

Vorträge und Kurse für Senioren in der zweiten Jahreshälfte 2025

Vorträge:

Zu den Vorträgen kann man sich im Seniorenbüro der Gemeinde Hasselroth bei Frau Beatrice Astrid Hechler anmelden. Telefon: 06055/8806-33 oder per E-Mail:

b.hechler@hasselroth.de

Barrierefreies Wohnen

Montag, den 01.09.2025 von 15:00 bis 17:15 Uhr in der Zehntscheune in Neuenhaßlau, der Vortrag ist kostenfrei.

Wohnen hat etwas mit Geborgenheit und Schutz, aber auch mit Gewohnheiten und Ruhe zu tun. Das Wohnumfeld ist ein zentraler Bestandteil unseres Lebens und trägt vor allem auch im Alter maßgeblich dazu bei, dass Selbstständigkeit und soziale Teilhabe erhalten werden können. Wohnungsanpassung ermöglicht es älteren Menschen in vielen Fällen länger zu Hause in ihrem vertrauten Wohnumfeld leben zu können. Durch Hilfsmittel, bauliche Veränderungen und Veränderungen der Ausstattung können Wohnungen an die jeweiligen persönlichen Bedürfnisse angepasst werden.

Schenken und Vererben: Wie Sie Ihr Erbe sinnvoll gestalten

Montag, den 15.09.2025 von 15:00 bis 17:15 Uhr in der Zehntscheune in Neuenhaßlau, der Vortrag ist kostenfrei.

Im Alter stellt sich oft die Frage, wie man sein Vermögen an die nächste Generation weitergeben möchte. Wer schon zu Lebzeiten schenken möchte, kann Familienangehörige unterstützen und dabei steuerliche Vorteile nutzen. Durch Freibeträge wird steuerfreies Schenken ermöglicht, alles über diesen muss versteuert werden. Das gleiche gilt für eine Erbschaft. Ein Testament kann sicherstellen, dass Ihr Vermögen nach Ihren Wünschen verteilt wird. Dieses können Sie entweder beim Notar aufsetzen lassen oder selber verfassen. Achten Sie hierbei auf die einzuhaltenden Formalitäten, um die Gültigkeit des Testaments zu gewährleisten. Ob Schenken oder Vererben - eine kluge Planung hilft, Steuern zu sparen und rechtliche Herausforderungen zu vermeiden.

Enkeltrick, Kaffeefahrt & Co. - Mit welchen Maschen Betrüger Senioren ausnehmen

Montag, den 27.10.2025 von 15:00 bis 17:15 Uhr in der Zehntscheune in Neuenhaßlau, der Vortrag ist kostenfrei.

Seit Jahren werden vor allem ältere Mitbürger von Tätern gezielt für Betrugs- und Diebstahlsdelikte ausgewählt und um ihr Hab und Gut gebracht. Beispielhaft seien hier der Enkeltrick, Kaffeefahrten oder der falsche Polizeibeamte genannt, die je nach Geschick des Täters zu sehr hohen Schadenssummen führen können. Ebenfalls beliebte Tatmethoden sind die Ablenkung eines Wohnungsbewohners wegen bspw. angeblich dringender Wartungsarbeiten und dann der Diebstahl von Bargeld oder Wertgegenständen aus der Wohnung des Opfers. In einem interessanten und kurzweiligen Vortrag werden die häufigsten Tatbegehungsmethoden erläutert, und es werden auch die sinnvollsten Vermeidungsstrategien genannt.

Hilfe im Dschungel der Pflegeleistungen - Einblick in die Begutachtungsrichtlinien

Montag, den 03.11.2025 von 15:00 bis 17:15 Uhr in der Zehntscheune in Neuenhaßlau, der Vortrag ist kostenfrei.

In gemeinsamer Trägerschaft mit der Techniker Krankenkasse betreibt der Main-Kinzig-Kreis zwei Pflegeberatungsstellen in Gelnhausen und Schlüchtern, die so genannten Pflegestützpunkte Main-Kinzig.

Hier erhalten Bürgerinnen und Bürger des Kreises kostenfrei und trägerneutral Beratung zu allen Themen rund um die Pflege.

Mitarbeiter der kommunalen Pflegeberatung aus Gelnhausen stellen die Pflegeberatung vor und geben einen Einblick in die Begutachtungsrichtlinien der Pflegekassen, die bei Beantragung eines Pflegegrades zum Zuge kommen.

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung & Co.: Zur rechtlichen Betreuung und zu den Vorsorgemöglichkeiten

Montag, den 10.11.2025 von 15:00 bis 17:15 Uhr in der Zehntscheune in Neuenhaßlau, der Vortrag ist kostenfrei.

Betreuungsverfügung? Vorsorgevollmacht? Patientenverfügung? Welches ist das richtige Vorsorgeinstrument für mich? Welche Unterschiede mit erheblicher Auswirkung sind zu beachten?

Stellen Sie sich vor: Ein tragischer Verkehrsunfall oder eine schwere Krankheit verändern Ihr Leben. Oder: Sie werden einfach nur älter. Sie merken, dass Ihr Körper nicht mehr so will, wie Sie wollen: Zuerst nutzen Sie einen Gehstock, später vielleicht einen Rollator oder einen Rollstuhl. Möglicherweise werden Sie pflegebedürftig. Auch Ihre geistigen Fähigkeiten leiden oder Ihre Psyche gerät bereits früh aus der Balance. Kurzum: Sie sind in einer Situation, in der Sie Ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können. Plötzlich sind Sie auf die Unterstützung eines anderen Menschen angewiesen.

Sie haben bereits heute die Möglichkeit, festzulegen wer, ab wann in Ihrem Sinne handeln darf und welches Vorsorgeinstrument für Sie geeignet ist. Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht?

Für viele Menschen gehört sie zu den schwierigen Fragen im Leben: Wie will ich im Fall einer schweren, unwiderruflichen oder gar todbringenden Erkrankung behandelt werden? Die meisten stellen sich diese Frage erst viel zu spät. Dabei kann es in jedem Alter vorkommen, dass wir unfall- oder krankheitsbedingt in eine Situation kommen, in der wir selbst keine Entscheidungen mehr treffen oder kommunizieren können.

Wer sicherstellen will, dass in einem solchen Fall nach dem eigenen Wunsch und Willen gehandelt wird, sollte unbedingt eine schriftliche Patientenverfügung erstellen, die präzise Behandlungswünsche für bestimmte Situation formuliert.

Wie muss eine Patientenverfügung aussehen? Wo sollte sie hinterlegt werden? Wie aktuell soll sie sein?

Kurse:

Zu den Kursen meldet man sich direkt beim Bildungspartner Main Kinzig an.

Die Mitarbeitenden im Servicebüro erreichen Sie persönlich:

Mo., Mi., Do.: 08:00-12:30 Uhr und 13:30-16:00 Uhr / Fr.: 08:00-12:30 Uhr unter der Telefonnummer. 06051-916790 oder per Mail: info@bildungspartner-mk.de

Sturzprophylaxe

Der Kurs findet 7-mal vom 25.08.-06.10 2025 in der Zeit von 09:00-10:30 Uhr in der Altenschule in Niedermittlau statt und kostet 70,00 € pro Person. Folgende Nummer benötigen Sie zur Anmeldung: 3050033

Prävention ist die beste Prophylaxe! Stürze und daraus resultierende Verletzungen beeinflussen die Lebensqualität erheblich und Sturzangst kann die Selbstständigkeit einschränken. Um Stürze zu vermeiden, müssen Körper und Sinnesorgane gezielt gefordert werden. In diesem Kurs trainieren wir Koordination, Kraft, Reaktionsgeschwindigkeit sowie Balance. Sie bekommen wertvolle Tipps, wie Sie das Sturzrisiko reduzieren können. Bitte mitbringen: rutschfeste Socken

Ganzheitliches Gedächtnistraining – Braintrain

Der Kurs findet 8-mal vom 16.10.-04.12 2025 in der Zeit von 10:00-11:30 Uhr in der Altenschule in Niedermittlau statt und kostet 80,00 € pro Person. Folgende Nummer benötigen Sie zur Anmeldung: 3050712

Muskeln erschlaffen, wenn wir sie nicht regelmäßig trainieren! Genauso ist das mit unserem Gedächtnis! Je häufiger du dein Gehirn durch neue vielfältige Reize anregst, umso besser. Das Gehirn baut neue Verknüpfungen zwischen den Nervenzellen auf und stärkt somit viele Areale. Um es leistungsfähig zu erhalten bzw. zu verbessern, sollte es regelmäßig und gezielt trainiert werden. In diesem Kurs trainieren wir ganzheitlich abwechslungsreich unser Gehirn; ganz entspannt und mit viel Spaß. Das Training beinhaltet Strategien, Übungen und Methoden, um die Gehirnleistung zu verbessern oder zumindest zu erhalten. Dabei geht es nicht nur darum, sich Dinge besser merken zu können, sondern es verbessert kognitive Fähigkeiten, wie etwa die Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Orientierung und Kreativität. Mit Gedächtnistraining können altersbedingte Ausfälle zumindest verlangsamt oder gar aufgehalten werden.

Bitte mitbringen: Getränk, Notizblock, Stift