



Tel.: 0851/802 827 · E-Mail: eva.fuchs@pnp.de

Liebe Leserinnen und Leser,

vor kurzem las ich einen Beitrag über den alten und alternden Menschen in unserer Gesellschaft. „Gedanken zur Integration“ lautete der Untertitel, der mich irritierte: Warum muss ein alter oder alternder Mensch in die Gesellschaft integriert werden? Weil seine Haut mit den Jahren fältig, die Gesichtszüge weniger beweglich, die Gestik spärlicher und langsamer wird und die geistigen und körperlichen Kräfte irgendwann nachlassen? Ist nicht jeder Mensch von Geburt an ein Mitglied der Gesellschaft und bereits zu Beginn seines Lebens alternd?

Der alte oder alternde Mensch gehört nicht zu einer Randgruppe oder ist gar ein teurer Müßiggänger – er ist ein wertvolles Glied unserer „Kette“ Gesellschaft und so ist er auch zu behandeln. Eine Integration ist also gar nicht notwendig – sondern „nur“ Verständnis für die Situation des alten Menschen und seiner geänderten Bedürfnisse im dritten Abschnitt des Lebens und die Erkenntnis, dass sich die Gesellschaft um ihre Mitglieder kümmern muss!

So versteht die PNP-Stiftung als Sozialstiftung auch ihre Arbeit: Sich um viele Mitglieder der Gesellschaft innerhalb einer Region zu kümmern: Kinder, Jugendliche, Familien, Alleinerziehende, ausländische Hilfesuchende und natürlich auch die alten und alternden Menschen – egal, in welcher Situation sie sich befinden mögen.

Einen Bewegungsparcour für Senioren im Heim mitzufinanzieren, ist deshalb für die Stiftung selbstverständlich!



Herzlichst Ihre

Eva Maria Fuchs  
Stiftungsbeauftragte

# Pure Freude an der Fitness

PNP-Stiftung fördert Bewegungsparcour für Senioren im Bürgerlichen Heiliggeist Spital in Passau mit 4000 Euro

Von Eva Maria Fuchs

**Passau.** Einen Bewegungsparcour in der Parkanlage des Seniorenheims anzulegen – das stand schon seit geraumer Zeit auf der Agenda der Leitung des Bürgerlichen Heiliggeist Spitals in Passau. Doch dafür fehlte das Geld. Deshalb traten im Juli Geschäftsführer Horst Matschiner und Heimplleiterin Angelika Neuling mit ihrem Wunsch auf Förderung an die PNP-Stiftung heran: Ein Rollstuhltrainer sowie ein Schulter- und Rückentrainer sollten angeschafft werden, die unter Aufsicht von Begleitpersonen auch für Demenzzranke geeignet sind. Warum? Zur Stärkung der Muskulatur und zur Sturz- und Verletzungsprävention. Und nicht zuletzt auch, um das Koordinationsvermögen der SeniorInnen zu fördern. Außerdem soll der Fitnessparcour im Freien zum Heim-Treffpunkt werden: Man versammelt sich im Garten, ratscht ein wenig, trainiert ein wenig und hat Freude am Zusammensein. Bewegung, Kommunikation und Wohlbefinden unter freiem Himmel lauten die Zauberworte. Schlagende Argumente, die den Stiftungsrat überzeugten: 4000 Euro gab's als Zuschuss.

Geld, das bestens angelegt ist, wie sich vor wenigen Tagen zeigte, als die witterungsbeständigen Sportgeräte aus Edelstahl und Kunststoff montiert und getestet wurden, auch von Georg Kleber (84): „Als Rollstuhlfahrer nutze ich natürlich den Rollstuhltrainer. Dieses Gerät ermöglicht mir, meine Armmuskulatur zu stärken. Denn ich hebe mich täglich selber vom Rollstuhl ins Bett und in einen Spezial-Duschstuhl. Solange ich etwas selber machen kann, will ich das auch tun.“ Amalie Elsberger (88) denkt genauso: „Ich darf an keiner Gymnastik mehr teilnehmen, weil meine Knochen brüchiger geworden sind. Nun kann ich mit dem Schulter- und Rückentrainer vorsichtig Übungen machen, die mir gut tun.“ Dem kann Josef Thuringer (77) nur zustimmen: „Vor allem der Rückentrainer bringt mir viel. Ich werde vier Mal in der Woche trainieren. Körperliche Bewegung im Freien ist optimal für uns alte Leute. Auch im Alter kann man ja noch einiges für die Gesundheit tun.“

Trainingsmöglichkeiten, die nicht nur den Heimbewohnern vorbehalten sein sollen, wie Horst Matschiner versichert: „Zur Fitness an unseren Sportgeräten sind alle Senioren herzlich eingeladen, die an unserem Garten vorbeigehen.“



Georg Kleber ist begeistert von dem Rollstuhltrainer, an dem er seine Armmuskulatur kräftigen kann.

– Fotos: Jäger



Am Rückentrainer will Josef Thuringer mehrmals wöchentlich üben.



Sichtlich wohl am Schultertrainer fühlt sich Amalie Elsberger.



In der Gemeinschaft macht Fitness noch mehr Spaß.

## Würde im Alter

**Passau.** Seit 47 Jahren unterstützt die PNP-Stiftung SeniorInnen aus der Region in den verschiedensten Belangen. Vor allem aber versucht sie der zunehmenden Altersarmut mit effektiven Maßnahmen entgegenzuwirken. Aus diesem Grund hat sich die Stiftung vor knapp einem Jahr mit dem Münchner Verein „Lichtblick Seniorenhilfe“ vernetzt.

Gemeinsam wollen Stiftung und Seniorenverein dafür sorgen, dass bedürftige Rentnerinnen und Rentner in unserer Region in Würde ihren Lebensabend bestreiten können. Auf einer der nächsten PNP-Stiftungsseiten werden wir Sie, liebe Leserinnen und Leser, ausführlich über die ersten Früchte dieser wunderbaren Zusammenarbeit informieren. – emf



## Lust zum Kochen?

**Passau.** Haben Sie Lust zum Kochen? Ja! Dann schauen Sie doch mal in den PNP-Stiftungskalender „Kochen ist (k)eine Kunst – Bildende Kunst trifft Kochkunst“. Auf den Vorderseiten zeigen bekannte Künstler der Region ihre Werke, auf den Rückseiten verraten ausgezeichnete Köche der Region ihre Lieblingsrezepte: Von raffinierten Vorspeisen über schmackhafte Hauptgerichte bis hin zur verführerischen Nachspeisen ist alles dabei. So serviert etwa der frisch gekürte Sternekoch Alexander Huber

von Huberwirt in Pleiskirchen einen „Donauwaller in Speck gebraten mit asiatischem Krautsalat, Soja und Schwarzbrot“ (Bild oben). Da muss einem ja das Wasser im Mund zusammenlaufen! Also, auf zum Nachkochen!

Der Kalender in bester Druckqualität, A3-Format, Spiralheftung, immerwährendes Kalendarium, kostet 12,95 Euro und ist in allen PNP-Geschäftsstellen und im Buchhandel erhältlich. Der Erlös des Kalenders geht an die neu gegründete Familiennothilfe der Kinderklinik Passau. – emf

## STIFTUNG KOMPAKT

### Herzenswunsch erfüllt

**Landau.** Einmal so richtig mit den Freundinnen auf einem Erlebnisbauernhof Geburtstag feiern können, das wünschte sich ein neunjähriges krebserkranktes Mädchen aus Landau. Die Eltern konnten ihrer Tochter diese Freude leider nicht ermöglichen, deshalb erfüllte die PNP-Stiftung sehr gerne diesen Herzenswunsch.

### „Instrumental total“

**Passau.** Unter dem Motto „instrumental total“ veranstaltet der Passauer Konzertverein eine eigene Konzertreihe, die neben größeren Sinfonien und Oratorien in kleineren Kammerkonzerten vor allem jungen Talenten der Region ein Podium bietet. Die PNP-Stiftung unterstützt diese wertvolle Arbeit auch heuer wieder mit einer Förderung in Höhe von 500 Euro.

### Heimatgefühle spüren

**Regen.** 300 Euro gab's von der Stiftung für die Ausstellung „Weibsbilder – RegenBogenHeimat“, die von Mitte Oktober bis Mitte November im Niederbayerischen Landwirtschaftsmuseum in Regen stattfindet. Die Fotografinnen Petra Rettberg und Sigrid Schiller-Bauer, die sich über facebook kennenlernten, wollen in ihren Bildern vor allem Heimatgefühle widerspiegeln. – emf

## Passionsspiele mit Zuschauertribüne

**Perlesreut.** Seit Jahren überzeugen die Passionsspiele in Perlesreut die Besucher – so auch heuer wieder. Alle Veranstaltungen waren ausverkauft. Die monatelange Arbeit und das Engagement der rund 300 Beteiligten vor und hinter den Kulissen wurden durch den Applaus der Zuschauer belohnt. Und erstmals in diesem Jahr konnte das Publikum unter der neu gebauten und überdachten Zuschauertribüne Platz nehmen. Ein Projekt, dass im vergangenen Jahr im Mittelpunkt der Vereinsarbeit stand. Am Abbau der hohen finanziellen Belastung beteiligt sich nun die PNP-Stiftung mit 2000 Euro.



Jesus am Kreuz – eine Szene aus den Perlesreuter Passionsspielen.

## Neues Musical in Freudenhain

**Passau.** Mit der Musical-Produktion „Dufröschchen – ein Duftical“, eine Parodie auf das Märchen Dornröschen, wollen SchülerInnen des Auersperg-Gymnasiums Freudenhain erneut ihr künstlerisches Talent beweisen. So wurde unter Anleitung von Lehrerin Stephanie Holly völlig eigenständig das Libretto verfasst. Für die Songtexte und die eigen komponierte Musik zeichnet die Passauer Musikerin Christiane Öttl verantwortlich. Termine: 4., 5., 7. November, jeweils um 19 Uhr; 8. und 9. November, 16 Uhr. Von der Stiftung gibt's dafür 2000 Euro.



Das Freudenhainer Musical-Team bei den Proben, – Foto: Wildfeuer