

Neben diesem Beratungs- und Gesprächsangebot können Klient/-innen auch an der Gesprächsgruppe teilnehmen. Die **Gesprächsgruppe** des Gerontopsychiatrischen Dienstes findet derzeit jeden zweiten und vierten Mittwoch im Monat von 13.30 bis 15 Uhr im Gustav-Adolf-Wiener Haus, Schottenstraße 6, 93047 Regensburg statt. Bei Interesse bitten wir um Anmeldung unter (0941) 2977112.

Zudem hat sich über die Frühjahrs- und Sommermonate eine kleine Gruppe zum **„Spazierengehen & Ratschen“** zusammengefunden. Wöchentlich wurde sich im Gustav-Adolf-Wiener Haus getroffen und gemütlich eine Stunde lang die umliegenden Parks erkundet. Dabei durfte natürlich der rege Austausch nicht fehlen. Über die Wintermonate pausiert nun die Gruppe und wird im Frühjahr 2024 ebenso gesellig fortgesetzt.

Weiter Informationen erhalten Sie unter:
Tel.: (0941) 297 7112
E-Mail: spdi.regensburg@dw-regensburg.de

Diakonie Regensburg – Seniorenbegegnungsstätte

Diakonie Regensburg

Programm bis Mai 2024

Märchengruppe
Märchen sind für viele von uns ein Wegbegleiter durchs Leben. Erinnerungen an das Vorlesen und an Geschichten aus der Kindheit bleiben und sind tief in uns verankert. Solche Rituale vermitteln Sicherheit und Geborgenheit und daher wird man sich auch im Alter noch daran erinnern. So ist unsere Märchengruppe im Gustav-Adolf-Wiener-Haus in der Seniorenarbeit ein ganz besonderes und beliebtes Thema, dem sich gerne zugewandt wird. Unsere Märchengruppe trifft sich jeden dritten Dienstag im Monat von 10 bis 12 Uhr. Neue Teilnehmer bitte anmelden.

Gestaltungsgruppe
Über Generationen hinweg wurde gestrickt und gebastelt. Auch heute ist die Handarbeit bei Jung und Alt beliebt. Unsere Gestaltungsgruppe trifft sich daher wöchentlich und strickt Socken, Handschuhe, Schals etc. oder gestaltet kleine Kunstwerke für den Weihnachtsmarkt am Bismarkplatz. Alle zwei Jahre gestalten sie die bekannten „Verrückten Hüte“ mit und verkaufen sie zugunsten von bedürftigen Senioren am Bürgerfest. Unsere Gestaltungsgruppe trifft sich jeden Montag von 10 bis 12 Uhr. Neue Teilnehmer bitte anmelden.

Singkreis
Wo man singt, da lass dich nieder, denn böse Menschen kennen keine Lieder“ – es gibt kaum jemanden, der diese alte Volksweisheit nicht schon einmal gehört hat. Einmal abgesehen davon, dass Chorsingen die Geselligkeit fördert, ist Gesang auch der eigenen Gesundheit förderlich. Unsere Gesangsgruppe trifft sich zweiwöchentlich und singt überwiegend deutsche Volkslieder. In den letzten Wochen haben sich auch jüngere Frauen aus der Ukraine dazu gesellt. Unsere Gesangsgruppe trifft sich alle zwei Wochen von 14 bis 16 Uhr. Neue Teilnehmer bitte anmelden.

Gesprächsgruppe
Die Themen unserer Gesprächsgruppe umfassen bayrische Gedichte bis hin zu sozialpolitischen Diskursen. Wer gerne diskutiert und sich informiert findet hier Gleichgesinnte. Die Themen werden aktuell bestimmt. Unsere Gesprächsgruppe trifft sich jeden ersten Dienstag im Monat von 10 bis 12 Uhr. Neue Teilnehmer bitte anmelden.

Für weitere Informationen und zur Anmeldung wenden Sie sich an:
Diakonie Regensburg, Schottenstr. 6, 93047 Regensburg
Tel.: (0941) 58524-12
E-Mail: seniorenbegegnung@dw-regensburg.de

Evang.-Luth. Kirchengemeinde Maria Magdalena

Die Angebote und Veranstaltungen der Evangelischen Kirchengemeinde Maria Magdalena in Burgweinting (Gemeindezentrum in der Rudolf-Schlichtinger-Str. 1) sind offen für alle, leicht zugänglich (barrierefrei!), in der Regel kostenfrei und ohne Anmeldung zu besuchen.

„Café im Garten“ – im Winter im Gemeindesaal
Eine Begegnungs- und Gesprächsmöglichkeit bei Kaffee und Kuchen. Das Café öffnet jeden Monat an einem Donnerstag von 15 bis 17 Uhr.
Die nächsten Termine: Donnerstag, 18. Januar 2024 und Donnerstag, 22. Februar 2024.

Leichte Gymnastik
Besonders für Seniorinnen und Senioren geeignet. Übungen, die wirklich jede/r mitmachen kann, sogar im Sitzen oder mit Rollator. Kostenbeitrag: 2,00 Euro. Jeden Freitag von 10 bis 11 Uhr (Schulferien ausgenommen).

Frauenfrühstück (auch Männer sind willkommen!):
Frühstückstreff mit thematischem Impuls.
In der Regel monatlich an einem Dienstagvormittag von 9 bis 11 Uhr. Die nächsten Termine und Themen:
Dienstag, 23 Januar 2024: Märchen und Geschichten aus der Oberpfalz
Dienstag, 20. Februar 2024: Das Land Palästina und die Situation der Frauen
Dienstag, 19. März 2024: Trickbetrüger am Telefon
Dienstag, 16. April 2024: Was macht eigentlich ein „Fundraiser“?

Handarbeitskreis
Stricken, Häkeln, Basteln in geselliger Runde. Ab Januar 14-tägig jeweils Dienstag von 15 bis 16 Uhr.
Die nächsten Termine: 9. Januar 2024, 23. Januar 2024, 6. Februar 2024, 20. Februar 2024.

Und außerdem:
Konzerte, Theater, Lesekreis, Filmabend, Männerkreis, Vorträge, Möglichkeit zum seelsorgerlichen Gespräch …

Für weitere Informationen und zur Anmeldung wenden Sie sich an das Pfarramt Maria Magdalena:
Tel.: (0941) 70815386
E-Mail: pfarramt.regensburg-maria-magdalena@elkb.de
www.regensburg-maria-magdalena.de

Pfarreiengemeinschaft Reinhausen – Sallern

Die Fröhliche Runde in Reinhausen trifft sich regelmäßig alle 2 bis 3 Wochen (außer in den Ferien) jeweils Dienstag um 14 Uhr im Pfarrheim. Unter der Leitung von Frau Annegrete Pöllinger wird ein vielfältiges, sowohl unterhaltsames wie auch lehrreiches und interessantes Programm geboten. Natürlich kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz. Gäste sind immer herzlich willkommen! Das Programm dazu finden Sie in der Homepage pfarrei-reinhausen-sallern.de unter Reinhausen – Pfarrliche Gruppen oder einfach im Pfarrbüro anrufen.

Der Seniorenkreis Sallern trifft sich regelmäßig im Pfarrheim. Mit einem vielfältigen Programm vergeht die gemeinsame Zeit immer wie im Flug. Unterhaltung, Bildung und das gesellige Beisammensein in froher Runde bereichern das Leben im Alter. Die Leitung liegt in den Händen von Frau Gertraud Haas. Bei ihr können Sie sich gerne informieren.
Email: gertraudhaas@web.de.

Weitere Informationen erhalten Sie im Pfarrbüro der Pfarreiengemeinschaft Reinhausen – Sallern:
Tel.: (0941) 41851
E-Mail: reinhausen@bistum.de

Hospiz-Verein Regensburg e. V.

Der Hospiz-Verein bietet kostenlose Begleitungen für Schwerstkranke und Sterbende und deren Angehörige durch gut ausgebildete ehrenamtliche Hospizbegleiter/-innen an. Unser vielfältiges Trauerangebot richtet sich an jeden, der einen nahestehenden Menschen verloren hat. Für junge Erwachsene und trauernde Männer haben wir zusätzlich spezielle Gruppen.
Nähere Auskünfte und Anmeldung: jacqueline.schaefer@hospiz-vereinregensburg.de

Am 21. Februar und am 22. Mai 2024 finden jeweils von 13.30 bis 17.30 Uhr Letzte Hilfe Kurse statt. Die Kurse richten sich an Laien, die in ihrem Umfeld Menschen in ihrer letzten Lebensphase
begleiten oder begleitet haben. Themen der Kurse sind Sterben, Vorsorge, Leiden lindern und Abschied nehmen. Nähere Auskünfte und Anmeldung:
birgit.stumvoll@hospiz-verein-regensburg.de

Telefonisch sind wir Mo. bis Do. von 9 bis 15 Uhr, Fr. von 9 bis 13 Uhr unter 0941-992522-0 zu erreichen.

Pfarreiengemeinschaft Steinweg/Stadtamhof/ Winzer

Der **Seniorentreff St. Magn** lädt zum ersten Termin im neuen Jahr am 30. Januar 2024 ein. Das Treffen findet um 14 Uhr im Pfarrheim St. Magn in Stadtamhof statt.

Im Pfarrheim Steinweg ist am Samstag, 20. Januar 2024 wieder **Essen in Gemeinschaft**, Beginn um 12 Uhr. Ein „Mahlgeld“ von 5 € wird erbeten. Alle sind herzlich willkommen zu einer frohen Stunde und Runde. Dieses Mittagessen wird etwa alle 2-3 Monate angeboten.

In Winzer gibt es seit diesem Jahr wieder regelmäßig (zweimonatlich) ein **„Ü-60-Treffen“** mit einem sehr vielfältigen „Programm“. Das nächste Treffen wird am Mittwoch, 24. Januar 2024, um 15 Uhr im Pfarrheim St. Nikolaus stattfinden.

Weitere Informationen erhalten Sie im Pfarrbüro Hl. Dreifaltigkeit Tel. (0941) 84151 und im Pfarrbüro St. Mang Tel. (0941) 84591.

Pfarrei St. Wolfgang

Seniorenkreis am Dienstag

Tanz im Sitzen – Freude und Bewegung für Seniorinnen und Senioren an einem Dienstag im Monat. Musik und Rhythmus wecken unsere Lebensgeister und animieren uns zum Tanz. Die Freude am Mitmachen steht im Vordergrund. Auch im Sitzen können wir tanzen. Probieren Sie es auch und tun Sie sich etwas Gutes. Konzentration und Reaktion sowie Merk- und Denkfähigkeit werden geschult. Tanzen hält fit und ist ein moderates Ausdauertraining. Jede/r kann mitmachen und mit anderen aktiv sein. Wir freuen uns auf Sie!

Fröhliche Runde am Donnerstag

Eine ungezwungene gesellige Gruppe, die sich monatlich einmal am Donnerstag trifft. Thematisch gibt es Impulse und Anregungen entsprechend der Jahreszeit und des Kirchenjahres. Jede und jeder Seniorin und Senior ist in dieser Runde herzlich willkommen.

Die Treffen finden im Pfarrheim St. Wolfgang, immer mit Kaffee und Kuchen, statt. Termine und nähere Informationen dazu finden Sie im Pfarrbrief.

Weitere Informationen zu den Angeboten erhalten Sie im Pfarrbüro St. Wolfgang:
Tel.: (0941) 97088
E-Mail: pfarramt@wolfgangskirche-regensburg.de

Malteser Hilfsdienst e. V.

Malteser Hilfsdienst e. V. Spazierfahrten für Seniorinnen und Senioren und Menschen mit Behinderung

Mit dem Fahrrad durch die Regensburger Innenstadt fahren und dabei den Wind in den Haaren spüren und zwischendurch angenehme Gespräche bei in einem Café führen. Was für viele Menschen nach einem Sonntagsausflug klingt, ist für Seniorinnen und Senioren sowie Menschen mit Behinderungen oftmals nicht möglich. Aus diesem Grund gibt es bei den Maltesern in Regensburg den **Rikscha-Dienst**. Mit der elektrisch unterstützten Rikscha ermöglichen ehrenamtliche Fahrer und Fahrerinnen angenehme Ausflugs- und Spazierfahrten. Ein Team von neun ehrenamtlichen Fahrern und Fahrerinnen ist bereits knapp 700 Kilometer durch Regensburg gefahren. Bis zu zwei Personen können in der Kabine der Rikscha mitgenommen und zu Hause abgeholt werden. Die Ausflugsfahrten sind kostenfrei und die Termine werden unkompliziert telefonisch unter (0941) 5851551 vereinbart.

Seniorenarbeit direkt in der Nachbarschaft

Entsprechend dem Leitsatz der Malteser „…weil Nähe zählt.“ planen die Malteser Angebote für Seniorinnen und Senioren, die möglichst nah am Wohnort liegen und gut zu erreichen sein sollen. Die Projektidee der quartiersbezogenen Seniorenarbeit wird durch das Seniorenamt unterstützt. An derzeit zwei Standorten in Regensburg werden regelmäßige Freizeitangebote für ältere Bürgerinnen und Bürger angeboten.

Am Standort der Malteser **„Am Singrün 1“** sowie in der **„Pommernstraße 7“** finden jeweils im Wechsel das Bit-Café und der Spielenachmittag statt. Das **BIT-Café** ist ein Seniorentreff, bei dem die Besucher und Besucherinnen ihre Fragen rund um die Themen Smartphone, Internet und die digitale Welt beantwortet bekommen. Wie auch beim Spielenachmittag gibt es gute Unterhaltung, Kaffee und Kuchen. Beim **Spielenachmittag** werden ungezwungen verschiedene Gesellschaftsspiele in gemütlicher Atmosphäre gespielt. Für 2024 suchen wir weiterhin nach Räumlichkeiten, um auch den 3. Standort aufbauen zu können.

Eine gesonderte Veranstaltung fand am 22. November 2023 am Standort Pommernstraße unter dem Titel „**Crossing Generation – Alt trifft Jung“** statt. Die Idee dahinter war, ein Zusammenkommen der alten und jungen Generationen zu ermöglichen. Dazu wurde ein buntes Angebot bereitgestellt. Die Besucherinnen und Besucher konnten häkeln, basteln, sich als Schmetterling schminken lassen oder eine Runde Mensch ärgere dich nicht spielen. Besonders wichtig war es, die Einschränkungen im Alter aufzuzeigen. Am „Alterssimulator“ konnte man sich mit Hilfe von Gewichten, Gehörschutz,

Foto: Malteser Hilfsdienst e. V.

zerkratzter Brille in die Veränderungen, die ein hohes Alter mit sich bringt, besser hineinversetzen. Insgesamt war es ein gemütlicher Austausch und ein großartiges Zusammenkommen von drei bis 79 Jahren. Geplant ist, einmal im Quartal einen solchen Austausch von Jung und Alt zu ermöglichen. Dies gelingt durch die Zusammenarbeit von Miteinander-Füreinander, der Malteser Jugend und dem Malteser Demenzdienst. Wir freuen uns auf weitere Projekte, um genau hier in der Nachbarschaft etwas für die älteren Mitbürger/-innen zu tun.

Seniorinnen und Senioren, welche die Freizeitangebote der Malteser besuchen möchten und Interessierte, die sich gerne ehrenamtlich engagieren wollen, können sich unter (0941) 5851558 informieren.

Soziale Futterstelle Regensburg e. V.

Es ist vollbracht!!

Foto: Soziale Futterstelle Regensburg e. V.

Wir, das Team der Sozialen Futterstelle e. V. sind nun endlich seit August in unseren neuen Räumen in der Holzgartenstraße 3 in 93059 Regensburg, angekommen. Mehr Platz - mehr Raum für Futter und auch Zubehör für unsere lieben Vierbeiner.
Aktuell sind es 145 Katzen und 66 Hunde die durch uns dort mit ca. einer Tonne Futter alle vier Wochen versorgt werden. Unsere Sozialarbeiter/-innen versorgen ca. 25 Kunden zuhause. In ihrem unermüdlichen Einsatz kümmern sie sich um deren Tiere und oftmals auch um die Besitzer, da diese körperlich nicht mehr in der Lage sind, das Futter bei uns in der monatlichen Ausgabe persönlich abzuholen oder es sich nicht leisten können mit dem Bus zu kommen. Damit auch sie regelmäßig versorgt werden, ist gerade auch diese persönliche Betreuung enorm wichtig.
Bei der ersten Ausgabe im August war große Begeisterung in den Augen zu erkennen. Man konnte nun das volle Ausmaß an Zubehör auf einen Blick sehen. Wir freuen uns auf den Neustart und hoffen sehr auf weiterhin treue Spender und Gönner, die es uns überhaupt möglich machen so viele Herzen und Pfoten zu erfreuen.

Die Abgabetermine entnehmen Sie bitte unserer Homepage: Home - Futterstelle Regensburg Futter für Tiere in Not (futterstelle-regensburg.de)
oder kontaktieren Sie uns telefonisch unter 01590 3762562.

KulTür e.V. Regensburg

Wir bieten Raum für kulturelle Teilhabe!

KulTür ermöglicht Menschen mit geringem bzw. keinem Einkommen – kostenfrei und niedrigschwellig Zugang zu Kulturveranstaltungen in der Region Regensburg. Aber das ist nicht alles!

Aktuelles

Unser Workshop mit **Gerda Stauner** und Jugendlichen zum Thema **„Menschenrechte“** hat es ins Regionalfernsehen geschafft. Der Regionalsender TVA war am Buß- und Bettag im **M26** vor Ort, als wir zusammen mit Gerda und Schüler/-innen der Bedeutung von Menschenrechten in einem Workshop auf den Grund gegangen sind. Dazu gibt es schließlich auch einen Anlass: Die Menschenrechte feiern in diesem Jahr den 75. Geburtstag. In den vergangenen Monaten haben wir auch bei einem Projekt mit der Clermont-Ferrand-Mittelschule und Gerda mitgewirkt. Der Titel des Kooperationsprojekts lautet: **Human, right?**

KulTür.ImPuls

Mit regionalen Künstlern besuchen wir besondere Lebens- und Begegnungsräume wie soziale Treffpunkte, Versorgungsstellen, Kitas, Schulen und (Senioren-)Heime, sowie auch das Zuhause unserer Gäste und veranstalten vor Ort ein kurzweiliges Kulturerlebnis. Innenhöfe, Gärten, Balkone oder Hausflure werden vorübergehend zu ungewöhnlichen Kulturbühnen.

KulTür-Stücke

Sie möchten etwas Kultur bei sich tragen? Seit Oktober 2018 wird in Regensburg für einen guten Zweck genäht: Die Näh-Community aus KulTür-Gästen, freiwillig Engagierten oder Schüler/-innen steht für kulturelle Teilhabe und Integration. Nicht mehr benötigte Kulturfahnen und Banner verwandeln sich in einzigartige Upcycling-Taschen, Rucksäcke und (Turn-) Beutel. In gemeinsamen Näh-Ateliers oder auch an der eigenen Maschine zuhause entstehen immer wieder neue, individuelle KulTür-Stücke. Mit eine Spende an KulTür Regensburg kann jeder sein ganz persönliches Lieblingsstück erwerben.

Werden Sie auch ein Teil von KulTür!

Für weitere Informationen wenden sie sich an:
Tel.: (0941) 38201669
E-Mail: post@kultuer-regensburg.de

Pfarrei Herz Marien

Seniorencafe

Im Seniorencafé soll für Seniorinnen und Senioren der Pfarrgemeinde Herz Marien die Möglichkeit geboten werden, Gemeinde zu erleben. Der älteren Generation wird ein Rahmen geboten, ins Gespräch zu kommen, Kontakte zu pflegen oder neue Bekanntschaften zu knüpfen. Wir bieten Ihnen ein abwechslungsreiches und informatives Programm mit Vorträgen in gemütlicher Runde im Pfarrsaal und bei Ausflugsfahrten. Verbringen Sie einen schönen Nachmittag mit gemütlichem Beisammensein, begleitet von Kaffee und selbstgebackenen Kuchen.
Das Seniorencafé findet jeweils von 14 bis 16 Uhr im Pfarrsaal Herz Marien statt.

Weitere Informationen und die Termine für das Seniorencafé erhalten auf unserer Homepage oder im Pfarrbüro von Herz Marien unter:
Senioren und Fürsorge - Herz Marien (herz-marien.de)
Tel.: (0941) 22772

Treffpunkt Seniorenbüro (TPS)

Neuer Vorsitzender „Förderverein Treffpunkt Seniorenbüro“

Nach dem aus gesundheitlichen Gründen erfolgten Rücktritt von Christa Meier musste der „Förderverein Treffpunkt Seniorenbüro“ einen neuen Vorsitzenden wählen. In der Mitgliederversammlung am 30. November wurde Erich Büchl einstimmig auf diesen Posten gewählt. Dieser hat viel Erfahrung in der Vereinsführung. Schließlich war er viele Jahre erster Vorsitzender der Sportgemeinschaft Walhalla, einem der mitgliederstärksten Vereine in Regensburg. Er versprach, seine ganze Erfahrung zu nutzen, um den Förderverein noch schlagkräftiger zu machen, um den TPS weiterhin finanziell zu unterstützen.

Foto: Bilddokumentation Stadt Regensburg

Neue Nordic Walking Angebote

Innerhalb des Angebotes Aktiv dabei:

Nordic Walking Gruppe in Burgweinting wöchentlich am Mittwoch um 9.30 Uhr.
Treffpunkt: Backofen Burgweinting/Naturgruppe am Aubach, Nähe Islinger Weg 1.
Der Nordic Walk dauert ca. 1 bis 1,5 Stunden. Es gibt keine Beschränkung der Teilnehmerzahl, Nordic Walking Stöcke sind mitzubringen
Anmeldung Treffpunkt Seniorenbüro im Mehrgenerationenhaus:
Tel.: (0941) 507-5540
E-Mail: TPS.Servicebuero-MGH@Regensburg.de

Das Ganze Programm von „Aktiv dabei“ ist zu finden unter:
www.regensburg.de/senioren-aktiv-dabei

Walking Seniors:

Die Nordic Walking Gruppe trifft sich wöchentlich am Donnerstag um 10 Uhr**.**
Treffpunkt: Sophie-Scholl-Straße am Kreisverkehr 93055 Regensburg-Burgweinting
Der Nordic Walk dauert ca. 1 bis 1,5 Stunden. Eigene Ausstattung (Stöcke, Getränk etc.) muss mitgebracht werden.
Anmeldung Treffpunkt Seniorenbüro im Aktivzentrum Königswiesen
Tel.: (0941) 507-5594
E-Mail: tps.servicebuero-aktivzentrum@regensburg.de

Königswiesener Gesangsgruppe

In unserer Königswiesener Singgruppe wird nach Herzenslust gemeinsam gesungen – von altbekannten Schlagern bis hin zu rockigen Ohrwürmern – für jeden ist etwas dabei. Es spielt keine Rolle, ob bereits Erfahrung im Singen besteht. Jeder ist willkommen! Die Singgruppe findet 14-tägig am Freitag von 15 bis 16.30 Uhr statt.
Um eine Anmeldung wird gebeten Das Angebot ist kostenfrei.
Ort: TPS - Aktivzentrum, Theodor-Heuss-Platz 4, 93051 Regensburg
Zur Anmeldung und für weitere Informationen wenden Sie sich an:
Tel.:(0941) 507-5594
E-Mail: tps.servicebuero-aktivzentrum@regensburg.de

Impressum
Herausgeber: Stadt Regensburg, Seniorenamt, Johann-Hösl-Str. 11, 93053 Regensburg; **Fotos:** Vorderseite Stadt Regensburg Bilddokumentation, Andere siehe Bildunterschrift; **Layout:** Stadt Regensburg Seniorenamt; **Stand:** 12/2023