

MIT EINANDER

STADTTEILZEITUNG ROSENHEIM NORD

Die Sozialraumorientierten Hilfen im Alter

Gerne stellen wir Ihnen das neue städtische Projekt der Sozialraumorientierten Hilfen im Alter vor.

Seit 20 Jahren gibt es den sozialraumorientierten Ansatz bereits in der Kinder- und Jugendhilfe. Die Stadt Rosenheim beschreitet in der Altenhilfe nun auch neue Wege. Deshalb wurde das Stadtgebiet – analog der Aufteilung in der Jugendhilfe – in drei Stadtgebiete, die Sozialräume, aufgeteilt.

In jedem Sozialraum ist ein anderer Träger zuständig, bei dem Ansprechpersonen, die Sozialraumlotsinnen, angestellt sind.

Im Sozialraum Ost ist die Diakonie zuständig, Tel. 08031-8873875

im Sozialraum West der Träger Startklar im Alter, Tel. 08031-238717.

Im Sozialraum Nord ist der Anstellungsträger die Caritas. Tel. 08031-203717

Brigitte Plank ist Ihre Ansprechperson im Rosenheimer Norden. Lucia Haas war bis Ende Juni mit Frau Plank tätig, hat jedoch leider zu Ende Juni ihre Arbeit im Sozialraum Nord beendet. Wir hoffen die neue Kollegin oder Kollegen bald vorstellen zu dürfen.

Brigitte Plank arbeitet als Sozialraumlotsin im Bereich Hilfen im Alter in diesem neuen Projekt. Manche kennen Frau Plank bereits aus dem früheren Projekt der Präventiven Hausbesuche und von den geselligen Einsätzen der Plauder Bar.

INHALT

- 3 Nähen ist wie zaubern können ...
- 4 Strahlende Tische und strahlende Gesichter im Bürgerhaus
- 5 KBE
- 6 Quarkbällchen und Krapfen für die Faschingsfeier
- 7 Bananenflanke Rosenheim e.V. in Kooperation mit SV Westerndorf
- 8 Borke, der Baum am Jump
- 9 Bastelfreunde aufgepasst!!
- 10 Transit Art Festival Juni 2026
- 10 Wo sollen wir hin?
- 12 Außergewöhnliches Fotoshooting in der Sen.Ta.
- 14 GIRL'S Day Küpferling
- 16 Sonnenschutz für Kinder
- 17 Rosenheimer Medienfüchse beim Kinderschutzbund
- 18 Der Trostkoffer
- 19 Lesestoff direkt im Stadtteil
- 20 Raum für Achtsamkeit
- 22 Ernährung und Bewegung bei Demenz
- 24 Was ist los im Bürgerhaus



Fortsetzung von Seite 1

Was machen die Sozialraumlotsinnen?

Das Angebot richtet sich an alle Bürger*innen ab 65 Jahren oder Menschen mit Behinderung ab 60 Jahren. Sozialraumlotsinnen sind Ansprechpersonen vor Ort für alle Themen rund ums Alter oder Älterwerden.

Sie können sich mit allen Fragen und Themen wie Alltag, Gesundheit, Pflege und Soziales an die Sozialraumlotsin wenden.

Gemeinsam suchen wir nach Lösungen, dass Sie auch im Alter – und ggf. bei eintretender Hilfebedürftigkeit – so leben können wie Sie möchten. Dazu überlegen wir gemeinsam, welche Art der Unterstützung für Sie hilfreich sein könnte, welche zu Ihrer aktuellen Lebenssituation passt. Wenn Sie z.B. Fragen zum Pflegegrad und Leistungen der Pflegeversicherung haben, können wir Sie zum Pflegestützpunkt vermitteln.

Sozialraumlotsinnen knüpfen Netzwerke mit Fachleuten und Einrich-

tungen, sammeln Informationen über Angebote im Sozialraum. Sie zeigen auf, welche Hilfe es in der unmittelbaren Nähe schon gibt, z.B. die Vermittlung zum Pflegestützpunkt bei Fragen zum Pflegegrad und Leistungen der Pflegeversicherung. Es ist aber auch sehr wichtig, darauf aufmerksam zu machen, was im Sozialraum noch fehlt, und mitzuwirken, Lücken in der Versorgung zu schließen.

Wenn Sie selbst voller Tatendrang sind und sich mit Ihren Fähigkeiten und Interessen aktiv in die Gemeinschaft einbringen wollen, gibt es sicher die richtige Stelle für Ihr Engagement!

Ob Ehrenamt oder bezahlte Tätigkeit – es gibt vielfältige Möglichkeiten sich zu engagieren. Auch hier vermitteln wir gerne. Mit Frau Karin Weiß, Kontaktstelle Bürgerschaftliches Engagement arbeiten wir eng zusammen.

Sozialraumlotsinnen helfen Ihnen dabei, dass Sie Ihr Leben selbstbestimmt leben und nach Ihren Vorstellungen gestalten können.

Die Beratung ist kostenfrei und unverbindlich, und ist möglich

- im Büro im Caritaszentrum in der Reichenbachstraße 5,

- im Bürgerhaus Miteinander in der Lessingstraße, jeweils dienstags von 14:00-16:00 Uhr, außer in Urlaubszeiten etc.

- im Hausbesuch oder an der Plauderbar

Erreichbarkeit:

telefonisch 08031-203717

oder per Mail:

hilfen-im-alter@caritasmuenchen.org

Nachruf auf Franco Francese

Mit großer Trauer nehmen wir Abschied von Franco Francese.

Herr Francese war über viele Jahre hinweg ein prägender und geschätzter Teil unseres Stadtteils. Mit seinem außergewöhnlichen ehrenamtlichen Engagement hat er das Miteinander im Rosenheimer Norden maßgeblich mitgestaltet und bereichert. Sein langjähriger, stets gut besuchter Italienischkurs begeisterte zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer und vermittelte weit mehr als nur Sprache: Er schuf Begegnungen, förderte den kulturellen Austausch und brachte Menschen zusammen. Ebenso bleiben die von ihm mit großer Sorgfalt und Liebe zum Detail organisierten Fahrten vielen in bester Erinnerung.



Durch seine Hilfsbereitschaft, seine Verlässlichkeit und seine herzliche Art hat Franco Francese Gemeinschaft gelebt und gestärkt. Sein Wirken wird in unserem Stadtteil noch lange nachhallen, und sein Einsatz für die Menschen vor Ort bleibt unvergessen.

Für sein langjähriges Engagement und seinen unermüdlichen Einsatz gebührt ihm unser großer Dank. Wir werden Franco Francese ein ehrendes und dankbares Andenken bewahren. "Grazie di tutto"

In diesen schweren Stunden sind unsere Gedanken bei seiner Familie und all den Angehörigen, Freunden und Wegbegleitern, die um ihn trauern.

Karin Weiß, KBE

Nähen ist wie zaubern können ...

dieses Sprichwort ist auch das Motto von Jutta Remy, unserer Näherin im Repair-Café, denn sie muss öfter zaubern, um kaputte Kleidungsstücke in kurzer Zeit wieder in Ordnung zu bringen, da sind dann oft manche Stücke auf „Kante genäht“.

Jutta Remy ist jetzt schon im 12. Jahr seit Bestehen des Repair-Cafés im Bürgerhaus Miteinander tätig. Sie ist gelernte Schneiderin, Bekleidungstechnikerin, ehemals Fachlehrerin für Textilarbeit und Hauswirtschaft, Betriebsleiterin für die Entwicklung neuer Schnitte. Sie hat sich ehrenamtlich dem Repair-Café angeschlossen, und bringt mit viel Begeisterung ihre Kenntnisse ins Repair-Café mit ein, stets mit einem Lächeln auf den Lippen, und erfüllt mit Geduld und Ruhe für die Besucher oft die unterschiedlichsten Wünsche. „Eigentlich versuche ich, alles hinzukriegen, was auf den Tisch kommt“ sagt Jutta und



„es ist oft eine Herausforderung was so zu bewältigen ist, meistens sind es zerrissene T-Shirts, Hemden, Röcke, Blusen, habe schon Jeanshosen geflickt und an verschiedenen Stel-

len Flecken draufgenäht, bei manchen Textilien geht es schnell, manche dauern länger als 1 Stunde und wenn es nicht fertig wird, kommen die Besucher gerne zum nächsten Termin wieder“.

Beim Nähen wird deutlich, wie der Stoff und die Handarbeit des Menschen hier auf ein „Miteinander“ angewiesen sind, denn erst im Zusammenspiel von Nähmaschine mit dem Mensch, kann wieder ein vollwertiges, gebrauchsfähiges Produkt entstehen.

Schon das Zuschauen bei der Arbeit von Jutta weckt bei den Besuchern das Gefühl, ja, nähen ist für sie eine Lebenseinstellung. Mit ihrer freundlichen Art überzeugt sie alle mit dem beliebten Spruch, der eine beruhigende und heilende Wirkung von Handarbeiten beim Stricken und Nähen beschreibt:

“Nadel und Faden halten die Seele zusammen“.

Georg Schmidt

Anzeige



Strahlende Tische und strahlende Gesichter im Bürgerhaus



ativen stärken den Zusammenhalt“, freut sich Martin Wollny von der Sozialen Stadt. „Sie zeigen, wie Unternehmen und Stadtgesellschaft Hand in Hand arbeiten.“

Die neuen Tischplatten sind mehr als Möbel – sie stehen für Begegnung und Miteinander. Ob beim gemeinsamen Kochen, Spielen oder Planen: Sie schaffen Raum für Austausch.

Herzlichen Dank an die engagierte Crew der Firma Steelcase mit Herrn Rieke an der Spitze!

Soziale Stadt

Haben Sie Lust, mitzumachen?

Ob Ideen oder Spenden – oder einfach mal zum Vorbeischauen: Das Bürgerhaus Miteinander (Frau Miller, Tel. 237878, miteinander.buergerhaus@rosenheim.de) sowie die Kontaktstelle Bürgerschaftliches Engagement im Bürgerhaus (Frau Weiß, Tel. 400 98 49, k.weiss@kinderschutzbund-rosenheim.de) freuen sich über jede Unterstützung.

Schönes Mobiliar, neue Begegnungen: Dank der Firma Steelcase hat unser Bürgerhaus Miteinander in der Lessingstr. insgesamt 22 neue Tischplatten erhalten – inklusive fachmännischer Montage durch die Mitarbeiter. Die hellen, robusten Tischplatten ersetzen die alten Modelle und sie werden bereits täglich genutzt: beim Bürgerfrühstück, beim Kochtreff und vielen anderen Nachbarschaftsprojekten.

„Wir wollten einfach helfen“, sagt Herr Rieke, Produktionsleiter im Werk Rosenheim, der selbst ehrenamtlich im Repaircafé aktiv ist. Mit handwerklichem Geschick baute das Team die Platten ein – kostenlos und unkompliziert. „Hier trifft man sich, tauscht sich aus, lacht gemeinsam. Dafür lohnt sich der Einsatz.“ Die alten Platten werden im Sinne der Nachhaltigkeit weiterverwendet – ein gelungenes Beispiel für Kreislaufwirtschaft.

Die Spende kommt genau richtig: Die alten Tischplatten waren deutlich abgenutzt, doch dank der Unterstützung strahlt das Bürgerhaus nun in neuem Glanz. „Solche Initi-



Anzeige



Mit rund 1.500 eigenen Wohnungen sind wir ein attraktiver und zuverlässiger Anbieter am Wohnungsmarkt – für unsere Mieter und Mitglieder ganz nach dem Motto **gut und sicher wohnen**.

Unsere Wohnungen befinden sich in Rosenheim, Neubeuern, Wasserburg a. Inn, Prien a. Chiemsee, Amerang, Ebersberg, Grafing b. München, Vaterstetten, Aschau a. Inn, Kraiburg a. Inn, Haag i. OB und Sankt Wolfgang.







GWG Wasserburg eG
Brunhuberstr. 66 | 83512 Wasserburg a. Inn | Telefon: 0 80 71/91 95-0 | E-Mail: info@gwg-eg.de | www.gwg-eg.de

Tag des Nachbarn vor dem Bürgerhaus Miteinander

Bei sonnigem Wetter fand am letzten Freitag im Mai der alljährliche Tag des Nachbarn vor dem Bürgerhaus Miteinander statt. Bei leckerem Kuchen, der von Nachbarinnen und Nachbarn ehrenamtlich beige-steuert wurde, sowie Kaffee und Tee gab es die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen, neue Kontakte zu knüpfen und bestehende Bekanntschaften zu pflegen.

In entspannter Atmosphäre wurde gelacht, erzählt und das gute Miteinander im Stadtteil gefeiert. Die Ver-



anstaltung zeigte einmal mehr, wie wichtig Begegnungen und nachbarschaftlicher Zusammenhalt für ein lebendiges Gemeinwesen sind.

Ein herzlicher Dank gilt allen Helferinnen und Helfern sowie den Kuchenspenderrinnen und Kuchenspendern, die zum Gelingen dieses schönen Nachmittags beigetragen haben.

Karin Weiß, KBE

Wer vermisst mich?

Hallo zusammen, ich bin ein kleiner Plüschtierhase und wurde vor einigen Wochen im Bürgerhaus vergessen. Seitdem warte ich geduldig darauf, dass mich jemand erkennt und wieder nach Hause bringt. Vielleicht kennt mich ja jemand oder weiß, wem ich gehöre? Mein Besitzer vermisst mich bestimmt sehr – und ich vermisse die gemeinsamen Kuschelstunden mindestens genauso sehr.

Ich kann jederzeit im Bürgerhaus abgeholt werden und würde mich so waaaaahnsinnig darüber freuen, endlich wieder in die Arme meines Lieblingsmenschen zurückzukehren.

Karin Weiß



Anzeige

Ambulante Hilfen für Menschen mit Behinderung
in Stadt und Landkreis Rosenheim

Caritas
Nah. Am Nächsten

Unser interdisziplinäres Team berät Sie und Ihre Angehörigen gerne zu allen Fragen rund um das Thema „Behinderung“. Im Rahmen unserer **Offenen Behindertenarbeit**, des **Familienentlastenden Dienstes** und des **Ambulant Betreuten Wohnens** organisieren wir für Sie Unterstützung und Hilfsangebote.

Zu unseren Diensten gehört ein **Ambulanter Pflege- und Hilfsdienst** für Menschen mit Behinderung. Bei uns erhalten Sie auch den **Euro-WC-Schlüssel**.

Rufen Sie uns gerne an, für eine kurze Frage oder zur Vereinbarung für einen Beratungstermin.

Wir freuen uns auf Sie!

Caritas Ambulante Hilfen für Menschen mit Behinderung
Schießstattstraße 7
83024 Rosenheim
Tel. 0 80 31/20 57-0
rene.michael@caritas-muenchen.org
www.caritas-ambulante-hilfen-rosenheim.de

So sein. Und dabei sein



Quarkbällchen und Krapfen für die Faschingsfeier

Eine Spende des Fördervereins der Grundschule Prinzregentenstraße mit Unterstützung des Bürgerfonds

Der Förderverein der Grundschule möchte eng mit dem Sozialraum unserer Stadt zusammenarbeiten, um die Kinder und Familien gut unterstützen zu können. Ziel der Kooperation soll es sein, Bildung, Gemeinschaft und Chancengleichheit zu fördern und gemeinsam Angebote für die Schülerinnen und Schüler zu schaffen.

Dabei steht auch die Vermittlung der kulturellen Werte und das Kennenlernen der regionalen kulinarischen Bräuche im Vordergrund. Dabei wurde dieses und letztes Jahr die Faschingsfeier der Grundschule unterstützt. Mit einer Spende des Bürgerfonds und des Fördervereins konnte die Grundschule den Schülerinnen und Schüler kostenfreie Quarkbällchen und Krapfen anbieten. Feiern macht nochmal mehr Freude, wenn es etwas zu essen gibt.

Durch die Zusammenarbeit soll das soziale Miteinander gestärkt werden



und auch die Bekanntheit und Wichtigkeit des Sozialraums für die Familien verdeutlicht werden. Der Sozialraum dient als wichtige Ressource für die dort wohnhaften Familien und Bürgerinnen und Bürger.

Der Förderverein der Grundschule bedankt sich herzlich beim Bürgerfonds

für die großzügige Spende der Faschingskrapfen und Quarkbällchen sowie für die nette Kooperation. Dank dieser Unterstützung konnten sich die Kinder an Fasching über eine leckere Überraschung freuen und gemeinsam ein fröhliches Fest feiern.

Julia Baumann

Vorständin Förderverein Grundschule Prinzregentenstraße

Anzeige



Anzeige



Termine Stadtteilversammlung

Die Stadtteilvertretungen finden um 18:00 Uhr im Bürgerhaus „Miteinander“ in der Lessingstraße statt. Es sind ALLE Bewohner aus dem Rosenheimer Norden herzlich willkommen.

Der Stadtteil lebt und entwickelt sich weiter, wenn von den Bewohnern Interesse für ein harmonisches Miteinander gegeben ist. Wenn Sie Themenwünsche oder Anregungen haben, können Sie sich gerne melden. Ich würde mich freuen, Sie bei einer

der nächsten Stadtteilversammlungen begrüßen zu dürfen.

Kontakt: Karin Weiß,
Kontaktstelle bürgerschaftliches Engagement, Tel. 400 98 49
E-Mail: k.weiss@kinderschutzbund-rosenheim.de

Mittwoch 30. September
Donnerstag 26. November

Bananenflanke Rosenheim e.V. in Kooperation mit dem SV Westerndorf

Fußball für Kinder mit Beeinträchtigungen ist viel mehr als nur ein Sport. Er verbindet Menschen, stärkt das Selbstvertrauen und schafft Gemeinschaft. Auf dem Fußballplatz spielen Unterschiede keine Rolle – wichtig sind Teamgeist, Freude und gegenseitiger Respekt. Kinder mit Beeinträchtigungen erleben durch Fußball Bewegung, Erfolgserlebnisse und das Gefühl, dazuzugehören.

Besonders wichtig ist dabei, dass jedes Kind die Möglichkeit bekommt, mitzumachen. Manche Kinder brauchen dabei mehr Unterstützung, andere übernehmen die Verantwortung oder zeigen ihre spielerischen Fähigkeiten. Doch genau diese Vielfalt macht den Sport wertvoll. Trainerinnen und Trainer lernen, auf die individuellen Bedürfnisse der Kinder einzugehen und ein Umfeld zu schaf-

fen, in dem sich alle wohlfühlen können.

Bei der Bananenflanke Rosenheim e.V. haben wir mit den Trainern Claudia Ramke, Petra Ramke, Franz Röder, Hans Huber, Anton Felixberger und Julia Baumann als Unterstützerin sowie den Elterntrainern Martin Baumann und Gerhard Seehuber ein starkes Team, um auf die individuellen Bedürfnisse einzugehen und die sozialen Fähigkeiten zu stärken.

Auch in diesem Jahr stehen wieder einige Spiele bei der Bananenflanke Rosenheim e.V. an, dazu gehören die legendären Bananenflanken-Turniere in Landshut und München sowie ein Heimspiel im Juli in Westerndorf gegen die Rosenheimer Renegades.

Gerade bei diesen Spielen können die Profis der Bananenflanke ihr Können zeigen. Sie lernen, miteinander zu kommunizieren, Verantwortung zu übernehmen und sich gegenseitig zu helfen. Viele entwickeln durch den Sport mehr Mut und Selbstvertrauen, was ihnen auch im Alltag hilft.

Falls Sie Interesse an dem Team Bananenflanke Rosenheim e.V. haben, schauen Sie sich doch gerne unseren Bericht auf der „ARD Mediathek – Abendschau, der Süden“ an, kommen Sie bei uns freitags 15:30 Uhr beim SV Westerndorf live vorbei oder unterstützen Sie uns gerne als Mitglied oder als Sponsor unter rosenheim@team-bananenflanke.de. Euer Bananenflanken-Team Rosenheim e.V.

*Julia Baumann
2. Vorständin*



Borke, der Baum am Jump

Seit vielen Jahren stehe ich hier vor dem Jugendzentrum „JUMP“, vom Stadtjugendring Rosenheim. Meine Wurzeln reichen tief in die Erde, meine Äste haben schon viele Sommer, Stürme und Winter erlebt. Früher war es hier oft still. Doch seit einiger Zeit ist Leben eingekehrt – echtes, lautes, fröhliches Leben. Und ehrlich gesagt: Ich mag das.

Viele Nachmittage sehe ich Jugendliche durch die Tür des JUMP kommen. Manche schlendern langsam heran, andere kommen lachend mit Freunden im Schlepptau. Oft höre ich schon von draußen das Klackern der Billardkugeln oder das schnelle Tippen beim Tischtennis. Drinnen, da wird gespielt, geredet, gelacht und manchmal auch einfach nur entspannt.

Besonders gemütlich wirkt der Chillraum. Dort sitzen Jugendliche auf Sofas, schauen gemeinsam Videos, reden über Schule, Freundschaften oder das Leben allgemein. Manche nutzen das kostenlose WLAN, andere probieren die Tablets oder die VR-Brille aus und tauchen in völlig andere Welten ein. Und natürlich höre ich auch immer wieder die PlayStation – manchmal jubelnd, manchmal mit einem lauten „Nein!“ nach einem verlorenen Spiel.

Montags wird es schon früher lebendig. Dann ist Kids-Day von 15 bis 17 Uhr. Die jüngeren Besucher ab 10 Jahren flitzen besonders aufgeregt hinein und erzählen sich oft schon vor der Tür, worauf sie heute Lust haben. Ab 16 Uhr dürfen dann wieder alle Jugendlichen ab 12 Jahren kommen und bis 20 Uhr bleiben. Dienstag, Donnerstag und Freitag öffnen sich die Türen ebenfalls von 16 bis 20 Uhr für alle ab 12 Jahren.

Doch das JUMP ist viel mehr als nur ein Ort zum Spielen. Immer wieder

ziehen leckere Gerüche bis zu meinen Ästen hinauf, wenn drinnen gekocht wird. Bei den regelmäßigen Kochaktionen wird geschnippelt, gebraten und natürlich gemeinsam gegessen. An manchen Abenden bleibt das Jugendzentrum sogar länger offen. Dann wird besonders viel geredet, gespielt oder gemeinsam an Ideen gearbeitet.

Ich höre oft, wie die Jugendlichen ihre eigenen Themen mitbringen. Mal geht es um Musik, mal um Projekte, Aktionen oder einfach Dinge, die sie beschäftigen. Die Mitarbeitenden hören zu, überlegen gemeinsam und versuchen daraus etwas Cooles zu machen. Genau das scheint diesen Ort und den Stadtjugendring Rosenheim besonders zu machen: Hier dürfen Jugendliche mitgestalten.

Und wenn zwischendurch der Hunger kommt, hilft das Thekenteam.

Dort gibt es Getränke sowie kleine Snacks – und oft auch ein freundliches Wort.

In letzter Zeit beobachte ich allerdings auch etwas Trauriges. Direkt vor meiner Nase liegt der Bolzplatz. Einst voller Leben. Fußbälle flogen durch die Luft, Basketbälle prallten auf den Boden und überall hörte man Lachen und Rufen. Aktuell sind die Tore und Basketballkörbe abgebaut. Seitdem wirkt der Platz leerer als früher. Ich hoffe sehr, dass bald jeder mit mehr Bewegung und Leben auf den Platz zurückkehren kann.

Bis dahin stehe ich weiter hier. Ich spende Schatten im Sommer, lausche den Gesprächen und beobachte jeden Tag, wie das JUMP Jugendlichen einen Ort gibt, an dem sie willkommen sind – zum Spielen, Chillen, Reden, Lernen und einfach zum Zusammensein.

Tibi Binder





IMPRESSUM:

Herausgeber:

Kontaktstelle bürgerschaftliches Engagement. Verantwortlich für den Inhalt der Beiträge sind die Autoren.

Adresse:

Lessingstraße 77,
83024 Rosenheim
Tel. 08031- 4009849
E-Mail: k.weiss@kinderschutzbund-rosenheim.de

Redaktion:

Karin Weiß

Layout und Satz:

Atelier Winkler
dieter.winkler@cabenet.de

Fotos:

privat, Pixelio, Pixabay

Druck:

Brunner Druck + Design

Auflage: 3500

MITEINANDER erscheint zweimal im Jahr. Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 30.07.2004

Finanziert über den Bürgerfonds der Stadt Rosenheim



Stadt Rosenheim

Bastelfreunde aufgepasst!!

Herzlich Willkommen zum Basteln, Malen, Schneiden, Formen, Nähen, Filzen, Nageln ... und vieles mehr in der Bastelwerkstatt des Stadtjugendrings Rosenheim.

Seit es wieder wärmer ist, sind wir in unserem beliebten, bunten Bauwagen zwischen der Grundschule Erlenu und der Gaborhalle. Hier können wir wieder im Freien in unserem Pavillon sitzen, die Sonne genießen, oder den Schatten unter dem großen Nussbaum nutzen. Basteln in frischer Luft ist einfach schön!

Im Herbst, so um die Zeit der Herbstferien, ziehen wir wieder in unser Winterquartier in unseren Raum im Keller der Pfarrei St. Hedwig in der Pernauerstr. 22. Ihr erkennt uns an der Beachflag vom Stadtjugendring.

Wenn du zwischen 6 und 12 Jahre alt bist und Freude am Basteln und kreativ sein hast, dann bist du bei uns genau richtig!

Alle gebastelten Gegenstände dürfen natürlich mit nach Hause genommen werden.

Öffnungszeiten:

Sommer:

Dienstag und Donnerstag von 14:00 – 18.00 Uhr

Am Bauwagen ist keine Anmeldung nötig, man kann zu den Öffnungszeiten jederzeit vorbeikommen und mitmachen. Jede Basteleinheit dauert ca. 60 bis 90 Minuten.

Winter:

In unserem Winterquartier haben wir zwei Gruppen. Die erste von 14:00–15:30 Uhr und die zweite von 16:00 – 17:30 Uhr.

Hierfür ist eine Platzreservierung notwendig.

Unsere Ferienöffnungszeiten:

Sommerferien: 1.– 3. Ferienwoche jeweils Dienstag und Donnerstag von 9:00–13:00 Uhr geöffnet. Danach haben wir Sommerpause. Am 17.9. geht es wieder weiter

Herbstferien: Dienstag 3.11. Bastelworkshop „Adventskalender selber machen“

Erste Gruppe 9:00–13:00 Uhr,
zweite Gruppe 13:30–17:30Uhr
Unkostenbeitrag 5€, Anmeldung ab September möglich
Donnerstag, 5.11.26 geschlossen

den Räumen des Stadtjugendring Rosenheim, Teilnahme kostenlos

Unsere Kontaktdaten:

Fränzi Zimmermann unter Telefon: 0176/43806805 oder Erni Krapf unter 0176/43299196 oder E-Mail an bastelwerkstatt@stadtjugendring.de

Unser reguläres Angebot ist kostenlos – wir basteln alles, was Kindern Freude macht.

Liebe Eltern, besuchen Sie uns doch auf Instagram: [bastelwerkstatt_erlenau](https://www.instagram.com/bastelwerkstatt_erlenau), auf unserer Homepage www.stadtjugendring.de oder kommen Sie bei uns vorbei. Wir freuen uns auf ihre Kinder und auf Sie!

Weitere Termine

bei denen ihr uns findet:
25.9.26 Rosenheimer Mädchentag in

Transit Art Festival Juni 2026

Nach der Endorfer Au nun in der Lessingstrasse: Graue Wände werden bunt

„Heimwärts“ des Künstlerduos Sorati, eher bekannt als der Fisch am Parkhaus am Bahnhof, ist wohl eines der ersten bekanntesten Murals in Rosenheim. Seit 2020 gestalten internationale und nationale Künstlerinnen und Künstler im Juni großformatige Wandgemälde in der ganzen Stadt Rosenheim. Organisiert wird das jährliche Kunstfestival durch die Städtische Galerie Rosenheim. Inzwischen sind 40 dieser Murals (bunte und ausdrucksstarke Wandgemälde) in der Stadt zu entdecken.

2024 wurden erstmalig von Seiten der GRWS zwei Wohngebäude in der Endorfer Au zur Verfügung gestellt; dieses Jahr sind zwei weitere Fassaden in der Lessingstraße hinzugekommen.

Street Art ist eine Kunstform, die sich nicht ins Museum sperren lässt. Die Murals verbinden nicht nur künstlerisches und handwerkliches Arbeiten, sondern sie sind offene Einladungen zum Hinschauen. Das besondere an diesen Aktionen: Jeder der will, kann dem Künstler bei seiner Arbeit über

die Schulter schauen und so selbst hautnah und kostenlos miterleben, wie aus Fassaden Kunstwerke werden.

Während den künstlerischen Arbeiten in der Lessingstraße durch die Künstler Nean und Video.sckre selbst, finden parallel auch andere Aktionen vor Ort statt. In der Ausgabe im Dezember folgt ein ausführlicher Bericht mit Fotos.

Barbara Schwendenmann

Wo sollen wir hin?

Unser Bolzplatz in der Prinzregentenstraße ist plötzlich leer. Die Fußballtore und Basketballkörbe wurden jetzt von der Stadt abgebaut. Anscheinend gab es Beschwerden von Anwohnern wegen zu viel Lärm und nicht eingehaltenen Ruhezeiten. Dass manche manchmal zu laut waren, wollen wir gar nicht abstreiten. Aber es waren nur wenige – und jetzt müssen alle darunter leiden. Die meisten von uns haben sich an

die Regeln gehalten. Klar, beim Fußball oder Basketball ist es nicht komplett leise. Man ruft, jubelt und lacht. Aber das gehört zu einem Bolzplatz dazu. Trotzdem wurde einfach alles abgebaut, ohne wirklich mit uns zu sprechen. Bis heute wissen wir nicht einmal, wann die Tore wieder aufgebaut werden.

Für viele von uns ist der Platz ein wichtiger Treffpunkt. Dort konnten wir uns bewegen, Freunde treffen

und draußen Zeit verbringen, statt nur zuhause am Handy zu sitzen. Jetzt fragen wir uns: Wo sollen wir hin? Wenn wir zwischen Wohnhäusern spielen, werden wir dort oft auch weggeschickt. Auf Parkplätzen dürfen wir nicht spielen, auf Straßen sowieso nicht. Und nun gibt es auf unserem Bolzplatz nicht einmal mehr Tore.

Die Jugendlichen vom Bolzplatz





Seit dem 01.03.2026 bietet die Fachstelle Gerontopsychiatrie des Sozialpsychiatrischen Dienstes der Caritas in Rosenheim eine

Offene Sprechstunde: Seelische Gesundheit im Alter

an. Die offene Sprechstunde ist ein niedrigschwelliges Angebot für Menschen ab dem 65. Lebensjahr und bietet schnell und unbürokratisch Informationen, Beratung und Unterstützung zu

- Seelischer Gesundheit und Prävention
- Psychischen Erkrankungen, z.B. Altersdepressionen, Psychosen, etc.
 - Akute seelische Krisen und Traumata
 - Entlastung von Angehörigen
 - Gruppenangebote
- Vermittlung und Koordination geeigneter Hilfen
 - u.v.m...

Das Angebot findet jeden **ersten Montag im Monat von 14:00 bis 16:00 Uhr** im **Bürgerhaus „Miteinander“ in der Lessingstraße 77** statt.

Eine Anmeldung ist nicht nötig. Die Inanspruchnahme ist kostenlos.



Die Fachstelle Gerontopsychiatrie des Sozialpsychiatrischen Dienstes der Caritas Rosenheim lädt herzlich zu einem Vortrag mit dem Titel

„Seelische Gesundheit im Alter“

ein. Die Veranstaltung richtet sich sowohl an Betroffene und deren Angehörige, als auch an die interessierte Öffentlichkeit in allen Altersgruppen. Themen werden u.a. sein:

- Informationen über altersassoziierte seelische Erkrankungen (z.B. Demenz, Altersdepression, etc.) und deren Erkennung und Unterscheidung Psychischen Erkrankungen, z.B. Altersdepressionen, Psychosen, etc.
- Ein Überblick über wissenschaftliche Erkenntnisse zu ihrer Prävention und der Gesundheitsförderung im Alter
- Kontakt-, Informations- und Beratungsmöglichkeiten in Stadt und Landkreis Rosenheim

Die Veranstaltung findet am **Montag, den 28.09. von 16:00 bis 17:30 Uhr** im **Bürgerhaus Miteinander in der Lessingstraße 77** statt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Das Team der Fachstelle der Caritas hofft auf breites Interesse und freut sich über rege Teilnahme.

Außergewöhnliches Fotoshooting in der Sen.Ta.

Porträtfotos für Senioren? Verkleiden aber Stilvoll? Eleganz im hohen Alter?
Geht das? Und das in einer Seniorentagesstätte?

Ja das geht!

Am 09.März 2026 startete eine Betreuungsassistentin der Sen.Ta. Seniorentagesstätte ein Fotoshooting von ganz besonderer Art. Mit viel Fleiß und unglaublicher Kreativität entstanden Kostüme, Hüte, Stolen, Ketten, Ringe und vieles mehr. Ein ganzes Zimmer voll Verwandlungsmöglichkeiten.

Aber wann haben Sie sich das letzte Mal so richtig schön verkleidet, einen schönen Hut aufgesetzt, sich schicke Handschuhe angezogen und mit Ringen verziert? Wann haben Sie das letzte Mal in den Spiegel geschaut und gedacht: Wow, ich gefalle mir – auch wenn ich schon 89 Jahre alt bin.

Schöne Kleidung: sie ist ein Ausdruck von Würde und Selbstbestimmung. Eine Reise in die Vergangenheit. Wenn ein älterer Mensch in den Spiegel schaut und sich schön findet, dann ist das Lebensqualität. Durch unsere Por-

trätffotos haben unsere Gäste die Möglichkeit bekommen, ihre eigene Identität auszudrücken, Freude, Spaß und tiefe Emotionen zu empfinden. Voller Unglauben schauten sie in den Spiegel – und konnten die Verwandlung nicht fassen. Auch für uns Mitarbeiter waren diese Momente sehr wertvoll, denn im Alltag vergisst man allzu schnell, was für tolle Persönlichkeiten in einem alten Menschen stecken.

Die dabei entstandenen Bilder sind auch zu einem wertvollen Geschenk für ihre Familienmitglieder geworden.

Claudia Weiß





GIRL'S Day Küpferling

Ein Tag, der Türen öffnet: „Dein Tag, dein Weg!“ Tolle Idee und Projekt der MRS Rosenheim. „JUNG trifft ALT“

Bei diesem generationenübergreifenden Projekt verbringen Jugendliche Zeit mit älteren Menschen. Gemeinsam wird gelacht, gespielt und voneinander gelernt.



Fit und Vital bis ins hohe Alter

Die Bewohner sind von unserer Seniorenrainerin „VAL“ total begeistert. Unser Slogan „Fordern und F dern“ wird zu 100 % umgesetzt.

Gymnastik ist eine gute Möglichkeit, um im Alter fit zu bleiben. Dabei geht es nicht um große Bewegungsabläufe oder intensive Dehnübungen. Bereits einfache Gymnastik bungen im Stehen oder Sitzen fördern die Gesundheit von Senioren und Seniorinnen.



Sch ffler besuchen SeniorenWohnen Küpferling

Ein Sch ffler ist ein traditioneller Handwerker, der Holzfässer und andere Holzgef  e herstellt und der Namensgeber für den bekannten, nur alle sieben Jahre stattfindenden bayrischen Tanz.

Am Sch fflertanz durften ursprünglich nur unverheiratete Sch fflergesellen mit einwandfreiem Leumund teilnehmen.

Der Sch fflertanz, eine Tradition, die ursprünglich die Menschen nach einer Pestseuche aufmuntern sollte.

Neben den Tänzern gibt es Vort nzer, Fassschlager (die mit Hämmern auf Fässer schlagen), Spaßmacher („Kasperl“, die zum Beispiel die Lokalprominenz „derblecken“) und Reifenschwinger. Die Reifenschwinger schwingen Holzreifen, in denen auf einer kleinen Verdickung ein volles Wein- oder Schnapsglas steht, ohne etwas daraus zu verschütten. Abge-



sehen von den Spa machern, die ein buntes Kostüm tragen, sind alle in das Sch fflerkost m mit schwarzen Schuhen, den weißen Kniestr mpfen, schwarzer Kniebundhose, Schurzleder, roter Jacke und grüner Kappe mit weißem Federbusch gekleidet.



Anzeige

LEBENSSTIL IN ROSENHEIM

PARTNER DER STADT

CHANCE FÜR JUNGES FAMILIEN

KOMPETENZ FÜR ALLE

MEHR ALS VIER WÄNDE

Unsere Kernaufgabe ist die Bereitstellung von angemessenem Wohnraum, auch für Menschen in schwierigen Lebenslagen. Dabei reicht unser Engagement weit über das eigentliche Wohnen hinaus. Wir stehen für Qualität, Verlässlichkeit, Kundenorientierung und soziale Verantwortung.

Wohnungsba- und Seniorengesellschaft der Stadt Rosenheim mbH
www.gws-rosenheim.de

GRWS
erfahren, kompetent, sozial

ÜBER 30 JAHRE

Spezielle Demenzgruppe „Farben des Vergessens“

Blindverkostung durch unsere Pflegekraft Steffi.

Geschmack ist ein komplexes Zusammenspiel von Schmecken (Zunge), Riechen (Nase) und Tastsinn, das Aromen durch retronasale Wahrnehmung (Riechen über den Rachenraum) beim Kauen erzeugt. Die Zunge erkennt nur fünf Grundqualitäten (süß – sauer – salzig – bitter – umami), während die Nase für die komplexe Aroma-Differenzierung sorgt.



Rosali Sonnenschein

Mit Seifenblasen und vortrefflichen Steppeinlagen, Gesang und unermüdlichem Einsatz bringt sie unsere Bewohner immer zum Lachen und Staunen.

Wenn Rosali Sonnenschein in ihr Kostüm schlüpft, kann man erleben, wie sie sich nicht nur äußerlich verwandelt, sondern komplett in ihrer Rolle aufgeht.



Chansons im SeniorenWohnen Küpferling

Das Duo mit Susanne und Catherine bestand aus einer Sängerin und einer Pianistin. Das Repertoire ob Klassik, Oper, Operette, Schlager oder auch Chansons gaben sie zum BESTEN.

Unsere Bewohner waren total begeistert, die Stimmung war TOP, gemütlich und voller Gesang.

Wir werden das Duo sicherlich wieder einladen.



Märchenengel Angelika

Ist ein ... Mensch, Mama, Frau, Pilotin, Fallschirmspringerin, Rednerin, Märchenfee, Friedensengel, gebürtige Niederbayerin, DID-Komparsin und ich will 100 werden.

Sie vermittelt eine unerschütterliche Positivität und Lust aufs Leben.

Als ein Engel, der gerne ENGELT hat sie unser Haus besucht.

Ihre selbst geschriebenen Geschichten beinhalten viele interaktive Bestandteile. Angelika spielte live auf ihrem Akkordeon zünftige alte Lieder zum Mitsingen und Mitschunkeln.

Schee war's.

Ralf Schwärz



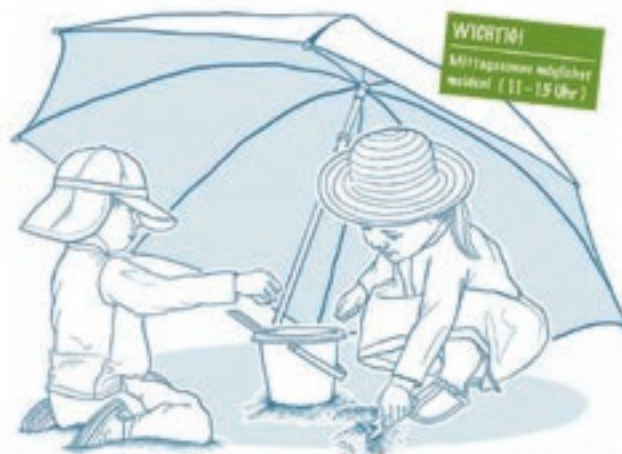
Anzeige



Anzeige



Sonnenschutz für Kinder



Schattige Plätze



Für Babys sind im 1. Lebensjahr grundsätzlich Schattenplätze unverzichtbar – Bäume, Sonnenschirme, Sonnensegel. Und auch danach gilt: **Pralle Sonne vermeiden!**

Kopfbedeckung



Kappe oder Tuch mit Schirm und Nackenschutz (Gesicht, Nacken und Ohren sind besonders empfindlich).

Kleidung



Sonnengerechte Kleidung bedeckt möglichst viel vom Körper, ist luftig und engt nicht ein; langärmelige Hemden oder T-Shirts, weit geschnittene, möglichst lange Hosen. Eine Sonnenbrille bereithalten.

Schuhe



Schuhe, die den Fuß – auch Ferse und Fußrücken – weitgehend bedecken, (z. B. sog. Espadrillos).

Eincremen



Alle ungeschützten Körperstellen mit speziell für Kinder geeignetem Sonnenschutzmittel einreiben. Im 1. Lebensjahr Sonnenschutzcremes wegen der empfindlichen Babyhaut möglichst vermeiden.

- Gegen UV-A- und UV-B-Strahlen
- Mit hohem Lichtschutzfaktor (LSF 30).
- Bei längerem Verweilen in der Sonne wiederholt auftragen.
- Am Wasser wasserfeste Mittel verwenden und nach jedem Baden erneut auftragen.

Was tun bei Cybermobbing?

Wenn dich Menschen beleidigen, belästigen oder fertig machen, dann ist das Mobbing. Mobbing im Internet – z.B. auf Instagram, TikTok oder in WhatsApp – nennt man Cybermobbing. Mobbing ist verboten und strafbar! Was kannst du tun? Tipps von www.klicksafe.de:

1. Ruhig bleiben

Atme tief durch, such dir etwas, womit du dich wohlfühlst und erzähle jemanden, was passiert ist. Es ist nicht deine Schuld!

2. Du bist nicht allein

Jedes Jahr werden mehr als 2 Millionen Kinder und Jugendliche gemobbt. Hol dir Hilfe bei jemanden, bei dem du dich sicher fühlst, z.B. deiner Familie oder deinen Freunden. Es gibt auch Beratungsstellen, an die du dich wenden kannst, oder das Kinder- und Jugendtelefon/Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“.

3. Halt die Angriffe fest

Sammele Beweise, z.B. screenshots, diese werden z.B. auch benötigt, wenn du zur Polizei gehst.

4. Blockieren, melden, löschen

Wenn du die Angriffe festgehalten hast (screenshots), kannst du dich verteidigen – du musst dir von niemandem etwas gefallen lassen. Du kannst diese Person(en) blockieren, auf WhatsApp oder Instagram kannst du sie auch melden.

5. Verteidige dich

Falls du dich traust, die Person anzusprechen, kannst du ihr sagen oder schreiben, dass sie dich verletzt hat. Am besten holst du dir dazu Hilfe. Bleib ruhig dabei und beleidige nicht zurück, das löst euren Streit nicht.

6. Am wichtigsten: Du bist toll!

Du bist toll, so, wie du bist. Denke immer daran. Niemand hat das Recht, dich zu beleidigen oder zu verletzen.

Weitere Tipps, Hilfe und Infos: www.klicksafe.de, www.juuuport.de, www.handysektor.de.

Barbara Heuel

Rosenheimer Medienfüchse beim Kinderschutzbund

Medienerziehung kann schon mal herausfordernd sein. Der Kinderschutzbund Rosenheim unterstützt dabei nicht nur Eltern mit individueller Beratung, Kursen und Workshops, sondern auch 3. bis 6. Klassen aller Schulformen: bei den Rosenheimer Medienfüchsen haben Schulen die Wahl zwischen verschiedenen Themen, vom ersten Handy über Zocken und Gaming, Social Media und Cybermobbing bis hin zu KI. Die Workshops werden in Stadt und Landkreis Rosenheim nach individueller Terminvereinbarung durchgeführt und kosten 100,- Euro pro Baustein. Dabei ist der Elternabend enthalten, bei dem die Kinder ihre Ergebnisse aus den Workshops präsentieren und die Eltern praxistaugliche Tipps zur Medienerziehung bekommen.

Info und Anmeldung:

Kinderschutzbund Rosenheim
Tel. 08031-12929,
medien-fuechse@kinderschutzbund-rosenheim.de.

Barbara Heuel



Der Kinderschutzbund
Orts- und Kreisverband
Rosenheim



Foto KI-generiert

Der Trostkoffer

Unterstützung für Familien in Zeiten von Trauer

Trauer verändert den Alltag – besonders aber dann, wenn Kinder betroffen sind.

Viele Eltern, Angehörige oder Bezugspersonen stehen in solchen Situationen vor der Frage, wie sie mit Kindern über Tod, Abschied und Verlust sprechen können.

Der Trostkoffer möchte hierbei eine einfühlsame Unterstützung sein. Der Trostkoffer ist ein speziell zusammengestellter Medienkoffer mit sorgfältig ausgewählter Literatur und Materialien zum Thema Trauerbewältigung mit Kindern. Enthalten sind unter anderem Bilderbücher, Vorlesebücher, Impulse zum gemeinsamen Gespräch sowie hilfreiche Anregungen, um Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken. Die Inhalte richten sich an Kinder im Alter von 3–12 Jahren sowie an Erwachsene, die Kinder in Trauer begleiten.

Ein besonderer Begleiter im Trostkoffer ist der kleine Engel „Charlie“. Er soll Kindern in schweren Zeiten Trost, Nähe und Geborgenheit schenken. Charlie darf die Familien dauerhaft begleiten und muss daher nicht zurückgegeben werden. So bleibt ein sichtbares Zeichen der Erinnerung und des Trostes auch über die Ausleihzeit hinaus erhalten.

Ziel des Angebots ist es, Familien in schweren Lebenssituationen Orientierung, Trost und Unterstützung zu geben. Bücher und Geschichten können dabei helfen, Worte für das Unbegreifliche zu finden und Kindern zu zeigen, dass ihre Gefühle wahrgenommen werden dürfen.

Der Trostkoffer kann ausgeliehen werden in der Stadtbibliothek Rosenheim sowie in den fünf Pfarrbüchereien der Stadt Rosenheim.

Ausleihstellen:

- Stadtbibliothek Rosenheim
- Bücherei Christkönig
- Bücherei St. Josef Oberwöhr
- Bücherei St. Quirinus Fürstätt
- Bücherei St. Hedwig Erlenau
- Bücherei Pang

Das Projekt wird von den Seelsorgerinnen und Seelsorgern der Stadtkirche Rosenheim und der Evangelisch-Lutherischen Kirche Rosenheim gemeinsam mit den Büchereien getragen.

Weitere Informationen finden Sie unter www.trostkoffer.de

Sie benötigen den Trostkoffer, haben Fragen oder den Wunsch nach Unterstützung, dann erreichen Sie das Team per E-Mail unter: trostkoffer-rosenheim@ebmuc.de

Sabine Ficile



Lesestoff direkt im Stadtteil die Bücherei Christkönig stellt sich vor

Wer gerne liest, hört, spielt oder einfach ein wenig stöbern möchte, muss im Rosenheimer Norden nicht weit gehen. Im 1. Stock des Pfarr- und Familienzentrums Christkönig am Kardinal-Faulhaber-Platz 7 befindet sich eine kleine, aber vielseitige Bücherei, die allen offensteht.

Rund 7.000 Medien warten hier auf Leserinnen und Leser jeden Alters. Vom Bilderbuch für die Kleinsten über spannende Kinder- und Jugendbücher bis hin zu Romanen, Sachbüchern und Hörbüchern für Erwachsene – die Auswahl ist groß. Auch Tonies, Hörspiele, DVDs, Spiele und Zeitschriften gehören zum Bestand und sorgen dafür, dass immer wieder Neues entdeckt werden kann.

Besonders praktisch: Die Ausleihe ist kostenlos. Für Erwachsene oder Familien fällt lediglich eine einmalige Anmeldegebühr von fünf Euro an.

Ein Blick in den Online-Katalog der Bücherei lohnt sich ebenfalls. Unter <https://www.eopac.net/christkoro/> kann jederzeit im gesamten Medienbestand gestöbert werden. Außerdem besteht dort die Möglichkeit sich als Leser oder Leserin online anzumelden. Sobald das Leserkonto angelegt und freigeschaltet ist, können über den Online-Katalog auch Medien reserviert sowie ausgeliehene Titel bequem verlängert werden.

Die Bücherei wird von einem engagierten Team aus rund 15 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern betreut. Sie kümmern sich um die Ausleihe, pflegen den Bestand und sorgen dafür, dass immer wieder neue Bücher und Medien für die Leserinnen und Leser bereitstehen.

Geöffnet ist die Bücherei:
mittwochs von 9 bis 11 Uhr,
freitags von 9 bis 11 Uhr
und von 16 bis 18 Uhr
sonntags von 10.30 bis 12 Uhr.

Die Bücherei Christkönig ist damit ein unkomplizierter Ort im Stadtteil: einfach vorbeikommen, stöbern, ausleihen – und vielleicht schon mit dem nächsten Lieblingsbuch nach Hause gehen.

Bücherei Christkönig,
Kardinal-Faulhaber-Platz 7 (1. Stock),
83022 Rosenheim
Tel.: 08031-187620,
buecherei.christkoenig@gmail.com

Sabine Ficile



Anzeige

SeniorenWohnen + BRK
Ihr Plus im Alter

Küpfertling
Unterstützen · Schützen · Pflegen

„Meinen Alltag heute habe ich geregelt.
Und für morgen habe ich vorgesorgt.“

Seniorenwohnen Küpfertling
Küpfertlingstr. 1-5, 83022 Rosenheim, Tel. 0 80 31 / 30 97 0
www.seniorenwohnen.brk.de

Anzeige

Mama oder Papa sein ist oft kein Kinderspiel.

Schreiereien, Tränen, Wutanfälle? Keine Sorge! Wir helfen und beraten rund um die Themen Kinder und Erziehung.

Anonym und kostenlos von allen Festnetz- und Mobiltelefonen aus erreichbar.

Das Elterntelefon hilft weiter:

 **Elterntelefon**
0800 1110550
NummergegenKummer

Deutsche Telekom – Partner der Nummer gegen Kummer

Das Elterntelefon ist ein bundesweites Angebot von Nummer gegen Kummer e.V. – Mitglied im Deutschen Kinderschutzbund.

www.nummergegenkummer.de

Raum für Achtsamkeit

im AWO Mehrgenerationenhaus Familienstützpunkt

Breites Programm für Jung und Alt – Digitaltag am 26. Juni mit Vorträgen und Workshops

Von Rede-Zeit bis Frauenkreis, von Filmnachmittag bis Digitaltag – es rührt sich was im AWO Mehrgenerationenhaus Familienstützpunkt; und zwar für Jung und Alt. Neben allerlei Altbewährtem findet sich auch eine ganze Reihe an Neuerungen im Programm.

So bietet sich mit der „Zeit zum Reden“ seit Kurzem eine Ruheinsel in unserer schnelllebigen Zeit, in der das Zuhören oftmals zu kurz kommt. Ein ehrenamtlicher Gesprächspartner widmet sich immer freitags von 11 bis 12.30 Uhr (oder nach Absprache) all jenen, die sich etwas von der Seele reden oder einfach nur erzählen wollen. Ergänzend dazu hilft Meditation (donnerstags von 18.30 bis 20.30 Uhr), das innere Gleichgewicht zu finden. Anmeldungen für beide Angebote sind möglich per E-Mail an rein@traumpuzzle.de.

Achtsamkeit und Mitgefühl stehen auch beim Frauenkreis im Mittelpunkt, der dienstags zwischen 19 und 21 Uhr im Saal im Erdgeschoss zusammenkommt. Bei den Treffen erhalten die Teilnehmerinnen Impulse für ihre persönliche Entfaltung und erleben persönliche Erfahrungsräume. Anmeldungen unter frauenkreis@coaching-akademie-rosenheim.de

Ein zauberhaftes poetisches Tanztheater erlebten im März die Besucher des Familiennachmittags, den die vier Rosenheimer Familienstützpunkte organisiert hatten. Die Begegnung mit der magischen Wolke Nuvola zog die Kleinen wie die Großen im Hans-Schuster-Haus in der Innsbrucker Str. in den Bann. Für kreative Momente sorgte die begleitende Bastelaktion, bei der die Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen konnten.

Farbenfroh ging's zu in St. Hedwig bei einer gemeinsamen Oster-Aktion mit der Bastelwerkstatt des Stadtju-



Magische Momente erlebten die großen und kleinen Besucher beim Musiktheater „Nuvola“. Den Familiennachmittag im Hans-Schuster-Haus hatten die vier Rosenheimer Familienstützpunkt organisiert.

gendrings und dem Sozialraumteam Nord. Und auch beim gemeinsamen Osterfest mit der AWO Krippe Kleine Bären waren die Spiel- und Bastelaktionen dicht belagert.

Mit wechselnden Themen lädt das monatliche Café Miteinander am zweiten Dienstag im Monat zum Gedankenaustausch in gemütlicher Runde. So machten die Besucher im März einen Zeitsprung ins Bonn der Jahre 1948/49; passend zum Weltfrauentag stand beim Kinonachmittag in Kooperation mit „Pro Senioren Rosenheim“ der Film „Sternstunde ihres Lebens“ auf dem Programm. Im Übergangsparlament, dem Parlamentarischen Rat, kämpfte die Abgeordnete und Juristin Elisabeth Selbert gegen alle Widerstände für die Aufnahme des Satzes „Männer und Frauen sind gleichberechtigt“ ins Grundgesetz der zukünftigen Bundesrepublik Deutschland.

Auf große Resonanz stieß der offene Café-Treff auch im April. Unter dem Titel „Pflegefall – was nun? Pflege organisieren – so geht’s!“ informierten ein Vorsorgeanwalt sowie ein Pflegeberater und der Pflegestützpunkt über Fragen rund ums Thema Pflege. Wertvolle Tipps gab’s etwa zu Unterstützungsmöglichkeiten und Entlastungen für pflegende Angehörige.

Chancengleichheit und gesellschaftliche Teilhabe werden im Mehrgenerationenhaus großgeschrieben. Im Rahmen des Projekts „Kultur für alle!“, für das sich das Kulturforum Rosenheim und die Sparkassenstiftungen Zukunft stark machen, vermittelt das Mehrgenerationenhaus daher regelmäßig kostenfreie Eintrittskarten für Menschen mit geringem Einkommen.

Breiten Raum in der Begegnungsstätte in der Ebersberger Straße 8 nimmt nach wie vor das Digitale Lernen



Breiten Raum nimmt die Digitalberatung durch Ehrenamtliche im AWO Mehrgenerationenhaus Familienstützpunkt ein.



Pinsel, Farbe und Fantasie – recht bunt ging’s zu beim Osterbasteln in St. Hedwig. Und natürlich fehlten auch die Eier nicht.

für Ältere und Menschen mit Beeinträchtigung ein, das Dank der finanziellen Unterstützung seitens der Dr. Will-Stiftung (Rosenheim Stadt) und der Sparkassenstiftung Zukunft für den Landkreis Rosenheim fortgeführt werden kann. Jeden Mittwoch (mit Ausnahme der Schulferien) schlüpfen SchülerInnen des Karolinen-Gymnasiums von 10.30 bis 12 Uhr in die Rolle des Lehrers und geben Hilfestellung im Umgang mit Handy und Co. Ergänzt wird das Lernangebot durch die digitale Mediensprechstunde sowie die digitale Lerngruppe. Weitere Infos dazu gibt’s unter Telefon 08031/941373-21.

Am Freitag, 26. Juni, von 9 bis 13 Uhr, ist das AWO Mehrgenerationenhaus wieder Gastgeber für den Digitaltag, der in Zusammenarbeit mit dem Digi-Netzwerk und mit Unterstützung durch ehrenamtliche Mitarbeiter durchgeführt wird. Dort stehen unter anderem Vorträge und Workshops zu Themen wie „Künstliche Intelligenz im Alltag“ oder „Wie finde und verwalte ich sichere Passwörter“ und „Sicher im WLAN“ auf dem Programm. Darüber hinaus erwarten die Besucher dort Infostände und Mitmach-Stationen.

Tina Matoussek

Ernährung und Bewegung bei Demenz

ausgewogen und aktiv begleiten!



Demenz ist ein wichtiges gesellschaftliches Thema, das Betroffene sowie Angehörige vor einschneidende Fragen und Herausforderungen in allen Alltagsbereichen stellt. Im Rahmen des Netzwerkes Generation 55plus bietet das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Rosenheim Bildungsveranstaltungen für pflegende Angehörige sowie haupt- und ehrenamtliche Betreuungspersonen an. Die Angebote zu den Themen „Essen und Trinken bei Demenz“ sowie „Bewegung bei Demenz“ sind kostenfrei.

Freude am Essen, Spaß an der Bewegung und Teilnehmen am sozialen Miteinander sind für Menschen mit Demenz wesentlich für Wohlbefinden und Lebensqualität. Die Versorgung ist jedoch oft eine Herausforderung für die Betreuungspersonen.

Zur Unterstützung bieten wir pflegenden Angehörigen sowie haupt- und ehrenamtlich Betreuenden Veranstaltungen zu „Ernährung bei Demenz“ und „Bewegung bei Demenz“.

Die Angebote sensibilisieren für die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz, geben Hilfestellungen für einen verständnisvollen Umgang mit Demenzerkrankten und bieten den pflegenden Angehörigen Raum zum Austausch. Bei unserem Sinnesparcours können Sie die altersbedingten Verluste des Seh-, Riech-, Hör-, Schmeck- und Tastvermögens am eigenen Körper testen. Verschiedene Hilfsmittel geben Ihnen Anregungen für eine bedarfs- und bedürfnisorientierte Mahlzeiten- und Umgebungsgestaltung.

Qualifizierte und geschulte Fachkräfte informieren im Rahmen des Netzwerkes Generation 55plus kostenfrei zu den Themen „Ernährung bei Demenz“ und „Bewegung bei Demenz“.

Ernährung bei Demenz – ausgewogen begleiten!

Die praxisnahen Ernährungsbildungsangebote vermitteln Hintergrundwissen zum veränderten Ess- und Trinkverhalten bei Demenz und sensibilisieren für mögliche begleitende Mangelkrankungen.

Je nach Angebotsschwerpunkt stehen verschiedene Möglichkeiten zur bedarfs- und bedürfnisorientierten Mahl-

zeitenauswahl und -gestaltung im Fokus – abgerundet durch alltagtaugliche Tipps.



Bewegung bei Demenz – aktiv begleiten!

Die Impulsveranstaltungen mit praktischen Einheiten zur Bewegung bei Demenz ermöglichen einen Überblick zu Daten und Fakten des Krankheitsbildes. Abhängig vom Fortschreiten und Schweregrad der Erkrankung zeigen Betroffene unterschiedliche Merkmale, psychische Verhaltensweisen und motorische Defizite. Für die verschiedenen Stadien der Erkrankung werden praktische Tipps zur Beweglichkeitsförderung im Alltag und im häuslichen Umfeld vorgestellt und in kleinen praktischen Einheiten vermittelt.

Gut zu wissen

Die Angebote richten sich an pflegende Angehörige sowie haupt- und ehrenamtliche Betreuungspersonen von Demenzerkrankten – vorwiegend im ersten und zweiten Stadium. Die Veranstaltungen sind keine Behandlungsmaßnahme.

Ansprechpartnerin für das Netzwerk Generation 55plus

Die Angebote zu den Themen „Ernährung bei Demenz“ und „Bewegung bei Demenz“ können auch von Gruppen gebucht werden. Kontaktieren Sie uns gerne.

Ansprechpartnerin

Christiane Huebner

AELF Rosenheim

Prinzregentenstraße 39, 83022 Rosenheim

Telefon: 08031 3004-1209, Fax: +49 8031 3004-1599

E-Mail: poststelle@aelf-ro.bayern.de

Christiane Huebner

Veranstaltungsangebote des Amtes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Rosenheim



Netzwerk Junge Eltern/Familien und Generation 55plus

Die gesunde Ernährung zu fördern ist eine Kernaufgabe unseres Amtes. Wir sind Ansprechpartner für die beiden Netzwerke in Stadt und Landkreis Rosenheim.

Das Netzwerk Junge Eltern/Familien bietet fundierte Unterstützung bei allen Fragen rund um die Themen Ernährung und Bewegung im Kleinkindalter (0 bis 6 Jahre). Speziell ausgebildete Referentinnen zeigen in Vorträgen und Workshops wie Sie als Mama, Papa, Oma, Opa oder Tageseltern gesundes Essen und körperliche Aktivitäten ganz leicht in den Alltag mit Kindern einbauen können.

In unseren Veranstaltungen zu Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft informieren wir werdende Eltern

zu wichtigen Fragen hinsichtlich eines gesundheitsförderlichen Lebensstils in der Schwangerschaft.



Das Netzwerk Generation 55plus unterstützt Menschen in der zweiten Lebenshälfte bei der Umsetzung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils. In Kooperation mit lokalen Ernährungs- und Bewegungsexperten sowie Personen und Institutionen, die im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention aktiv sind, bieten wir alltags- und praxisnahe Bildungsveranstaltungen zur Ernährung und Bewegung an.

Informationen zu unseren kostenlosen Veranstaltungsangeboten finden Sie unter:

Netzwerk Junge Eltern / Familien
www.aelf-ro.bayern.de/ernaehrung/familie

Netzwerk Generation 55plus
www.aelf-ro.bayern.de/generation55plus

Ansprechpartnerin
Netzwerk Generation 55plus / Netzwerk Junge Eltern/
Familien

Christiane Huebner
AELF Rosenheim
Prinzregentenstraße 39
83022 Rosenheim
Telefon: 08031 3004-1209
Fax: +49 8031 3004-1599
E-Mail: poststelle@aelf-ro.bayern.de



WAS IST LOS im Bürgerhaus „Miteinander“ in der Lessingstraße



Montag	1. Mo im Monat 14:00 – 16:00 14.00 – 18.00 Uhr	Sprechstd. „Seelische Gesundheit“ Cay-Saati – Türkischer Frauentreff
Dienstag	14-tägig: 09.00 – 12.00 Uhr 14-tägig: 09:00 – 12:00 Uhr 2./3./4. Di. im Monat 14.00 – 16.30 Uhr 2. Di. Im Monat 14.00 – 17.00 Uhr 17.00 – 19.00 Uhr 18.30 – 20.30 Uhr	Team KSB Team Hilfen im Alter Spielenachmittag für Senioren Malgruppe für Frauen Lernhilfe Musikgruppe
Mittwoch	2. Mi. im Monat 8.30 – 10.00 Uhr 14-tägig 14.00 – 17.00 Uhr	Bürgerfrühstück Interkultureller Kochtreff
Donnerstag	09.00 – 12.00 Uhr 10.00 – 14.00 Uhr Jeden 1. Do. im Monat 17.00 – 19.30 Uhr Jeden 2. Do. im Monat 16.00 – 18.00 Uhr 2./3./4. Do. im Monat 16.30 – 19.00 Uhr	Sozialraumteam Cay-Saati Repair-Cafe Schuldnerberatung Serbisch für Kinder
Freitag	09.00 – 11.00 Uhr 14-tägig: 12.00 – 15.00 Uhr 14-tägig: 12:00 – 15:00 Uhr 16.30 – 18.30 Uhr 19.00 – 22.00 Uhr	Spielgruppe (1 – 3 Jahre) Russischer Frauentreffpunkt Amiri afgahan. Frauengruppe Teestube Bosnische Volkstanzgruppe
Samstag	9:00 – 23:00 Uhr	Vermietungen
Sonntag	16:00 – 19:00 Uhr	Hazara afgahan. Volksgruppe



Ursula Miller
Verwaltung Bürgerhaus
Tel: 08031 / 23 78 78
Mail: miteinander.buergerhaus@rosenheim.de

Karin Weiß
Kontaktstelle bürgerschaftliches Engagement
Tel: 08031 / 400 98 49
Mail: k.weiss@kinderschutzbund-rosenheim.de