

Raum 2

10.30 – 16.00 BayernLab Vilshofen
BayernLab-Handy-Kurse für je 10 Personen
(immer mit den Themen: WhatsApp,
Schnelleinstellungen, Apps herunterladen)
um: 11:00 - 11:45 Uhr – 12:45 - 13:30 Uhr –
14:30 - 15:15 Uhr
Zwischen den Kurszeiten ist der Raum für
jedermann geöffnet und es können
3 Themeninseln zum 3D-Drucker,
Virtuelle Realität und Drohnen (mit
Drohnenflugsimulator) bestaunt werden.

Foyer Sonnen-Therme:

10.00 – 16.00 Infostand vhs Stadt und Landkreis Passau
10.00 - 16.00 Infostand AOK Bayern
„Herzgesund essen – mediterran genießen“
AOK-Ernährungsberaterin Karin Brauneis
gibt Tipps wie Sie mit der richtigen Ernährung
Herzerkrankungen vorbeugen können.

Vorplatz:

10.00 – 16.00 Infostand Verkehrswacht Stadt und Landkreis
Passau mit Vorführung Simulator E-Bikes
10.00 – 16.00 Frauenbund Eging a.See mit Verkostungsstand
11.45 – 12.15 Kräuterspaziergang mit Sonja Urlberger,
vhs Stadt und Landkreis Passau



Welt- Senioren-Tag

im Rahmen
50 Jahre
Landkreis Passau –
Von wegen ALT!



1. Oktober 2022
von 10.00 – 16.00 Uhr
in der Sonnen-Therme
Eging a.See

Grußwort des Landrats

Jeder Tag ist
Weltseniorentag!



Was verbinden wir mit dem Begriff „Alter“? Hoffentlich mehr als nur Themen wie Pflege, Krankheit oder Betreuung. Älter werden heißt auch neue Erfahrungen machen, neue Lebensinhalte finden, neue Formen des Wohnens entdecken und vieles mehr. Diese ganzheitliche Sicht ist das Ziel des Weltseniorentages, den der Landkreis Passau unter Federführung unserer Fachstelle Senioren mit einem vielfältigen Programm veranstaltet. Den vielen Organisationen und Initiativen, die dazu ihren Beitrag leisten, gilt mein Dank. Ich bin überzeugt, dass bei der Fülle der Angebote sowohl Seniorinnen und Senioren als auch Angehörige und Menschen aller Altersstufen angesprochen werden. Letztlich geht es um ein außerordentlich wichtiges Thema, das uns alle betrifft – und zwar nicht nur an einem Aktionstag wie diesen, sondern immer! Denn: Jeder Tag ist Weltseniorentag.



Landrat Raimund Kneidinger

Informationen zum Weltseniorentag

Landratsamt Passau
Fachstelle Senioren
Daniela Schalinski, Tel. 0851/397-318 oder
daniela.schalinski@landkreis-passau.de,
www.landkreis-passau.de

Programm:

10.00 **Begrüßung** durch
stv. Landrätin Cornelia Wasner-Sommer,
1. Bürgermeister Walter Bauer, Eging a. See,
und Edwin Urmann, AOK Bayern,
mit musikalischer Umrahmung durch
Harmonika- und Heimatverein Eging a. See

Raum 1:

- 10.00 Begehbares Herz im Rahmen des
Schwerpunktthemas „Hand aufs Herz“ mit
Infostand Gesundheitsregion^{plus} und Herz-Quiz
10.30 + 11.00 + 11.30 + 12.00 + 14.30 + 15.00 +
15.30 Uhr – Defi-Vorführungen und Erster Hilfe
Kurs durch BRK Kreisverband Passau
- 10.00 – 16.00 Infostand Fachstelle Senioren,
Landratsamt Passau
- 10.30 – 16.00 Filzen und Seidenmalerei mit Petra
Niekrawitz, vhs Stadt und Landkreis Passau
- 10.30 – 10.45 Gehirnjogging mit Lisa Fraunhofer,
Gesundheitsregion^{plus}
- 10.45 – 11.00 Vortrag Gesunde Ernährung; Bewegung,
Entspannung mit Lisa Fraunhofer,
Gesundheitsregion^{plus}
- 11.00 – 11.20 Herz Qigong mit Matthias Rath,
vhs Stadt und Landkreis Passau
- 11.30 – 11.45 Fit im Alter mit Gerlinde Kaupa,
Seniorenbeauftragte Landkreis Passau
- 11.45 – 12.15 Kurzvideos der deutschen Herzstiftung
- 13.00 – 14.00 Konzert mit Gerald Pernerstorfer
- 14.30 – 14.50 Flotte Füße mit Anja Giese,
vhs Stadt und Landkreis Passau
- 15.00 – 15.15 Gehirnjogging mit Lisa Fraunhofer,
Gesundheitsregion^{plus}
- 15.30 – 15.45 Fit im Alter mit Gerlinde Kaupa,
Seniorenbeauftragte Landkreis Passau
- ab 15.30 Verlosung Herz-Quiz, Gesundheitsregion^{plus}

