

Uhrzeit	vhs Vortragsraum	vhs Seminarraum	vhs Studio 1	vhs Studio 2	vhs Studio 3	vhs Küche	vhs Malraum	vhs EDV-Raum	Sprachraum 1	Sprachraum 2
10.30	Eröffnungsvortrag mit Diskussion „Alter betrifft uns alle“ mit Claus Fussek (Konzertsaal Musikschule)									
12.00	Messestände und Vorführung Hörgeräte zur Unterrichtsunterstützung für Hörbeeinträchtigte, Infostand Sportbootführerschein und Segeln und vieles mehr ...	Feng Shui <i>Katrin Crone</i>	Mitmach Yoga <i>Angelika Vollert</i>	Qi Gong <i>Yvonne Halaz</i>		Show-cooking und Tasting	Gastro Getränke, Kaffee, Kekse, Aufenthalt	Handycoaching bei unseren Coaches <i>Simon Dichtl</i> <i>Christoph Springl</i> <i>Sebastian Langner</i> <i>Maxi Liepold</i>	Arbeitskreis Wohnen im Alter stellt seine Projekte vor	Ahnenforschung <i>Herr Wiedemann</i> 12.15 – 12.45 Uhr
13.00		Vorsorgevollmacht, <i>Kristina Häfner</i>	Mitmach Yoga <i>Angelika Vollert</i>	Qi Gong <i>Yvonne Halaz</i>				Training Apps Gesundheitsdaten <i>Jörg Schiemann</i>		Ahnenforschung <i>Herr Wiedemann</i> 13.15 – 13.45 Uhr
14.00		Lesung „Die Donau war nicht an allem schuld“ <i>Helga Sedlak</i>	Intension <i>Monika Wirth</i>	Gymnastik <i>Monika Bätz</i>						
15.00		Früher in Rente <i>Steffen Arndt</i>	Intension <i>Monika Wirth</i>	Gymnastik <i>Monika Bätz</i>	Mitmachvortrag Lernen im Alter <i>Brigitte Adorno</i>					
16.00	Ende der Veranstaltungen									

**vhs**  
**Aktionstag**  
„Alter(n)“  
23. März 2019

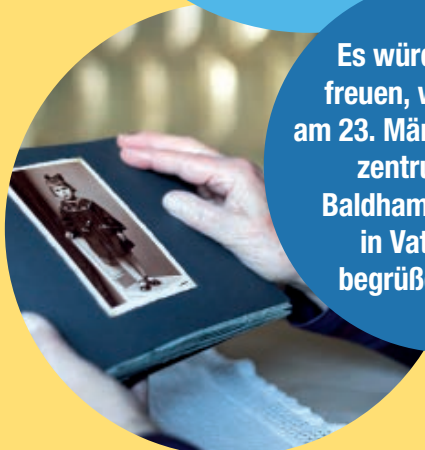
Im Eingangsbereich vhs Infotisch und Beratung / Wegweiser

12–13.30 Uhr „Wiedereinstieg ins Sprachenlernen“, Büro Peter Lang, Fachbereichsleiter Sprachen

Ab 12 Uhr zu jeder vollen Stunde Beratung Studium Generale, Büro Bettina Nölle-Budka, Fachbereichsleiterin Kultur

**Kooperationsprojekt der Gemeinde, der Volkshochschule und der Musikschule Vaterstetten**

Die vhs Vaterstetten führt in Kooperation mit der Gemeinde Vaterstetten, der Musikschule Vaterstetten und dem Seniorenbeirat am Samstag 23. März erstmalig den Aktionstag „Alter(n)“ durch. Ziel dieser Aktion ist es, das wichtige Thema „Alter(n)“ zu thematisieren, mit den Bürgerinnen und Bürgern ins Gespräch zu kommen und zu zeigen, welche Angebote es vor Ort bereits gibt und sich auszutauschen, welche Angebote für die Zukunft wichtig sind und welche Konzepte es weiterhin zu bearbeiten gilt. Auf Initiative des Seniorenbeirates – Arbeitskreis Wohnen im Alter – haben sich die vhs und die Musikschule gerne bereit erklärt, die Veranstaltung im Bildungszentrum an der Baldhamer Straße 39 in Vaterstetten durchzuführen.



Es würde uns sehr freuen, wenn wir Sie am 23. März im Bildungszentrum an der Baldhamer Straße 39 in Vaterstetten begrüßen dürften!



Neben einem hochkarätigen Eröffnungsvortrag mit dem deutschlandweit bekannten Pflegekritiker Claus Fussek haben die beiden Bildungseinrichtungen ein umfangreiches Informations- und Mitmachangebot organisiert. Auch der Seniorenbeirat wird seine Projekte vorstellen. Die Übersicht der Angebote finden Sie oben und unten.

Zusätzlich bieten wir den Vereinen, Organisationen und Institutionen in der Gemeinde Vaterstetten die Gelegenheit, sich und ihre Arbeit im Bereich „Alter(n)“ mit einem Infostand zu präsentieren.

**Angebot der Musikschule Vaterstetten**



Uhrzeit	Foyer Musikschule	MFE-Raum	U 12	Konzertsaal	U6
10.30	Eröffnungsvortrag mit Diskussion „Alter betrifft uns alle“ mit Claus Fussek (Konzertsaal Musikschule)				
11.45	Infostände der Musikschule	Sitztänze für ältere Menschen <i>Frau Mzyk</i>	„Klavierspielen hält jung“ für Anfänger und Wiedereinsteiger <i>Frau Bergmann</i>	„Trommeln macht Spaß“ Gemeinsam im Takt <i>Frau Buchecker</i>	„Akkordeon wieder beliebt“ <i>Herr Buck</i>
12.45					
13.45				„Chorsingen für Frauen“ Frauenchor der Musikschule mit <i>Frau Haiber</i>	
14.45		Rhythmikangebote mit Bewegung zur Sturzprophylaxe <i>Frau Mzyk</i>	Hackbrettspielen für Anfänger <i>Herr Ebel</i>		
15.30	Offenes Singen für Jung und Alt „Lieder von früher“ <i>Frau Mzyk</i>			Musiktherapie im Alter bei Demenz <i>Frau Köthe</i>	„Flinke Finger“ Gitarre und Bouzouki <i>Herr Kyritsis</i>
16.00	Ende der Veranstaltungen				

Beratung + Schnuppern von 12.30–15.30 Uhr in Blockflöte, Klavier, Hackbrett, Akkordeon, Trommeln und Gesang

- Beteiligte Lehrkräfte**  
 E. Mzyk: zertifizierte Musik-Geragogik-Fachkraft  
 I. Köthe: Musiktherapie  
 G. Bergmann: Blockflöte, Klavier  
 G. Ebel: Hackbrett  
 J. Buck: Akkordeon  
 R. Buchecker: Trommeln  
 C. Haiber: Gesang  
 M. Kyritsis: Gitarre, Bouzouki

Der Eröffnungsvortrag wird live im Internet übertragen