



## Weihnachten

Das soll für Dich bedeuten ...

... stille Augenblicke  
Zeit zum Innehalten  
in fröhliche Gesichter zu schauen  
Überraschungen, die gelingen  
ganz unverhoffte Glücksmomente  
dich an gute Zeiten zu erinnern  
nette Begegnungen  
Kinderlachen  
Herzensfreude  
leise Melodien  
Sternschnuppennächte  
Lichterfunkeln  
ein warmer Platz an kalten Tagen  
Feiertagsgefühle  
großartige Kleinigkeiten  
Wunschlos-Glücklich-Momente  
kleine Liebenswürdigkeiten  
gute Gedanken  
Geborgenheit  
jemand, der Dir ein Lächeln schenkt  
kleine und große Wunder

Ich wünsche Ihnen und Ihrer Familie frohe und besinnliche Weihnachten und ein glückliches und gesundes neues Jahr.

Weihnachtliche Grüße

*Birgit Möller*

### Quartiersbüro

**Birgit Möller**

Ansprechpartnerin für Senioren und deren Angehörige und Koordinatorin der Nachbarschaftshilfe

Telefon: 08268 / 90 91-16

E-Mail: [b.moeller@tussenhausen.de](mailto:b.moeller@tussenhausen.de)

Bürozeiten: Montag und Mittwoch jeweils 9 - 12 Uhr, Donnerstag 9 - 12 Uhr und 15 - 18 Uhr

**Das Quartiersbüro ist von Donnerstag, 21. Dezember 2023 bis Montag, 8. Januar 2024 wegen Urlaub nicht besetzt. Frau Möller ist ab Mittwoch, 10. Januar 2024 wieder erreichbar.**

Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



### Apotheken-Notdienst über die Feiertage

Telefon: 0800 00 22 8 33 (kostenlos) oder von jedem Handy ohne Vorwahl: 22 8 33 (kostenpflichtig),  
Bayer. Landesapothekerkammer: [www.lak-bayern.notdienst-portal.de](http://www.lak-bayern.notdienst-portal.de)

## Gemeinsamer Mittagstisch im Café Berghof

Wir laden alle Seniorinnen und Senioren und alle, die gerne dabei sein möchten, einmal im Monat zum gemeinsamen Mittagstisch um 11.30 Uhr ins Café Berghof in Tussenhausen ein. Das Essen kostet 9,50 € (kleine Portion: 7,50 €) plus Getränke, Dessert oder einer Tasse Kaffee.

**Freitag, 19. Januar 2024: Lachsnudeln mit Gemüse in Basilikum-Sahne-Soße**

(Anmeldungen bitte bis spätestens Montag, 15.01.2024)

Bitte melden Sie sich für den Mittagstisch bei Frau Möller im Quartiersbüro verbindlich an. Eine Mitfahrgelegenheit oder ein kostenloser Fahrdienst kann bei Bedarf organisiert werden. Sie können sich das Essen im Café Berghof gerne auch abholen. Bitte melden Sie die Essen, die abgeholt werden, auch bei Frau Möller an. Gutscheine für den Mittagstisch sind im Café Berghof erhältlich.

## Seniorenkino im Filmhaus Huber in Türkheim

ab 14.30 Uhr Kaffeeklatsch, Filmbeginn: 15.00 Uhr

**3. Januar 2024: „Die einfachen Dinge“**

Herzerwärmende französische Komödie über ein Zusammentreffen zweier grundverschiedener Männer in den Bergen, welches ihre jeweiligen Überzeugungen durcheinanderbringt.

## Kleintierschau in Apfeltrach

Kleintierausstellung „Lebendiges Hobby“ zum 110-jährigen Bestehen des Kleintierzuchtvereins Mindelheim mit Mittagstisch, Kaffee und Kuchen

**6. Januar 2024 (9.00 – 17.00 Uhr) und 7. Januar 2024 (9.00 – 16.00 Uhr)**

**Ausstellungsort: Fa. Holzbau Mayer, Bachäckerweg 4, 87742 Apfeltrach**

Veranstalter: Kleintierzuchtverein Mindelheim e.V.

Ansprechpartner aus Tussenhausen: Ottmar Scholz, Telefon: 1305

## Zoom - Weihnachtsfeier für Menschen65plus

Am **Montag, 25. Dezember 2023 um 15 Uhr** findet im bekannten „Wege aus der Einsamkeit“ – Zoomraum wieder ein gemütliches Beisammensein statt. Geplant sind Kurzgeschichten, Rätsel, Musik, Spiele, Gedächtnistraining und vieles mehr. Wer mitfeiern möchte, sendet eine E-Mail an [info@wegeausdereinsamkeit.de](mailto:info@wegeausdereinsamkeit.de) und bekommt vom Verein „Wege aus der Einsamkeit“ eine E-Mail mit den Zugangsdaten zugeschickt.

Mehr Informationen unter: [www.wegeausdereinsamkeit](http://www.wegeausdereinsamkeit.de)

## Silbernetz - Feiertagstelefon für Menschen ab 60 Jahren

Telefon: **0800 4 70 80 90**

Das Silbernetz-Feiertagstelefon ist von Heilig Abend um 8 Uhr bis Neujahr um 22 Uhr rund um die Uhr erreichbar und schenkt älteren Menschen während der festlichen Jahreszeit Trost und Gemeinschaft. Anonym, vertraulich und kostenfrei finden hier alle Menschen ab 60 Jahren, die sich einsam fühlen und einfach mal reden möchten, ein offenes Ohr.

**In akuten Krisen wenden Sie sich bitte an den Notruf und/oder den Krisendienst vor Ort.**

## Krisendienst Schwaben - Hilfe bei psychischen Krisen

Telefon: **0800 655 3000** (kostenlos, täglich von 0 - 24 Uhr erreichbar), [www.krisendienste.bayern](http://www.krisendienste.bayern.de)

Beim Krisendienst Schwaben erhalten Sie schnelle und qualifizierte Hilfe bei psychischen Krisen und psychiatrischen Notfällen jeder Art. Am Krisentelefon können Sie mit speziell geschulten, erfahrenen Fachkräften sprechen. Betroffene, Angehörige, Bezugspersonen und Hilfesuchende aus dem sozialen Umfeld werden fachkundig beraten und bei Bedarf weitervermittelt. In dringenden Fällen ist ein mobiler Einsatz vor Ort möglich. Rufen Sie an, wenn Sie nicht mehr weiterwissen, denn kompetente Hilfe kann den Weg aus der Krise erleichtern.

---

**Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns etwas gibt.** (Ernst Ferstl)