

Älter werden in Grafing

Ein Informations- und Mitmachtag für Senioren und ihre Angehörigen

Samstag, 21 Oktober 2023, 10 bis 16 Uhr
Stadthalle Grafing, Jahnstraße 13

Stadthalle, großer Saal

10.00 Uhr

Einlass und Öffnung der Informationsstände

10.15 Uhr

Begrüßung durch den Seniorenchor
der kath. Kirche

10.30 Uhr

Eröffnung des Seniorentages durch
Herrn Erster Bürgermeister Christian Bauer

11.00 Uhr

„Wer rastet der rostet!“ Aktiv in Bewegung
bleiben mit dem TSV Grafing

12.00 Uhr

Mode aus zweiter Hand für Seniorinnen und
Senioren – Modenschau der Tauschzentrale

13.00 Uhr

„Was ist ein Notfall und wie verhalte ich mich“
Informationen und Beratung durch das
Bayerische Rote Kreuz.

14.00 Uhr

Bewegung durch Tanz
Die Gruppe „Tanz mit uns“ der kath. Kirche

15.00 Uhr

Theatergruppe „Kaleidoskop“ Seniorenhaus

16.00 Uhr

Ende der Infobörse

Ganztägige Mitmachangebote im großen Saal

- Informationsstände zahlreicher Senioren-
Organisationen und -Institutionen
- Büchertisch zu Senioren-Themen
Stadtbücherei
- Information und Beratungstand der Polizei
- Beratung zu Fragen „Wie funktioniert mein
Smartphone und mein Computer“
- Theke der Stadthalle ist für Getränke geöffnet

Turmstuben 1. OG

11.00 Uhr

Unterstützung bei schwerer Krankheit
Palliativteam und Hospizdienst
Christophorus Verein

12.00 Uhr

„Passt meine Wohnung noch?“ Tipps und Infor-
mationen zur Wohnraumgestaltung
Pflegestützpunkt LRA Ebersberg

13.00 Uhr

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
Betreuungsstelle des LRA Ebersberg

14.00 Uhr

„Gesunde Ernährung ab 55 plus“
Amt für Ernährung

Programm im Giebelzimmer, 1. OG

12.00 Uhr

„Ein Mehrgenerationenprojekt – auch für
Senioren geeignet?“ Vortrag WINGS e.V.

13.00 Uhr

„Demenz verstehen – das Krankheitsbild und
der Umgang mit dem veränderten Verhalten“
Vortrag Caritas

14.00 Uhr

„Lebenswert“ – eine Schnupperstunde Gedäch-
nistraining und Bewegung – Kreisbildungswerk

Dauer der Vorträge jeweils ca. 45 Minuten.
Eintritt frei

Eine Veranstaltung
der Stadt Grafing
b. München

www.grafing.de

