

2024



Veranstaltungskalender für Seniorinnen/Senioren



Der Veranstaltungskalender „Silberzeit“ enthält das Jahresprogramm der Gemeindepflegerin Elz

Die Schwerpunkte liegen auf:

- Bewegung und Aktivierung
- Information und Beratung
- Teilhabe und Geselligkeit
- Services

Barrierefreiheit und Mehrgenerationenaktivitäten sind gekennzeichnet.



Ein herzliches Dankeschön an alle Kooperationspartner!

**Abweichungen oder kurzfristige Änderungen der Planung
sind möglich**

Informationen und Anmeldung:

Gemeindepflegerin Tamara Jung

Telefonisch:

06431/9575-39

Mobil und per Nachricht:

0151-42440755

E-Mail:

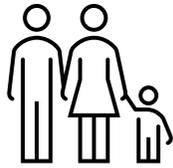
tamara.jung@elz-ww.de

gefördert durch:

HESSEN



Hessisches Ministerium
für Soziales und Integration



Bewegung und Aktivierung



GEOCACHING

zwischen Elz und Hadamar

An diesem Tag erhaltet ihr eine Einführung in das Thema Geocaching und was es mit dieser Schnitzeljagd per GPS- Koordinaten auf sich hat.

Erfahrt warum es gerade auch für Rentner ein tolles Erlebnis ist, das man jederzeit, ohne große Vorbereitung durchführen kann. Das ist sogar spontan im Urlaub mögch.

Treffpunkt: am Dienstag, den **16.4.2024** um **14:00 Uhr** am **Brötzenmühlenweg**.

Dauer: Etwa 2 Stunden.

An diesem Termin dürft ihr gerne eure Enkel mitbringen.

- mit Voranmeldung-

Bewegung und Aktivierung



NORDIC WALKING TREFF

An jedem Freitag

für Seniorinnen, Senioren und Laufbegeisterte

Von Oktober bis April:

Um 10:00 Uhr am Brötzenmühlenweg

Von Mai bis September:

Um 9:30 Uhr beim Parkplatz am Forsthaus

**! kurzfristige Ortswechsel möglich
Infos nach telefonischer Anfrage!**

Tamara Jung: 0151-42440755
Dagmar Kremer: 01573-7347364

Bewegung und Aktivierung



GEDÄCHTNISTRAINING

Durch leichte Übungen wie Verse, Reime oder Spiele trainieren wir die Merkfähigkeit.

An jedem 3. Donnerstag im Monat um 10:00 Uhr im katholischen Pfarrheim Elz, Lehrgasse 26

Ab dem 18.1.2024

-Ohne Voranmeldung-

In Zusammenarbeit mit:

Kirchort St.Joannes d.T.



Information und Beratung



Vorträge

über Gesundheitsthemen und das Alter

Dienstag, 30.01.2024 um 14:00 Uhr Sitzungssaal ,Gemeinde

Trickbetrüger

(Polizeidirektion Limburg)

**Freitag, 14.06.2024 um 16:30 Uhr Sitzungssaal ,
Gemeinde**

Seheinschränkung bis Sehverlust – wie gehe ich damit um?

(Blickpunkt Auge – Kreisverwaltung Limburg)

**Donnerstag, 05.09.2024 um 16:00 Uhr im Sitzungssaal,
Gemeinde**

**Wie hilft mir der VDK im Alter? Was sind die Aufgaben des
VDK?**

(VDK Kreis- und Ortsverband)

Anmeldung erforderlich

Information und Beratung



BETRIEBSBESICHTIGUNGEN

Im ersten und zweiten Halbjahr möchten wir jeweils eine Betriebsbesichtigung anbieten.

Welche das sind und wann diese stattfinden werden, wird noch bekannt gegeben.

Auf barrierefreie Angebote wird hier geachtet

Tamara Jung

In Zusammenarbeit mit
Seniorenbeirat Elz

Teilhabe und Geselligkeit

SPIELETREFF



Für Senioren, Seniorinnen und
Spielfreunde

Mit alten und neuen Gesellschaftsspielen



An jedem 2. Und 4. Montag im Monat
von 14:00-15:30 Uhr
im katholischen Pfarrheim Elz, Lehrgasse 26

Gemeindepflegerin Elz



In Zusammenarbeit mit:

Kirchort St. Johannes der Täufer, Elz



Teilhabe und Geselligkeit



PLAUDER-CAFE

Motto und Termine

Deutschland: Freitag, 15.03.2024

Türkei: Freitag, 21.06.2024

Frankreich: Freitag, 13.09.2024

Italien: Freitag, 13.12.2024

Von 15:00-17:00 Uhr in der Bücherei Elz

Anmeldung erforderlich, da Teilnehmerzahl begrenzt

In Zusammenarbeit mit:

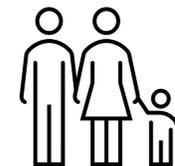
Isolde Türk, Caritas Hadamar

Frauenbeauftragte Elz

Bücherei Elz



Teilhabe und Geselligkeit



KREATIVES MALEN UND BASTELN

Geimeinsam probieren wir verschiedene Techniken und Materialien aus

An jedem 1. Dienstag im Monat um 14:00 Uhr im UG des katholischen Pfarrheim Elz (kein Aufzug bis zum UG)

Ab dem 6.2.2024

-Anmeldung bis spätestens eine Woche vorher-

An diesem Termin dürft ihr gerne eure Enkel mitbringen

In Zusammenarbeit mit:

Kirchort St. Johannes d.T., Elz



Teilhabe und Geselligkeit



AUSFLÜGE

1. Halbjahr:

**Besichtigung und Führung des ZDF in Mainz,
anschließend Besuch des Gutenberg-Museum**

Info Barrierefreiheit auf Anfrage



2. Halbjahr

**Stadttheater Gießen
Theater und Führung**

Info Barrierefreiheit auf Anfrage

-Anmeldung erforderlich-

Termine und Treffpunkt werden frühzeitig bekannt gegeben

In Zusammenarbeit mit

Tamara Jung

Seniorenbeirat Elz

Ich freue mich über ihr Feedback

Ich habe folgende Veranstaltung/-en besucht

Meine Bewertung:



Das hat mir besonders gut gefallen:

Das könnte besser sein:

Meine Wünsche:

Services



DAS BÜCHERTAXI

WIR BRINGEN EUCH EURE LIEBLINGSLEKTÜRE NACH HAUSE

Für Menschen, die wegen ihres hohen Alters, einer Behinderung oder Krankheit die Bücherei nicht selbst aufsuchen können, bringen ehrenamtliche Bücherboten Bücher, Zeitschriften, DVDs oder Hörbücher direkt nach Hause.

Wer noch nicht in der Bücherei angemeldet ist, dem bringt der Bücherbote beim ersten Besuch einfach einen Leserausweis mit. Der Ausweis kostet einmalig 10,- Euro.

Der Bote hat eine vielfältige Auswahl an Medien dabei, aus denen man sich etwas aussuchen kann. Oder man bestellt sich seine Wunschmedien vor. Dies ist telefonisch während der Öffnungszeiten der Bücherei montags, mittwochs und samstags von 16.00 bis 18.00 Uhr möglich. Die Büchereimitarbeiter stellen auch gerne etwas Schönes zusammen.

Bei Interesse melden Sie sich:

- telefonisch während der Öffnungszeiten unter 06431-57543
- oder [per E-Mail](mailto:info@buecherei-elz.de) an info@buecherei-elz.de
- oder bei der Gemeindepflegerin



DIE BÜCHEREI

Gemeindepflegerin Elz

Sie haben Fragen zu Leistungen aus der Pflegeversicherung?

Sie benötigen Begleitung bei einem Arzttermin?

Sie fühlen sich einsam?

Sie verstehen ihren Arztbrief nicht?

Sie benötigen Unterstützung bei der Bewältigung ihres Alltags?

Rufen Sie mich an, und wir sprechen über Möglichkeiten

Feste Sprechzeiten im Büro

Gemeindeverwaltung, EG, Zimmer: 07

Di: 08:00-12:00 Uhr

Do: 14:00-15:30 Uhr

oder nach telefonischer Vereinbarung

Tamara Jung

Festnetz: 06431/9575-39

Mobil: 0151-42440755 (auch SMS oder WhatsApp)

E-Mail: tamara.jung@elz-ww.de