

# AOVE



**Alt werden zu Hause**

## **VERANSTALTUNGSKALENDER JULI BIS DEZEMBER 2024**



# ÜBERSICHT

<b>Datum</b>	<b>Veranstaltung</b>	<b>Ort</b>	<b>Seite</b>
15.07.2024	Ausflug ins Schulmuseum	Hahnbach	3
14.08.2024	Kräuterbuschen binden	Schnaittenbach	3
13.09.2024	Backofenfest für Senioren	Etsdorf/Freudenberg	4
18.09.2024	Wirtshaustour „Reise in die Vergangenheit“	Hahnbach	4
19.09.2024	Wanderung durch die Zeit	Schnaittenbach	5
19.09.2024	(Um-)bauen für ein langes Leben zu Hause	Hahnbach	5
22.09.2024	Baummeditation – Seniorenrundgang um die Gockelwiese	Hahnbach	6
25.09.2024	Letzte-Hilfe-Kurs	Vilseck	6
26.09.2024	Vortrag: Verändertes Essverhalten bei demenziellen Erkrankungen	Edelsfeld	7
28.09.2024	Heben, bewegen, tragen – wie mache ich es richtig?	Hirschau	7
13.10.2024	Kulinarische Marktführung: Damals in Hahnbach vor 75 Jahren	Hahnbach	8
16.10.2024	Pflegeberatung	Edelsfeld	8
24.10.2024	Spielenachmittag/Bingo	Poppenricht	9
11.11.2024	Mein Martinslicht	Freudenberg	9
regelmäßig	Angehörigencafé	Vilseck	10
regelmäßig	Seniorensprechstunden (persönliche Beratung)	abwechselnd in den AOVE-Kommunen	11
<i>Anmeldung &amp; Kontakt</i>			<i>12</i>

## AUSFLUG INS SCHULMUSEUM

Der Ernst des Lebens hat für viele von uns schon früh begonnen. Dass es früher um einiges ernster zugeht als heute, kann beim gemeinsamen Besuch des Schulmuseums (wieder-)entdeckt werden. Wie saß man in den Bänken, was wurde unterrichtet und was wurde von den Jungen und Mädchen damals verlangt? Auch die Erinnerungen an eigene Erlebnisse dürfen die Teilnehmer dabei gerne mit einbringen.



---

**Termin:** Montag, 15.07.2024, 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr

---

**Ort:** Treffpunkt Eingang Schulmuseum, Schloßbergweg 10 A, 92237 Sulzbach-Rosenberg

---

**Kosten:** 5,00 Euro/Person für Eintritt und Führung

---

**Anmeldung:** Erforderlich bis 10.07.2024 bei der AOVE

---

## KRÄUTERBUSCHEN BINDEN



An Mariä Himmelfahrt werden traditionell Kräuterbuschen als Dank und zum Schutz gebunden. Zusammen mit dem Obst- und Gartenbauverein Schnaittenbach kann jeder seinen eigenen Kräuterbuschen binden.

---

**Termin:** Mittwoch, 14.08.2024, 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

---

**Ort:** Treffpunkt Eingang Kräutergarten, Hauptstraße 13 - 15, 92253 Schnaittenbach

---

**Kosten:** Kostenfrei

---

**Anmeldung:** Erforderlich bis 12.08.2024 bei der AOVE

---

## BACKOFENFEST FÜR SENIOREN

Früher hatte fast jedes Dorf und jeder Ort seinen Backofen. In Etsdorf wurde diese Tradition wieder lebendig. Bei frisch gebackenem Brot, frisch gerührter Butter und selbst gebackenem Zwiebelkuchen darf in Erinnerungen geschwelgt und gemeinsam genossen werden.



---

**Termin:** *Freitag, 13.09.2024, 16:00 Uhr bis 18:30 Uhr*

---

**Ort:** *Etsdorf Dorfplatz, 92272 Freudenberg*

---

**Kosten:** *Kostenfrei, Speisen und Getränke werden von den örtlichen Vereinen übernommen*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 09.09.2024 bei der AOVE*

---

## WIRTSCHAUSTOUR „REISE IN DIE VERGANGENHEIT“



Diese kurzweilige Bustour mit Heimatpflegerin Marianne Moosburger zu ehemaligen und noch bestehenden Wirtshäusern führt „auf Umwegen“ Richtung „U-PO“. Die Möglichkeit zur Mittagseinkehr mit Brotzeit und „Wirtshausmusik“ wird in einer Gastwirtschaft geboten.

---

**Termin:** *Mittwoch, 18.09.2024, 10:00 Uhr bis 14:30 Uhr*

---

**Ort:** *Treffpunkt: Parkplatz Sportheim Hahnbach, Umgehungsstraße 17 A, 92256 Hahnbach*

---

**Kosten:** *15,00 Euro/Person für Reiseleitung und Busfahrt, die Einkehr ist separat zu entrichten*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 13.09.2024 bei der AOVE*

---

## WANDERUNG DURCH DIE ZEIT

Schnaittenbach im Wandel der Zeit, dokumentiert durch die Bilder vom „Sechser-Koarl“ sowie seinem Enkel Josef „Bebbo“ Schuller. Bei diesem gemütlichen Stadtrundgang werden Vergangenheit und Gegenwart zugleich entdeckt. Die Geschichte ausgesuchter Orte wird anhand von alten Bilddokumenten lebendig gemacht.



---

**Termin:** *Donnerstag, 19.09.2024, 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr*

---

**Ort:** *Treffpunkt Rathaus, Rosenbühlstraße 1,  
92253 Schnaittenbach*

---

**Kosten:** *4,00 Euro/Person Teilnahmegebühr*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 16.09.2024 bei der AOVE*

---

## (UM-)BAUEN FÜR EIN LANGES LEBEN ZU HAUSE

Josef Hirsch, zertifizierter Wohnberater, informiert über Möglichkeiten der Wohnraumanpassung sowie deren Förderung. Im Anschluss kann die Ausstellung WUNIAN zum barrierearmen Wohnen direkt vor Ort besichtigt werden.



---

**Termin:** *Donnerstag, 19.09.2024, 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr*

---

**Ort:** *Fa. Standecker, Birkenweg 6, 92256 Hahnbach*

---

**Kosten:** *Kostenfrei*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 16.09.2024 bei der AOVE*

---

# BAUMMEDITATION – SENIORENRUNDGANG UM DIE

## GOCKELWIESE

„Mein Freund, der Baum“ heißt das Motto für alle jung gebliebenen Senioren. Die AOVE bietet eine Naturführung um die Gockelwiese mit Heimatpflegerin Marianne Moosburger, der ausgebildeten Märchenerzählerin Gretl Mildner sowie AOVE-Seniorenfee Christa Pulsfuß an. Der Unkostenbeitrag für die geplanten 90 Minuten beinhaltet eine kleine Überraschung für jeden angemeldeten Teilnehmer.



---

**Termin:** *Sonntag, 22.09.2024, 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr*

---

**Ort:** *„Gockelwiese“ an der Sulzbacher Straße (Kreisverkehr), 92256 Hahnbach*

---

**Kosten:** *4,00 Euro/Person Teilnahmegebühr*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 19.09.2024 bei der AOVE*

---

## LETZTE-HILFE-KURS

Erste-Hilfe-Kurse vermitteln, was im Notfall zu tun ist. Doch was ist am Lebensende möglich, um Leiden zu lindern? In Kooperation mit dem Hospizverein Amberg werden Basiswissen und Kompetenzen für eine gute Sorge am Lebensende vermittelt. Ziel dieses Letzte-Hilfe-Kurses ist, möglichst viele Menschen zu erreichen und zu motivieren, schwer kranke und sterbende Menschen zu begleiten und umsorgen.



Quelle: Hospizverein

---

**Termin:** *Mittwoch, 25.09.2024, 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr*

---

**Ort:** *Gasthaus Roter Hahn, Marktplatz 35, 92249 Vilseck*

---

**Kosten:** *Kostenfrei, Speisen und Getränke sind separat zu bezahlen*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 23.09.2024 bei der AOVE*

---

# VORTRAG: VERÄNDERTES ESSVERHALTEN BEI DEMENZIELLEN ERKRANKUNGEN

Der Vortrag erläutert, warum bei demenziellen Erkrankungen die Nahrungsaufnahme zunehmend schwerer werden kann und zeigt auf, wie Angehörige unterstützen können.

---

*Termin: Donnerstag, 26.09.2024, 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr*

---

*Ort: Evang. Gemeindehaus, Pfarrgasse 1, 92265 Edelsfeld*

---

*Kosten: Kostenfrei*

---

*Anmeldung: Erforderlich bis 23.09.2024 bei der AOVE*

---

## HEBEN, BEWEGEN, TRAGEN – WIE MACHE ICH ES RICHTIG?

„Steh auf, wenn du am Boden bist!“ – leichter gesagt als getan ... Von der richtigen Bewegung profitieren alle. Wer frühzeitig richtige Bewegungsmuster anwendet, erhält sich sein Wohlbefinden auch im Alter. Achten pflegende Angehörige auf schonende Bewegung, erhalten sie sich ihre eigene Gesundheit. Ebenso ist es für einen zu Pflegenden wichtig, selbst zu wissen, wie er sich gut bewegen kann oder gerne bewegt werden möchte. In dieser Informationsveranstaltung zeigt Kinaesthetics-Trainerin Margret Hirsch, wie durch Bewegung der Pflegealltag unterstützt und begleitet werden kann.



---

*Termin: Samstag, 28.09.2024, 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr*

---

*Ort: BRK-Heim, Veranstaltungsraum, Klostergasse 15,  
92242 Hirschau*

---

*Kosten: Kostenfrei*

---

*Anmeldung: Erforderlich bis 23.09.2024- bei der AOVE*

---



Kinaesthetics

**Kinaesthetics** ist die Optimierung der alltäglichen Bewegungen zum  
Erhalt der Bewegungskompetenz.

Im Rahmen des Projektes „Alt werden zu Hause“ bieten wir in Kooperation mit Kinaesthetics Deutschland, der Gesundheitskasse der Barmer und Kinaesthetics-Trainerin Margret Hirsch regelmäßig Informationsveranstaltungen, Grund-, Aufbau- und Auffrischkurse sowie individuelle Schulungsangebot an. Sprechen Sie uns gerne an!

## KULINARISCHE MARKTFÜHRUNG:

### DAMALS IN HAHNBACH VOR 75 JAHREN

Zum 75-jährigen Jubiläum des Grundgesetzes und des Bestehens der Volkshochschulen erzählt Heimatpflegerin Marianne Moosburger Interessantes und Kurioses von Markt und Menschen. In mehreren Wirtschaften werden kleine Brotzeiten sowie allerhand Interessantes "konsumiert". Dabei dreht es sich um das Jahr 1949 und das Leben zu dieser Zeit im Markt Hahnbach.



Abbildung 10: Unserer Markt in Hahnbach

Quelle: Hahnbacher Chronik

---

**Termin:** *Sonntag, 13.10.2024, 17:00 Uhr bis 21:00 Uhr*

---

**Ort:** *Treffpunkt: Sportgaststätte Hahnbach,  
Umgehungsstraße 17 A, 92256 Hahnbach*

---

**Kosten:** *25,00 Euro/Person für Essen und Führung, Getränke sind separat zu zahlen*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 10.10.2024 bei der AOVE*

---

## PFLEGEBERATUNG

Die Beratungsstelle für Pflege und Menschen mit Behinderung des Bezirks Oberpfalz ist eine bürgernahe, neutrale und kostenlose Serviceeinrichtung. Ekkehard Gauglitz, zuständig für den Landkreis Amberg-Sulzbach, gibt einen Überblick über Hilfen zur Pflege und berücksichtigt dabei auch den finanziellen Aspekt.

---

**Termin:** *Mittwoch, 16.10.2024, 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr*

---

**Ort:** *Café Heldrich, Auf der Höhe 1, 92265 Edelsfeld*

---

**Kosten:** *Kostenfrei, Speisen und Getränke sind separat zu bezahlen*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 14.10.2024 bei der AOVE*

---



## SPIELENACHMITTAG/BINGO

„Alles Bingo!“ ist das Motto an diesem Nachmittag. Zusammen mit dem Arbeitskreis „Runder Tisch“ stehen Spiel und Spaß im Vordergrund. Die Spielmaterialien sind so gestaltet, dass auch bei eingeschränkter Motorik jeder mitmachen kann.



Quelle: Gemeinde Poppenricht

---

**Termin:** *Donnerstag, 24.10.2024, 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr*

---

**Ort:** *Rathaus Poppenricht, Mehrzweckraum, Rathausplatz 1, 92284 Poppenricht*

---

**Kosten:** *Kostenfrei*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 22.10.2024 bei der AOVE*

---

## MEIN MARTINSLICHT

Soldat, Bischof, Heiliger: Sankt Martin kennt eigentlich jedes Kind. Zum Martinstag finden fast allorts Laternenumzüge statt. Zusammen mit unserer Seniorenfee Christa Pulsfuß basteln die Teilnehmer zu Ehren des Heiligen Martin ihre eigene „Laterne“.



Quelle: Pixabay/alsterkoralle

Bitte ein kleines Marmeladen-/Gurkenglas mitbringen!

---

**Termin:** *Montag, 11.11.2024, 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr*

---

**Ort:** *Schule Foyer, Schulstraße 7, 92272 Freudenberg*

---

**Kosten:** *Kostenfrei*

---

**Anmeldung:** *Erforderlich bis 07.11.2024 bei der AOVE*

---

## ANGEHÖRIGENCAFÉ

Jeder pflegende Angehörige darf seine persönlichen Bedürfnisse im Alltag nicht vergessen, um wieder neue Kraft schöpfen zu können. Eine kleine Auszeit vom Pflegealltag bei Kaffee und Kuchen sowie beim Austausch Gleichgesinnter bietet unser „Angehörigencafé“. Passend zur Jahreszeit bereiten wir für jedes Treffen ein interessantes Rahmenprogramm vor.



Gerne können die zu versorgenden Angehörigen mitgebracht werden, diese werden von unserer Fachkraft betreut.

---

*Termine: Das Angehörigencafé findet regelmäßig alle zwei Monate statt, jeweils mittwochs von 14:00 Uhr bis ca. 16:00 Uhr*

---

*28.08.2024, 30.10.2024, 18.12.2024*

---

*Ort: Burg Dagestein, Schloßgasse 6, 92249 Vilseck*

---

*Kosten: 5,00 Euro/Person inkl. Kaffee und Kuchen*

---

*Anmeldung: Erforderlich bis jeweils spätestens Freitag vor den Terminen bei der AOVE*

---



## SENIOREN-SPRECHSTUNDEN

Eine Fachkraft der AOVE-Koordinationsstelle „Alt werden zu Hause“ berät Senioren und deren Angehörige in einem persönlichen Gespräch bei allen Fragen rund ums Altwerden. Sie zeigt auf, welche Unterstützung und Betreuung es gibt, um möglichst lange zu Hause ein selbstbestimmtes Leben führen zu können, und welche Alternativen zu einem Heimaufenthalt möglich sind. Unter anderem berät die Fachkraft auch zu Fragen der Wohnraumanpassung.

---

<i>Termine:</i>	<i>Edelsfeld</i>	<i>04.07.2024, 17.10.2024, 19.12.2024</i>
	<i>Freihung</i>	<i>11.07.2024, 24.10.2024</i>
	<i>Freudenberg</i>	<i>18.07.2024, 07.11.2024</i>
	<i>Gebenbach</i>	<i>23.07.2024, 12.11.2024</i>
	<i>Hahnbach</i>	<i>25.07.2024, 14.11.2024</i>
	<i>Hirschau</i>	<i>12.09.2024, 21.11.2024</i>
	<i>Poppenricht</i>	<i>19.09.2024, 28.11.2024</i>
	<i>Schnaittenbach</i>	<i>26.09.2024, 05.12.2024</i>
	<i>Vilseck</i>	<i>10.10.2024, 12.12.2024</i>
	<i>Jeweils von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr nur mit Termin</i>	

---

<i>Ort:</i>	<i>In den Rathäusern der AOVE-Kommunen</i>
<i>Kosten:</i>	<i>Für Bürger der AOVE-Kommunen kostenfrei</i>
<i>Anmeldung:</i>	<i>Erforderlich bis jeweils zwei Tage vor den Terminen bei der AOVE</i>

---

### **Anschriften Rathäuser:**

<b>Edelsfeld</b>	Hirschbachstraße 8, 92265 Edelsfeld
<b>Freihung</b>	Rathausstraße 4, 92271 Freihung
<b>Freudenberg</b>	Hammermühle 1, 92272 Freudenberg
<b>Gebenbach</b>	Hauptstraße 6, 92274 Gebenbach
<b>Hahnbach</b>	Herbert-Falk-Straße 5, 92256 Hahnbach
<b>Hirschau</b>	Rathausplatz 1, 92242 Hirschau
<b>Poppenricht</b>	Rathausplatz 1, 92284 Poppenricht
<b>Schnaittenbach</b>	Rosenbühlstraße 1, 92253 Schnaittenbach
<b>Vilseck</b>	Marktplatz 13, 92249 Vilseck

## ANMELDUNG:

Zu allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich:  
telefonisch unter 09664 9539720 oder  
per E-Mail an [anmeldung@aove.de](mailto:anmeldung@aove.de).

Weitere Veranstaltungsangebote finden Sie auf unserer Homepage  
[www.aove.de/Veranstaltungen](http://www.aove.de/Veranstaltungen).

Alle Veranstaltungen sowie mögliche Terminanpassungen werden jeweils  
auf unserer Homepage [www.aove.de/Veranstaltungen](http://www.aove.de/Veranstaltungen) und in der  
Tagespresse veröffentlicht.

## KONTAKT:

AOVE-Koordinationsstelle „Alt werden zu Hause“  
Herbert-Falk-Straße 2  
92256 Hahnbach  
Telefon: 09664 9539720  
E-Mail: [altwerden@aove.de](mailto:altwerden@aove.de)



## FAHRDIENST:

Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie einen Fahrdienst zu unseren  
Veranstaltungen benötigen. Wir versuchen, diesen für Sie zu organisieren.

Genderhinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde bei Personenbezeichnungen  
und personenbezogenen Hauptwörtern überwiegend die männliche Form verwendet. Die  
verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.

Bildquellen: AOVE, falls nicht anders angegeben.