

## **Besondere Angebote im Rahmen der Altenhilfeplanung der Gemeinde Großbettlingen**

### **Beratungsstelle für ältere Menschen auf dem Rathaus**

Alle älteren Menschen sowie deren Angehörige erhalten zu allen Fragen, sei es zu Krankheit, Pflege oder Alter individuell, unabhängig und kostenlos Beratungen und Informationen über die in Frage kommenden Unterstützungsangebote.

In Großbettlingen nimmt diese Aufgabe die Sachbearbeiterin für Altenhilfe Frau Stefanie Bitzer, Tel. 07022/94345-23, E-Mail: [s.bitzer@grossbettlingen.de](mailto:s.bitzer@grossbettlingen.de) wahr.

### **Soziale Netzwerke**

- **Besuchsdienst der Gemeinde**

Ehrenamtliche Besuchsdienstmitglieder besuchen Senioren/innen ab 82 Jahren privat, in der Betreuten Wohnanlage oder im Alten- und Pflegeheim Maisch. Wünsche der Senioren/ Besuchsdienstmitglieder bezüglich der Häufigkeit der Besuche werden aufeinander abgestimmt

### **Bildung im Alter**

- **Bettlinger Seniorensommer**

Das Ferienprogramm für Senioren wird in Zusammenarbeit von Gemeinde und DRK-Bereitschaft organisiert und durchgeführt. In der „veranstaltungsarmen“ Zeit in den Sommerferien werden für Senioren Führungen, Grillfeste, Ausflüge für Jung und Alt oder Veranstaltungen mit dem Bürgermeister angeboten.

- **Internet-Initiative „Am Bildschirm – ganz einfach“**

Ehrenamtliche vermitteln Senioren/innen in regelmäßigen Treffen im Computerraum der Schule ihr Wissen. Die Themen reichen vom Kauf eines Computers über das Schreiben eines Briefes/einer E-Mail bis hin zu Internet-Suche oder Bildbearbeitung.

### **Gesundheitliche Vorbeugung**

- **Körperliches Training**

- Seniorengymnastik / Spezielle Rückengymnastik
- Seniorenwanderungen
- Sitztanz
- Tanzkurs für Seniorinnen
- Sturzprophylaxe
- Aktionen zur Förderung der Beweglichkeit im Alter (z. B. Selbstbehauptungskurs für Senioren)
- B.U.S. – Bewegen, Unterhalten, Spaß haben
- Bewegungsgeräte für Senioren/innen

- **Geistiges Training**

- regelmäßiges Gehirntraining im Rahmen des Seniorentreffs
- Gesundheitsvorträge DRK

### **Pflegende Angehörige**

- Gesprächsabend für pflegende Angehörige (Krankenpflegeverein)
- Runder Tisch für pflegende Angehörige (Altenpflegeheim)

### **Jung und Alt**

- **Gemeinsame Essen für Kinder und Senioren**  
In der Mensa der Grundschule jeden 1. Mittwoch im Monat
- **Jahreszeitlich abgestimmte Aktionen für Jung und Alt**  
Ostereiersuche, Kürbisschnitzen, Adventskranzbinden,  
Weihnachtsbingo
- **Ausflüge für Jung und Alt**
- **Gemeinsame Aktionen von Kindern und Senioren/innen in den Kindertagesstätten**  
Vormittag im Waldhaus, Aktionen mit Omas und Opas
- **Ein Tag im Alten- und Pflegeheim im Rahmen des Kinderferienprogramms**

### **Öffentlichkeitsarbeit**

- Wegweiser Altenhilfe in Form einer Ortsbroschüre von Jung bis Alt
- Rubrik „Senioren“ im Mitteilungsblatt (steht allen an der Seniorenarbeit Beteiligten für Veröffentlichungen zur Verfügung)

**Der größte Gewinn aus der Altenhilfeplanung in Großbettlingen ist die Kooperation und Vernetzung aller an der Seniorenarbeit beteiligten Institutionen.**