

Regelmäßige Angebote für "Corona-Zeiten":

AUGSBURG: Impulsheft "Miteinander durch die Krise" alle 3 Wochen

Die Augsburger KollegInnen stellen unter dem Motto "Miteinander durch die Krise" auf ihrer Homepage seit November wieder "Corona-Briefe" zur Verfügung - allerdings nicht mehr wie im Frühjahr und Sommer wöchentlich, sondern "nur(!)" noch alle 3 Wochen:

- Jedes Heft enthält Anregungen für den gesamten Bereich der Seniorenarbeit von pfarrlichen Seniorengruppen bis hin zur Seelsorge und Beschäftigung in Einrichtungen der Altenhilfe: Geistliche Impulse, Gebete, Anregungen zu Gedächtnistraining, Bewegung und vieles mehr. Wählen Sie aus der Fülle das aus, was für Sie geeignet erscheint!
- Alle Inhalte können sie ausdrucken, kopieren, weiterleiten oder in eigene Publikationen übernehmen - natürlich **mit Quellenangabe**: <https://bistum-augsburg.de/Seelsorge-in-den-Generationen/Altenseelsorge/Corona-Miteinander-durch-die-Krise>

LANDSHUT: Christliches Bildungswerk (CBW)

Das Christliche Bildungswerk Landshut (CBW) stellt (fast) jeden Tag neue Übungsblätter und Anregungen für kleine Übungen aus seinem Kursbereich "Gedächtnistraining und mehr" sowie weitere Anregungen, Tipps, Ideen zur Verfügung:

Übungsblätter und Anregungen für kleine Übungen aus unserem Kursbereich Gedächtnistraining und mehr

<https://www.cbw-landshut.de/index.php?id=1645>

WIEN: "Fit für Körper und Geist!" Täglich ein Blatt zum Ausdrucken (Erzdiözese Wien)

Die SeniorInnenbildung im Kath. Bildungswerk der Erzdiözese Wien startet eine Aktion, um auch an jene SeniorInnen zu denken, die keinen Internetzugang haben. Von März bis Mai gab es hier täglich ein Blatt zum Ausdrucken unter dem Motto "Fit für Körper und Geist!":

<https://www.bildungswerk.at/content/lima/articles/2020/03/19/a6077/>

Ab Okt. 2020 neue Blätter

<https://www.bildungswerk.at/content/lima/0/articles/2020/10/05/a6218/>

ÖBERÖSTERREICH: "SelbA-Aktiv für ALLE zu Hause" zum Download und Mitmachen

"SelbA" das "Geschwisterprojekt" in Oberösterreich zu unserem "LeA" (Lebensqualität im Alter) bietet auf seiner Homepage unter der Rubrik "SelbA-Aktiv für ALLE zu Hause" eine Menge zum kostenlosen Download und Mitmachen: Übungsblätter zum Gedächtnis- und Bewegungstraining, Mitmachvideos und Lieblingsübungen einiger SelbA-TrainerInnen, die man ganz einfach vor dem Bildschirm mitmachen kann sowie die SelbA-Aktiv Radiosendung zum Nachhören. Dazu gibt es noch eine Digitale Hotline und den "SelbA-Online Talk".

Zudem gibt es z. B. ähnlich wie bei der Wiener KEB eine Aktion "Gemeinsam gegen die Einsamkeit", mit der genau jene, die zur Risikogruppe gehören, selber nicht mobil und alleine zuhause sind, unterstützt werden (gleich oben auf der Seite).

<https://www.dioezese-linz.at/site/selba/home/featured/article/142434.html>

- Übungsblätter für die Zeit zuhause: <https://www.dioezese-linz.at/site/selba/service/interessantes>
- ZusammenSpiel der Generationen. 114 Spiele, Lieder und Anregungen: <https://www.dioezese-linz.at/site/selba/service/selbashop/article/151813.html>

FREIBURG

Auf der Homepage der Freiburger KollegInnen sind zahlreiche Vorschläge für die Corona-Krise zusammengestellt: https://www.seniorenweb-freiburg.de/html/content/mutmach_ideen_in_zeiten_von_corona.html