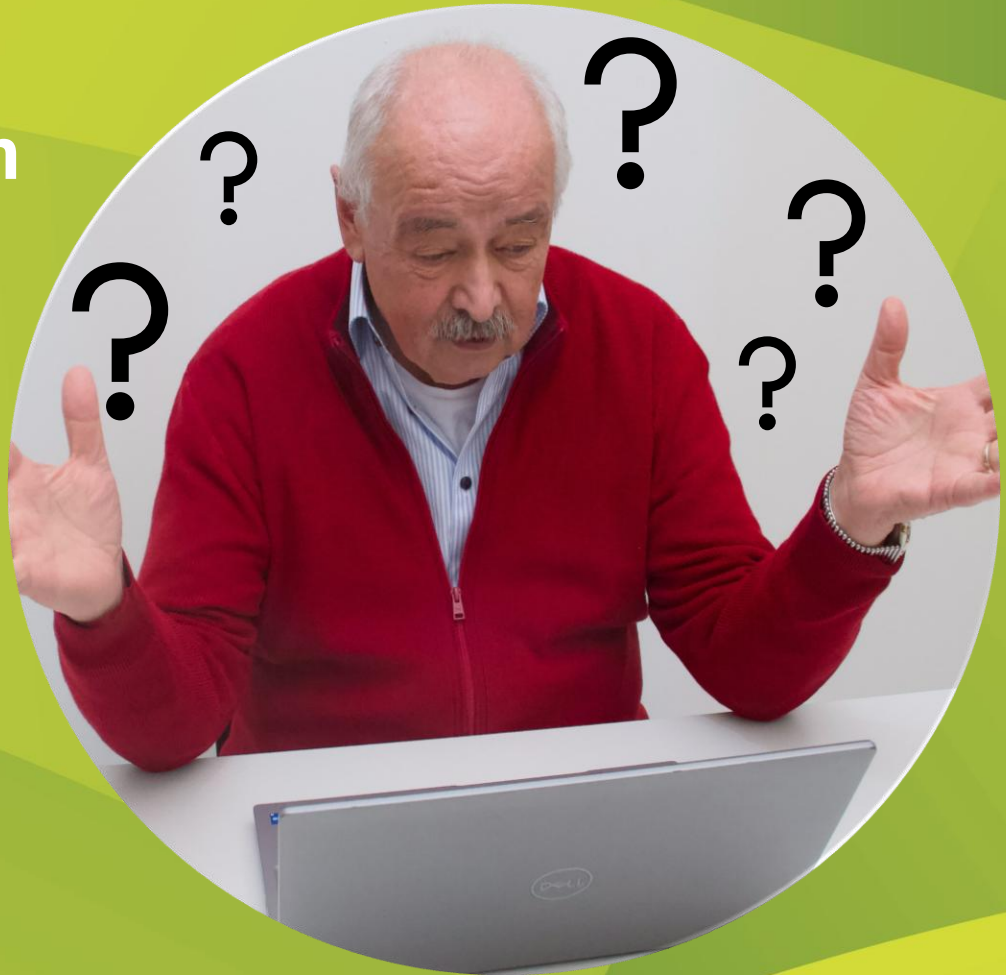


Juli – Dezember 2026

**Veranstaltungen
Aktivitäten
Informationen**



**Seniorenbeirat
der Stadt Augsburg**

Das erwartet Sie in dieser Ausgabe

Veranstaltungsorte

martini-Park *)
Provinostraße 52
86153 Augsburg

Wollmarkt-Saal *)
Beim Rabenbad 1a
86150 Augsburg

Jakobssaal, Jakobs-Stift *)
Mittlerer Lech 5
86150 Augsburg

Augsburger Volkshochschule
Willy-Brandt-Platz 3a
86153 Augsburg

Geschäftsstelle Seniorenbeirat
Beim Rabenbad 5
86150 Augsburg

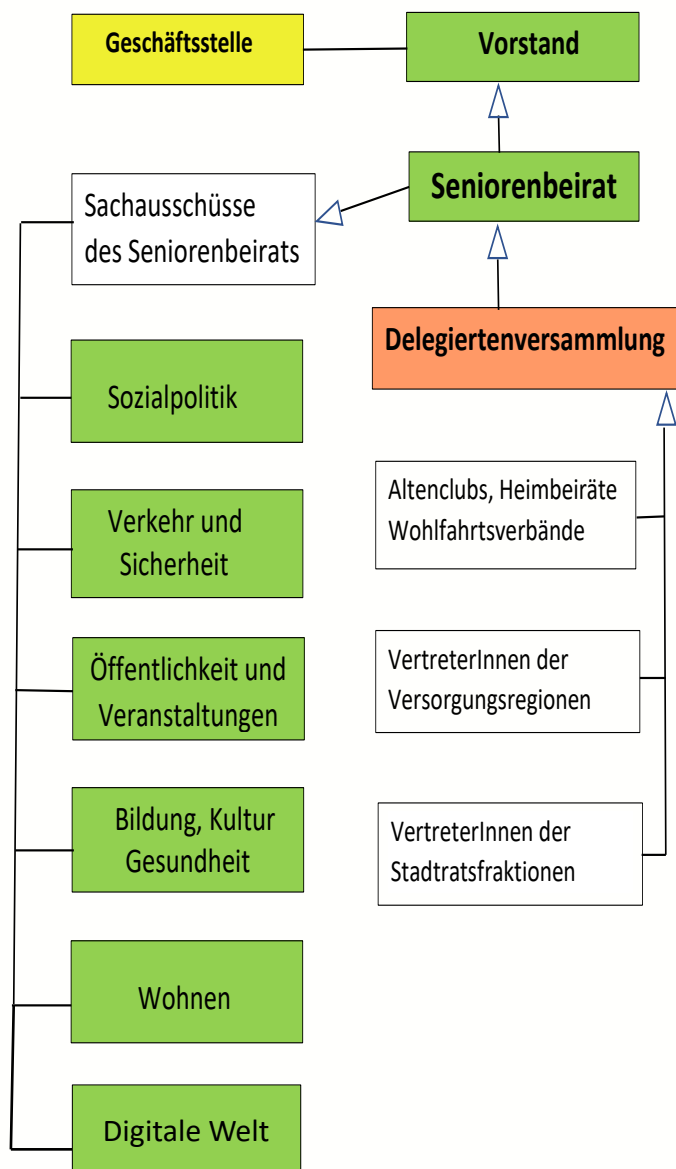
Anmeldung zu Veranstaltungen
Montag bis Donnerstag
09:00 - 12:00 Uhr
Telefon 0821 324 4331

Inhalt

Wir über uns	3
Sachausschuss Digitale Welt	4-5
Alter(n) und Gesundheit	6
Herbstplärler	7
Hilfe zur Pflege	8
Elektronische Patientenakte	9
Clever im Alter – Zivilcourage	10
Wegweiser in die digitale Welt	11
Seniorentag 60+ bei der VHS	12
Clever im Alter - Schutz vor Betrug im Alltag	13
Weihnachtskonzert	14
Das könnte Sie interessieren	15
Impressum	16

*) Der Veranstaltungsort ist barrierearm erreichbar

WIR über uns



Wir vertreten aktiv die Interessen der älteren Bürgerinnen und Bürger unserer Stadt und setzen uns dafür ein, dass die Bedürfnisse und Wünsche der Senioren in der Stadtpolitik berücksichtigt werden.

Unser Ziel ist es, die Lebensqualität der Senioren zu verbessern und ihnen ein aktives und selbstbestimmtes Leben in Augsburg zu ermöglichen.

Alle vier Jahre wählen die Mitglieder der Delegiertenversammlung die Vertreterinnen und Vertreter des Seniorenbearats.

Sitzungstermine des Seniorenbearats:

Freitag, 10. Juli

9:30 Uhr

Jakobs-Stift, Jakobssaal

Donnerstag, 12. November

9:30 Uhr

Jakobs-Stift, Jakobssaal

Delegiertenversammlung 2026

Freitag, 23. Oktober

09.30 Uhr

Ort wird bekannt gegeben

Referentin: Frau Prof. Dr. Cornelia Kricheldorf
zum Thema „Bildung und Lernen im Prozess des Alterns“

Alle Sitzungen sind öffentlich, eine Anmeldung ist nicht nötig.

Sachausschuss Digitale Welt



Foto: Seniorenbeirat

Für die 14 ehrenamtlichen Mitglieder des Sachausschusses Digitale Welt stellt sich die Aufgabe, die Digitalisierung in den Lebensbereichen der älteren Generation kritisch und konstruktiv zu begleiten. Es geht darum, sich mit den Möglichkeiten und Folgen der Digitalisierung für die ältere Generation intensiv auseinanderzusetzen, Grundsätze für die Gestaltung im Interesse der älteren Generation zu formulieren und sie in den politischen und gesellschaftlichen Diskussions- und Entscheidungsprozessen einzubringen.

Viele ältere Menschen verfügen über keine digitale Ausstattung, sind nicht sicher im Umgang mit digitalen Anwendungen oder entscheiden sich bewusst gegen deren Nutzung.

Neben fehlenden Unterstützungsangeboten spielen auch finanzielle Gründe eine Rolle. Sie verstärken bestehende soziale Ungleichheiten bei der digitalen Teilhabe.



Foto: Seniorenbeirat

Sachausschuss Digitale Welt

DAS ist uns wichtig

Gute und barrierearme Digitalisierung gestalten – Teilhabe ermöglichen

Digitale Anwendungen müssen übersichtlich, leicht verständlich, möglichst einheitlich und nutzerorientiert gestaltet sein.

Datenschutz stärken - Vertrauen schaffen

Ein wirksamer Datenschutz ist nicht nur eine rechtliche Notwendigkeit, sondern auch eine zentrale Voraussetzung für Vertrauen und digitale Selbstbestimmung.

Analoge Alternativen ermöglichen – Wahlfreiheit sichern

Analoge Zugänge müssen so lange angeboten werden, bis es eine wirksame Unterstützung für diejenigen Vorort gibt, die digitale Angebote nicht eigenständig nutzen können.

Künstliche Intelligenz verantwortungsvoll einsetzen, Grundrechte schützen

Wir fordern, dass ältere Menschen systematisch in Forschungs- und Entwicklungsprozesse zu KI-Produkten und KI-Anwendungen eingebunden werden.



Foto: Seniorenbeirat

Fazit – Zielsetzungen

Wir wollen, dass die digitale Transformation so zu gestalten ist, dass die Wahlfreiheit gewahrt, digitale Ausgrenzung vermieden, Grundrechte älterer Menschen geschützt und Diskriminierungen aller Art vermieden werden. Eine gemeinwohlorientierte, intergenerationale und inklusive Digitalpolitik setzt voraus, dass Digitalisierung nicht ausschließlich als technischer Fortschritt verstanden wird, sondern als gesellschaftlicher Gestaltungsauftrag, der Teilhabe, Vielfalt und soziale Gerechtigkeit fördert.

Der „Digitalpakt Alter“ könnte hierbei eine Initiatorrolle wahrnehmen.

Alter(n) und Gesundheit

Mit Veränderungen gelassen umgehen

Gesundheit geht uns alle an. Und wir stellen uns alle dieselben Fragen: Wie können wir unseren Alltag gesünder gestalten? Welche kleinen Schritte machen einen großen Unterschied?

Diesen Fragen möchten wir uns in drei Vorträgen widmen. Das Gesundheitsamt der Stadt Augsburg und die Geschäftsstelle des Seniorenbeirats laden Sie herzlich zur Kooperationsveranstaltung ein.



Wo: Geschäftsstelle Seniorenbeirat
Beim Rabenbad 5, 86150 Augsburg

Beginn: 10:00 Uhr

Dauer: ca. 1,5 Stunden

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist wegen begrenzter Teilnehmerzahl dringend erforderlich (**siehe Seite 2**).

Mittwoch, 08. Juli

Gesund durch den Sommer

- Stellt Hitze ein Risiko für meine Gesundheit dar?
- Wie erkenne ich eine Gefährdung durch Hitze?
- Wie kann ich mich und andere vor Hitze schützen?

Dienstag, 19. August

Genussvoll älter werden

- Ändern sich die Bedürfnisse meines Körpers im Alter?
- Welche kleinen Stellschrauben kann ich anpassen?
- Wie kann gesunde Ernährung in meinem Alltag aussehen?

Dienstag, 14. Oktober

Ein Gläschen in Ehren, ...

- Stellt mein Alkoholkonsum ein Risiko für meine Gesundheit dar?
- Gibt es Wechselwirkungen mit Medikamenten?
- Wie kann ein sicherer Umgang mit Alkohol aussehen?

Plärrernachmittag

Auf geht's wieder zum

**Nachmittag für Senioren und Menschen mit
Behinderung auf dem Augsburger
Herbstplärrer**

Wann: Dienstag, 01. September

Wo: Festzelt Binswanger

Einlass: 13:00 Uhr

Beginn: 14:00 Uhr



Bilder: KI-generiert

Genießen Sie einen geselligen Nachmittag mit zünftiger Musik, einer Maß Bier und Brotzeit auf unserem traditionsreichen Volksfest.



Ruth Plössel/Stadt Augsburg

Gutscheine für eine Maß Bier oder ein alkoholfreies Getränk sowie ein Paar Bratwürstel sind zum Preis von 5 € erhältlich. Diese können vom 24. August – 31. August in der Zeit von 09:00–12:00 Uhr in der Geschäftsstelle des Seniorenbeirats erworben werden.

Es ist nur Barzahlung möglich.

Pro Gutschein ist ein Bediengeld von 1 € zu entrichten.



HILFE zur Pflege

Soziale Absicherung im Pflegefall

Wann: Montag, 28.09.2026

Wo: Jakobssaal, Mittlerer Lech 5
Verwaltungsgebäude 5

Beginn: 17:30 Uhr

Dauer: ca. 1,5 Stunden

Dozent: Jan Kunzmann, Beratungsstelle der
Sozialverwaltung des Bezirks Schwabens

Hilfe zur Pflege umfasst die soziale Absicherung pflegebedürftiger, meist älterer Menschen, die zu Hause oder in Pflegeheimen leben.

Auch nach der Einführung der Pflegeversicherung reichen das Geld aus der Pflegekasse und das eigene Einkommen und Vermögen oftmals nicht aus, um die Kosten eines Heimplatzes oder der Pflege zu Hause abzusichern.

- Wer übernimmt welche Kosten?
- Wann müssen Kinder für ihre Eltern zuzahlen?
- Wie wird der Antrag gestellt?

Diese und weitere Fragen werden im Vortrag beantwortet.



Im Anschluss an den Vortrag haben Sie die Möglichkeit, sich an den Informationsständen umfassend zu den Themen Pflege, Älterwerden und Demenz zu informieren.

Es beraten Sie

- die Fachberatung für Senioren
- die Fachstelle für pflegende Angehörige
- der Pflegestützpunkt Augsburg

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist wegen begrenzter Teilnehmerzahl dringend erforderlich (**siehe Seite 2**).



Augsburg



Elektronische Patientenakte

Seit 2025 erhalten alle gesetzlich Versicherten automatisch eine ePA, sofern sie dem nicht widersprechen.

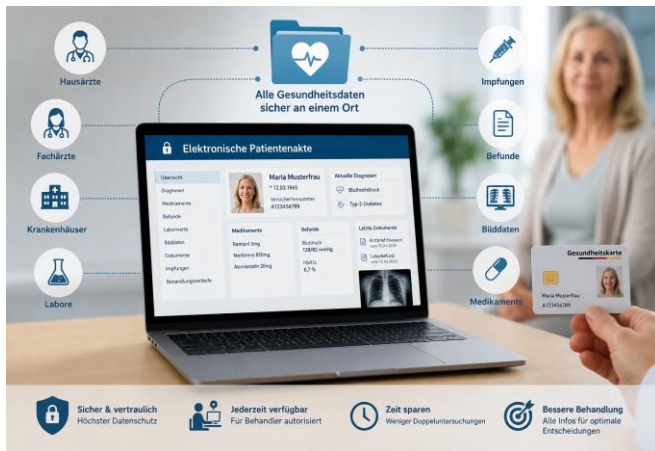


Bild: KI-generiert

Der Vortrag erklärt in verständlicher Sprache:

- Was ist die ePA ?
- Welche Informationen werden gespeichert?
- Wie kann ich selbst die ePA nützen?
- Welche Vorteile bietet die ePA im Alltag?
- Wie werden die Daten geschützt?
- Welche Rechte habe ich, zum Beispiel bei Widerspruch oder Löschung?

Wann: Mittwoch, 30. September

Wo: Geschäftsstelle Seniorenbeirat
Beim Rabenbad 5, 86150 Augsburg

Beginn: 10:00 Uhr

Dauer: ca. 1,5 Stunden

Die ePA kann helfen, wichtige Gesundheitsinformationen schneller zu finden, Doppeluntersuchungen zu vermeiden und die Medikamentensicherheit zu verbessern.

Sie entscheiden selbst, wer Ihre Daten sehen darf.

Der Vortrag richtet sich besonders an ältere Menschen und erklärt alle Inhalte ruhig, klar und ohne Fachwörter.

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist wegen begrenzter Teilnehmerzahl dringend erforderlich (**siehe Seite 2**).



Clever im Alter

„Zivilcourage – Schau nicht weg!“

Wann: Dienstag, 13. Oktober

Wo: Wollmarkt-Saal

Beginn: 10:00 Uhr

Dauer: ca. 2 Stunden

Jeder kann im Alltag in eine schwierige Situation geraten und als Zeuge, Helfer oder sogar als Opfer mit Gewalt im öffentlichen Raum konfrontiert werden.

Der Workshop „Zivilcourage“ der Kriminalpolizeilichen Prävention vermittelt Grundlagen, um in solchen Momenten besonnen und richtig zu reagieren.

Im theoretischen Teil werden wichtige rechtliche Aspekte wie „Unterlassene Hilfeleistung“ und „Notwehr“ verständlich erklärt. Darüber hinaus erhalten Sie konkrete Hinweise, wie Sie sich als Zeuge, Helfer oder Betroffener verhalten sollten – und welche Handlungsmöglichkeiten Ihnen zur Verfügung stehen.

Anschließend haben die Teilnehmenden die Gelegenheit, das Gelernte in praxisnahen Rollenspielen anzuwenden und zu vertiefen.

Wichtiger Hinweis: Der Workshop ist kein Selbstverteidigungskurs. Es werden ausdrücklich keine Selbstverteidigungstechniken vermittelt.



Bild: KI-generiert

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist wegen begrenzter Teilnehmerzahl dringend erforderlich (**siehe Seite 2**).



Wegweiser in die digitale Welt



Foto: Seniorenbeirat

Mit lebensnahen Lernangeboten möchten wir Sie dabei unterstützen, Ihre digitalen Kompetenzen zu erweitern und sich sicher in der digitalen Welt zu bewegen. Unser Ziel ist es, Ihnen einen einfachen und übersichtlichen Zugang zu hilfreichen Informationen zu bieten – ganz ohne technische Hürden

Unsere Veranstaltungen orientieren sich an der Info-Reihe „Digitales kurz und bündig“ des **DigitalPakt Alter**. Diese Reihe bietet kompakte und leicht verständliche Inhalte, die speziell auf die Bedürfnisse und Fragen älterer Menschen zugeschnitten sind. Infos unter:

www.digitalpakt-alter.de



Donnerstag, 29. Oktober 2026

Gesundheit, Wissen, Kochen und Bewegung

- Welche Apps helfen mir beim Kochen?
- Mit Bestimmungs-Apps die Welt erkunden
- Welche Apps bringen mich in Bewegung?
- Welche Gesundheits-Apps helfen im Alltag?

Donnerstag, 26. November 2026

Kaufen, Bezahlen, Online-Banking, Fakes

- Sicher im Internet kaufen und bezahlen
- So verkaufen Sie Gebrauchtes
- Online-Banking und/oder PayPal-Systeme
- Wie erkenne ich Fakes und Falschnachrichten

Donnerstag, 17. Dezember 2026

Freizeit + Spaß, Vorsorge Digitaler Nachlass

- Wo und was kann ich im Netz spielen, wo kostenlos Musik und Podcasts hören?
- Wo finde ich Filme und TV-Filme im Internet?
- Was heißt Digitaler Nachlass und Vorsorge?

Wo: Geschäftsstelle Seniorenbeirat

Beim Rabenbad 5, 86150 Augsburg

Beginn: 10:00 Uhr

Dauer: ca. 2,5 Stunden

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist wegen begrenzter Teilnehmerzahl dringend erforderlich (**siehe Seite**).

Seniorentag 60+ bei der VHS

„Analog genießen, digital teilhaben“

Wann: Samstag, 07. November
Wo: Augsburger Volkshochschule
Willy-Brandt-Platz 3 a
Beginn: 14:00 Uhr
Dauer: ca. 3,5 Stunden



Bilder: KI-generiert

Zum Auftakt des Tages finden parallel zwei Impulsvorträge statt:

- „Gelingendes Altern in der digitalen Welt“ (Dr. Cornelia Kricheldorff, Katholische Hochschule Freiburg)
- „Mit Erfahrung in die Zukunft – was morgen für 60+ wichtig wird“ (Hartwin Maas, Institut für Generationenforschung Augsburg)

Im Anschluss erwartet die Besucherinnen und Besucher ein abwechslungsreiches Programm mit Vorträgen und Workshops – unter anderem zu Atemtechniken, Künstlicher Intelligenz, Gesundheits-Apps, Online-Banking und Sicherheit im Alltag.

Zusätzlich stehen von 15:30 bis 17:30 Uhr Ansprechpersonen für individuelle Fragen und persönliche Beratung rund um digitale Medien zur Verfügung.



Auch der Seniorenbeirat beteiligt sich mit zwei Vorträgen an der Veranstaltung:

15:30 – 16:15 Uhr - Von Stricken bis Wandern - Angebote für 60+ in Augsburg

Gemeinsam stricken – Gemeinsam wandern –
Alt+Jung: Wie war es früher
Vorstellungen von Angeboten von
Seniengruppen und ihren Aktivitäten
(Adelheid-Stube, Wandergruppe, Kolping-
Gesprächsrunden)



16:45 – 17:30 Uhr - Alltagshelfer auf dem Smartphone – Google Lens & Co. „“

Vorstellungen von nützlichen und kostenlosen
APPS für den Alltag
(Google Lens + Maps + Sprach-Übersetzer, etc.)

Weitere Informationen und das vollständige Programm finden Sie **ab Ende September** auf der Website der Augsburger Volkshochschule. Zudem werden Programmflyer in der Geschäftsstelle des Seniorenbeirats und in der Augsburger Volkshochschule ausliegen.

Die kostenlose Veranstaltung lädt dazu ein, Angebote zu digitalen und analogen Themen zu entdecken und auszuprobieren. Eine Anmeldung ist ab Ende September möglich.

Clever im Alter

„Schutz vor Betrug im Alltag“

Wann: Mittwoch, 25. November

Wo: Jakobssaal, Jakobs-Stift

Beginn: 10:00 Uhr

Dauer: ca. 1,5 Stunden

Wie gehen Betrüger vor – und wie können Sie sich wirksam davor schützen? Der Vortrag „Clever in jedem Alter“ der Kriminalpolizeilichen Prävention klärt über aktuelle und bekannte Betrugsmaschen auf und gibt praxisnahe Tipps für mehr Sicherheit.

Sie erfahren unter anderem, worauf Sie bei **Online-Geldanlagen** achten sollten, wie **Überweisungsbetrug** und „**Love Scam**“ (**Liebesbetrug**) funktionieren und welche Risiken beim **Online-Einkauf** bestehen. Ebenso werden klassische Betrugsformen wie der **Schockanruf**, der **Enkeltrick** oder **vermeintliche Gewinnmitteilungen** verständlich erläutert. Auch neue und aktuelle Vorgehensweisen der Täter werden vorgestellt.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Zudem erhalten die Teilnehmenden umfangreiches Informationsmaterial.

Hinweis: Eine Anzeigenaufnahme ist im Rahmen der Veranstaltung nicht möglich; wenden Sie sich hierfür bitte an Ihre zuständige Polizeiinspektion.



Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist wegen begrenzter Teilnehmerzahl dringend erforderlich (**siehe Seite 2**).



Weihnachtskonzert

Hänsel und Gretel

Oper in drei Akten von Engelbert Humperdinck



Foto: Jan-Pieter Fuhr

In »Hänsel und Gretel« verbindet Engelbert Humperdinck das berühmte Märchen der Brüder Grimm mit einer hinreißenden Musik zwischen Volkslied, Romantik und großer Oper. Im Zentrum stehen zwei Kinder, die sich in einer prekären und unsicheren Welt behaupten müssen – zwischen Angst, Fantasie und Zusammenhalt.

Mit schlicht-elegantem Bühnenbild und Kostüm und dem Orchester auf der Bühne laden wir Menschen jeden Alters ein, das Märchen neu zu erleben.

Wann: Dienstag, 15. Dezember

Wo: Staatstheater, martini-Park

Beginn: 15:00 Uhr

Die Tickets zum Preis von 25 Euro (ermäßigt 17,50 Euro) können persönlich beim Besucherservice des Staatstheaters in der Bürgerinformation am Rathausplatz 1, 86150 Augsburg, telefonisch unter 0821-324 4900 oder per E-Mail unter tickets@staatstheater-augsburg.de gebucht werden.

Mit dem Kauf eines Tickets ist die kostenlose Nutzung des AVV am Konzerttag verbunden.

Das Theatershuttle Ananasexpress pendelt zwischen der Haltestelle Textilmuseum, dem Theatereingang und dem Parkhaus der City-Galerie (Haltestelle Bgm.-Dreifuß-Str.) Kosten: 50 Cent.

Der Vorverkauf startet am 09.09.2026.



Das könnte Sie interessieren

Seniorenwandern
www.augsburg.de/seniorenbeirat



Aktiv im Internet?
Gesund im Alter?
Gemeinsam was erleben?
Angebote aus der
Bildungsregion A³
bildungsportal-a3.de

Augsburg in Bewegung
Fit und gesund durch den
Augsburger Sommer mit
kostenlosen
Bewegungsangeboten in
acht Augsburger
Grünanlagen
<http://www.augsburg.de/augsburg-in-bewegung>



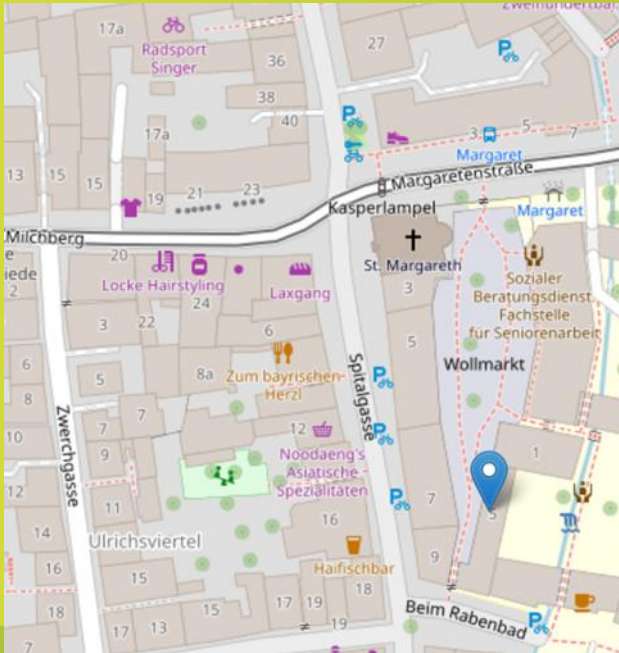
Mobilitätstraining der avg
und Verkehrswacht
Augsburg
barrierefrei@sw-augsburg.de

Augsburgs
Naturvielfalt erleben
WaldCafé 60+
[Rangerinnen](#)

Gut beraten im Alter -
die Fachberatungen für Senioren als
zentrale Anlaufstellen in den
Augsburger Stadtteilen

www.seniorenfachberatung-augsburg.de





Bildquelle: Google Maps

Herausgeber: Seniorenbeirat der Stadt Augsburg
Vorstand und Geschäftsstelle
Beim Rabenbad 5, 86150 Augsburg
Öffnungszeiten Montag bis Donnerstag
09:00 – 12:00 Uhr und nach Vereinbarung
Telefon 0821 324-4324/-4325/-4331
E-Mail: seniorenbeirat@augsburg.de
Internet: www.augsburg.de/seniorenbeirat

