

## **Aktionswoche „Zu Hause daheim“**

Der Markt Ergolding bietet unter anderem eine Einführung für Übungen im örtlichen Bewegungsparcours an, speziell zugeschnitten auf die ältere Generation – zur Lockerung und Kräftigung der Muskelpartien, aber auch zur Sturzprävention (Freitag, 24. Mai, 12.30 Uhr und 14.00 Uhr). Zudem sind verschiedene Fachvorträge über Barrierefreiheit, Altersmedizin und Demenz geplant:

- Freitag, 17. Mai 2019, 14.00 Uhr im Mehrzweckraum des Kinderhauses „Kleine Strolche“ – Vortrag: „Zufrieden Älter werden – am liebsten Zuhause. Ist dies möglich?“ (Anmeldung erforderlich!)
- Montag, 20. Mai 2019, 17.00 Uhr im Bürgersaal – Vortrag: „Altersmedizin in Krankenhaus und Rehabilitation – Ziele und Möglichkeiten“
- Dienstag, 21. Mai 2019, 13.30 Uhr im Bürgersaal – Vortrag: „Behütet zuhause – mit Demenz daheim leben“
- Mittwoch, 22. Mai 2019, 13.30 Uhr im Bürgersaal – Vortrag: „Barrierefreies Wohnen – Gute Architektur kann Barrierefreiheit!“, anschließend referiert der Sozialverband VdK über ihre Leistungen und stellt den „Rollstuhlparcours“ zum Ausprobieren vor
- 

Im Landratsamt selbst werden sich am Donnerstag, 23. Mai um 16.00 Uhr die bestehenden Nachbarschaftshilfen vorstellen, die sich in vielen Gemeinden des Landkreises gebildet haben.

Im Kloster Furth werden am 24. Mai um 14.00 Uhr elektronische Unterstützungen vorgestellt, die ein langes Verbleiben in den eigenen vier Wänden und ein selbstbestimmtes Leben im Alter ermöglichen sollen.

Alle Angebote im Landkreis Landshut sowie die Veranstaltungen in ganz Niederbayern können Sie im Programmheft abrufen:

[https://www.stmas.bayern.de/imperia/md/content/stmas/stmas\\_inet/wohnen-im-alter/zhd\\_2019\\_programmheft.pdf](https://www.stmas.bayern.de/imperia/md/content/stmas/stmas_inet/wohnen-im-alter/zhd_2019_programmheft.pdf) oder auf einer Übersichtskarte einsehen (<https://www.stmas.bayern.de/wohnen-im-alter/kampagne/>).

Bei allen Angeboten im Landkreis Landshut wird um **vorherige Anmeldung** gebeten.