



Veranstaltungen

Café Balance – Auftakt zum Rhythmikkurs

In Frauenfeld werden demnächst Rhythmikkurse für Personen ab 65 Jahren angeboten.

Wann: **Donnerstag, 25. Januar 2024 von 14 bis 16 Uhr**

Wo: Im **Gemeinschaftsraum der Genossenschaft Alterssiedlung Frauenfeld, Festhüttenstrasse 4**

Was: **Informationsveranstaltung mit Referat** zum Thema „Wie reduziere ich mein Sturzrisiko“ mit kleinem Apéro. Im Anschluss daran findet der erste **Rhythmikkurs** statt.

Ab 1. Februar 2024 finden die Kurse jeweils donnerstags von 14 bis 14.50 Uhr statt. Kurskosten pro Einheit: CHF 12.00.

Kostenlose Informationsveranstaltung, keine Anmeldung nötig.

Besuchsdienst live! – Szenenspiel mit dem Improvisationstheater von Petra Cambrosio

Szenen aus dem Besuchsdienst werden mit verschiedenen Lösungsmöglichkeiten gespielt und gemeinsam diskutiert. Kaffee und Kuchen im Anschluss.

Wann: **Mittwoch, 21. Februar 2024 von 14.30 bis 17 Uhr**

Wo: Im **Begegnungszentrum VIVA, Rheinstrasse 46, Frauenfeld**

Kostenloser Anlass, keine Anmeldung nötig.

Veranstaltungen

Leben mit Demenz für Betroffene und Angehörige

Themenreihe „Alter gestalten“ für ein zufriedenes Älterwerden in Frauenfeld

Wann: **Mittwoch, 6. März 2024 von 17 bis 19 Uhr**

Wo: Im **Gemeinschaftsraum der Genossenschaft Alterssiedlung Frauenfeld, Festhüttenstrasse 4**

Für wen: Alle Interessierten; insbesondere für Menschen mit Demenz und Angehörige

Referat von Claudia Brüllhardt, Vorstandsmitglied der Alzheimer Thurgau

Kostenloser Anlass, keine Anmeldung nötig.

„Damenprogramm“ – Lebenschuchi

Wann: **Freitag, 22. März 2024**

Wo: **Kantonsbibliothek Thurgau, Promenadenstrasse 12, Frauenfeld**

Lesung der Autorin Therese-Roth Hunkeler nach einer Kurzeinführung des Forums Palliative Care Region Frauenfeld mit anschließendem Apéro.

Eintritt: CHF 15.00; Mitglieder des Vereins Lesefeld: CHF 10.00

Kooperation zwischen dem Verein Lesefeld, der Kantonsbibliothek und dem Forum Palliative Care Region Frauenfeld

Weitere Informationen ab spätestens Mitte Februar 2024

Wussten Sie schon..?

Hilflosenentschädigung

Wer bei alltäglichen Lebensverrichtungen wie Ankleiden, Aufstehen, Absitzen, Essen, Körperpflege, etc. die Hilfe anderer Menschen benötigt, ist im Sinne der IV «hilflos» und hat Anspruch auf eine Hilflosenentschädigung. Je nach Ausmass der Hilflosigkeit werden drei Schweregrade unterschieden: leicht, mittel und schwer.

Bisher konnte der Anspruch im AHV- und IV-Alter erst nach einem Jahr Hilflosigkeit geltend gemacht werden. **Seit 1. Januar 2024 kann der Anspruch im AHV-Alter bereits nach 6 Monaten geltend gemacht werden.**

Mehr Informationen zu allen Veranstaltungen und Neuerungen:

www.altersfreundliches-frauenfeld.ch

**Freundliche Grüsse
Doris Wiesli**

Fachstelle Alters- und Generationenfragen, Rathausplatz 1,
8501 Frauenfeld
Tel. +41 52 724 53 00