



Neuigkeiten vom Seniorenbeirat

Sorgentelefon

Der Seniorenbeirat hat eine Hotline für Senioren eingerichtet:

Auch die nicht so mobilen Menschen, die gehindert sind, unsere Sitzungen zu besuchen, sollen das Recht und die Möglichkeit haben, an der „Bürgerfragestunde“ teilzunehmen. Sie können ihre persönlichen Ängste und Sorgen sowie Ideen zur Verbesserung ihrer Lebenssituation in unserem schönen Appen kundtun. Natürlich gibt es auch brisante Themen und vertrauliche Angelegenheiten, die nicht in der Öffentlichkeit genannt und diskutiert werden dürfen.

Das Sorgentelefon ist von Montag bis Freitag von 9.00 Uhr bis 18.00 Uhr besetzt.

Die Telefonnummer lautet: 01520 38 71 730

Smartphone-Kurse

Mit großer Neugier, Wissensdurst und Begeisterung wurden die vom Seniorenbeirat organisierten Smartphone-Kurse in Zusammenarbeit mit der VHS Pinneberg angenommen. Wir ernten so viel Dankbarkeit von vielen Teilnehmern, die endlich erfahren und verstehen können, was alles in diesen Smartphones steckt. Das motiviert uns, weiter zu machen. Da Fördergelder vom Seniorenbeirat beantragt wurden und von Gemeinde und Land bereitgestellt wurden, können wir weitere Anfängerkurse für eine Kostenbeteiligung von 10.00 €/Kurstag (ca. 3 Stunden) anbieten. Der Start ist dann im November und Fortsetzung im neuen Jahr.

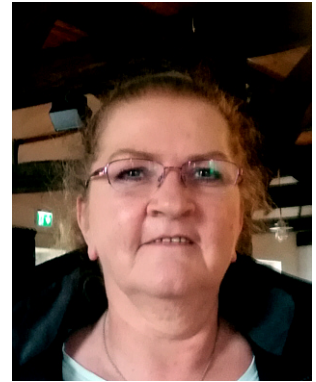
Wir freuen uns auf Ihre telefonische Anmeldung bei:

**Ingrid Wentorp
0163 23 16 211**

Nachwahlen im Seniorenbeirat

Im August 2021 ist die stellvertretende Vorsitzende des Seniorenbeirates Angelika Oetkeaus persönlichen Gründen aus dem Seniorenbeirat ausgeschieden. Wir danken ihr für die Mitarbeit und wünschen ihr alles Gute.

Als Nachfolgerin wurde **Evelin Steindecker** einstimmig gewählt.



Sport für Senioren

Waltraud Hörmann, Vorsitzende des DRK Ortsvereins Appen, und Inge Steinke die diese Angebote betreut, berichteten in unserer öffentlichen Sitzung am 06. September 2021 über Bewegungsangebote für Senioren unter dem Motto „Appen Bewegen“. Das Angebot des DRK Ortsvereins Appen bietet Kurse an in Pilates, Qigong, TAI CHI. Hierbei handelt es sich um leichte gymnastische Übungen, die jeder mitmachen kann – und wenn es mal doch zu schwer ist, setzt man einfach aus. Diese Übungen dienen der körperlichen und geistigen Entspannung, Erhaltung und Förderung der Beweglichkeit und Sensibilisierung des Gleichgewichtes.

Frau Hörmann betonte mehrfach, dass diese Kurse NICHT in Konkurrenz zum TuS Appen stehen.

Außerdem finden geführte Wanderungen (kurze Strecken für Senioren) statt, damit alle Senioren mitmachen können. Außerdem bietet der DRK Ortsverein Appen, im Auftrag der Gemeinde, Seniorennachmittage mit Kaffee und selbstgebackenem Kuchen und Spielen an.

Alle Veranstaltungen finden in kleinen Gruppen und unter den geltenden Corona-Auflagen statt und bedürfen der Anmeldung

bei Frau Waltraud Hörmann
Telefon: 0173/049 754 20
E-Mail: waltraud.hoermann@gmx.de

Sitzungen

Die nächste öffentliche Sitzung des Seniorenbeirates findet am 01. November 2021 um 16.00 Uhr im Bürgerhaus statt, zu der wir Sie herzlich einladen.

Die Tagesordnung wird rechtzeitig in den Schaukästen in Appen ausgestellt. Im Dezember und Januar finden keine Sitzungen statt. Ab Februar 2022 tagen wir im Wesentlichen jeden 1. Montag im Monat um 16.00 Uhr im Bürgerhaus. Sie sind herzlich eingeladen.

Ingrid Wentorp