

## Senior\*innenprogramm 2024

Veranstaltungen

Aktenzahl: h519.9-3/2023

Hohenems, am 21.12.2023

### Vorträge „Pflege im Gespräch“

**Kort.X – das bewegte Hirntraining.**

Steigerung der Gedächtnisleistung und Beweglichkeit – Isabelle Naumann  
Mittwoch, 06. März 2024, 16:00 Uhr, Pfarrsaal St. Karl

**Finanzierung häuslicher Pflege und Heimaufenthalt – Brigitte Lederle, BH Dornbirn**

Montag, 13. Mai 2024, 19:00 Uhr, Pfarrsaal St. Karl

**Ist das schon Demenz oder noch „normale“ Vergesslichkeit – Dr. Michael Moosbrugger**

Herbst 2024

### Seniorenangebote

**Kort.X – das bewegte Hirntraining**

Sie möchten Ihre Agilität und Merkfähigkeit erhalten oder verbessern und bis ins hohe Alter fit bleiben? Das Training ist für jedes Alter geeignet  
Anmeldung und Information: Isabelle Naumann, E-Mail [info@physiovisite.at](mailto:info@physiovisite.at); Tel. 0664/4502811 oder in der Sozialabteilung Hohenems, Sabine Aberer, Tel. 05576/7101-1221.

**Jassnachmittag:** Jeden Mittwoch, von 14 bis 18 Uhr, Arbeitervereinsheim., Im Wingat 3.

Grundkenntnisse im Jassen von Vorteil, Anmeldung ist nicht notwendig.  
Kontakt: Elisabeth Hoch, Tel. 0680/3270499

**Singen für Körper, Geist und Seele:** Jeden Dienstag ab 14 Uhr, Cafe Schatz

Kontakt: Erika Mathis, Tel. 0664/5268944

**Gemeinsames Stricken:** Jeden Freitag, ab 14 Uhr, Cafe Schatz

Kontakt: Erika Mathis, Tel. 0664/5268944

**Orientierungsgespräche für Menschen mit Demenz und deren Angehörige:** Die Diagnose Demenz stellt Betroffene und deren Angehörige vor viele Fragen. Das Team der Servicestelle für Betreuung und Pflege organisiert ein Gespräch mit einer Expertin oder einem Experten. Das kann Klarheit für die nächsten Schritte schaffen, damit der Alltag zu Hause besser gelingt.

Tel. 05576/73277-504 oder [servicestelle@hohenems.at](mailto:servicestelle@hohenems.at)

**Tagesbetreuung:** Den Tag einmal anders erleben – das unterstützen die MOHI-Helferinnen, wenn sie sich um das Wohl der Tagesgäste kümmern. Neben alltäglichen Dingen bleibt Raum für gemeinsame Gespräche, Spiele, Feiern, Gedächtnistraining, Spaziergänge oder einfach nur Geselligkeit. Es wird versucht, den Besuchern so viel Eigenständigkeit wie möglich und so viel Betreuung wie gewünscht wird, anzubieten. Die Tagesbetreuung kann am Montag, Mittwoch und Freitag von 14 bis 18 Uhr in Anspruch genommen werden.  
Kontakt: Frau Nenning oder Frau Geiger, Tel. 0664/9161710

**Werkraum für Männer:** Arbeiten mit Holz! Unter Anleitung findet jeden Donnerstag, von 14 bis 17 Uhr ein gemeinsames Werken statt. Ort: Senecura Hohenems-Markt.  
Kontakt: Elke Zerlauth, Tel. 0664/5144741

**Musikkuriere:** Livemusik genießen im eigenen Garten: Ehrenamtliche „Musikkuriere“ bringen älteren Hohenemserinnen und Hohenemsern Konzerte der besonderen Art dar. Personen, die nicht mehr „gut zu Fuß“ oder anderweitig eingeschränkt sind, kommen mit einem neuen Angebot zu einem ganz privaten kleinen Konzert. Das Angebot ist gratis, die beteiligten Musikkuriere kommen ehrenamtlich, ihr Besuch ist auf drei bis fünf Musikstücke beschränkt. Kontakt: Stadt Hohenems, Seniorenreferat, Tel. 05576/7101-1224, E-Mail [soziales@hohenems.at](mailto:soziales@hohenems.at)

**Radeln ohne Alter:** Die Pilotinnen und Piloten des Vereins „zemmhealfa“ laden interessierte Fahrgäste zu einer gemeinsamen Ausfahrt ein – einfach anrufen, Termin vereinbaren und sich auf eine fröhliche Rikschafahrt freuen. Kontakt: Verein zemmhealfa, Tel. 0664/80180-1930, E-Mail [hohenems@radelnohnealter.at](mailto:hohenems@radelnohnealter.at)

### **Gemeinsamer Mittagstisch in den Hohenemser Gasthäusern**

Einladungen sind Seniorinnen und Senioren aus Hohenems, die gerne gelegentlich oder regelmäßig in geselliger Atmosphäre mit Anderen Mittagessen möchten. Der Mittagstisch findet zweimal pro Monat in Hohenemser Gasthäusern statt (ausgenommen Juli und August) und wird von freiwilligen Helfern des Vereins zemmhealfa begleitet, bei Bedarf wird auch ein Fahrdienst vermittelt.

Die Termine werden im Gemeindeblatt veröffentlicht.

### **Information/Anmeldung:**

Stadt Hohenems, Seniorenreferat, Tel. 05576/7101-1224 **spätestens 2 Tage** vor dem gewünschten Mittagstischtermin.

**Seniorentaxi:** Erleichterung im Alter und Alltag: Seniorinnen und Senioren, welchen aus gesundheitlichen Gründen das Lenken eines eigenen PKWs wie auch die Nutzung von Linienbussen erschwert ist, können eigens für sie vorgesehene Taxibons erwerben. Die beteiligten Taxiunternehmen Mathis und Wüstner befördern die Fahrgäste bei Bedarf mit Einstiegshilfen von Tür zu Tür; die Verwendung von Rollatoren ist möglich.

Kontakt: Stadt Hohenems, Tel. 05576/7101-1134, E-Mail [anton.amann@hohenems.at](mailto:anton.amann@hohenems.at)