

Hand in Hand Alltagshelfer
www.handinhand-alltagshelfer.de - kontakt@handinhandalltagshilfe.de
030/ 850 18 222 oder 0151/ 56 127 858



**Montag bis Freitag
10.00 Uhr bis 16.00 Uhr**

Seniorenclub mit Pfiff in Panketal – Neue Kärntner Straße 64 – 16341 Panketal

Unser Programm für Sie! Bitte melden Sie sich für eine Teilnahme an!

Dienstag

10.00h bis 12.00 Uhr – Seniorenfrühstücksrunde

Mit aktuellen Themen: Sicherheit vor Trickbetrug - Sicher und selbstbestimmt im Alter –
Vorsorge und Betreuung im Alter – Was tun gegen Einsamkeit im Alter? - Vereinfachte
Steuererklärung für Senioren – Sturzprävention – Gedächtnistraining – Themen die Sie
bewegen u-v-m.

11.00h bis 12.00h – Gedächtnistraining

**14.00h bis 16.00h – Seniorenkaffeegedeck (Kaffee und Kuchen) – mit aktuellen Themen
und Austausch**

Mittwoch

10.00h bis 12.00h – Seniorenfrühstücksrunde - mit aktuellen Themen

12.00h bis 13.00h – Feinmotorik Training - mehr Kraft in den Händen

14.00h bis 16.00h – Seniorenkaffeegedeck (Kaffee und Kuchen) - Spielerunde

Freitag

10.00h bis 12.00 Uhr – Seniorenfrühstücksrunde - mit aktuellen Themen

11.00h bis 12.00h - Seniorensport – Schmerzfrei bis ins hohe Alter

14.00h bis 16.00h – Seniorenkaffeegedeck (Kaffee und Kuchen) - mit aktuellen Themen

**Montag/ Mittwoch und Freitag ist unsere medizinische Fußpflegerin und Gelnagelstudio im
Haus – gerne können Sie sich (Selbstzahler – 30 Euro) anmelden.**

Anmeldungen unter 030/85018222 oder E-Mail: kontakt@handinhandalltagshilfe.de oder Anmeldekarte:

Name: _____ Vorname: _____

Adresse: _____ Telefonnummer: _____

Teilnahme an (bitte angeben) _____

Wir holen auf Wunsch ab!

Hand in Hand Alltagshelfer
www.handinhand-alltagshelfer.de - kontakt@handinhandalltagshilfe.de
030/ 850 18 222 oder 0151/ 56 127 858

Ausflüge – Fahrten - Aktivitäten

Jede zweite und vierte Woche im Monat / Dienstag, Fahrt nach Polen – Wir holen Sie ab!

Jeden zweite Woche nach Hohenwutzen

Jeden vierte Woche nach Küstrin

Aktivitäten im Juli – August 2024

Jeden Donnerstag – Wir holen Sie ab!

04.07.2024 – Karls Erdbeerhoff Elstal

11.07.2024 – Zoo Eberswalde mit anschließenden Mittagessen in Panketal

18.07.2024 – Bonbonfabrik Potsdam

25.07.2024 – Seerundfahrt Müggelberge

01.08.2024 – Sommerfest – in Panketal – Grillen und Austausch

08.08.2024 – Havellandhof Ribbeck

15.08.2024 - Ausflug zur Alpaka Farm Sonnenberg

22.08.2024 – Bundestagsbesuch mit anschließenden Mittagessen

29.08.2024 – Fahrt in den Spreewald - Kahnfahrt

Das aktuelle Programm 2024 finden Sie auf unserer Homepage www.handinhandalltagshilfe.de oder erfragen Sie in unserem Büro.

Anmeldungen unter 030/85018222 oder E-Mail: kontakt@handinhandalltagshilfe.de oder Anmeldekarte:

Name: _____ Vorname: _____

Adresse: _____ Telefonnummer: _____

Teilnahme an (bitte angeben) _____

Die Betreuungsgruppen stellen ein Angebot der Betreuungs- und Entlastungsleistungen im Bundesland Brandenburg dar und werden über § 45 a/b SGB XI abgerechnet. **Ein Angebot für unsere Mitmenschen mit Pflegegrad.**

Anmeldungen bitte 14 Tage vorher. Absage der Teilnahme 48 Stunden vor Beginn kostenfrei. Danach wird der Ausfall in Rechnung gestellt. Unsere Fahrten können auch von Menschen ohne Pflegegrad genutzt werden. Kostenfaktor: 95,00 Euro pro Person