



HOFER HELFEN HOFERN

Begegnen in Hof

Juli bis September 2026



gemeindeentwicklung.at | 2026

HOFER HELFEN HOFERN

Liebe Hoferinnen und Hofer!

Wir freuen uns sehr über das rege Vereinsleben und die Kooperationen in unserer Gemeinde. „Wann ma zammhüft, schafft ma´s“ ...

Es gibt bereits so viele großartige Angebote und Projekte und wir freuen uns, wenn wir unser Gemeindeleben zusätzlich unterstützen dürfen. Wir freuen uns bereits über gelungene Kooperationen in einigen Bereichen, wie z.B. bei der Frühaufsicht der Volksschule, Fahrten zur „Flachgauer Tafel“, Unterstützung bei der Integration, Fahrtendienst und Besuchsdienst auch in Kooperation mit dem Hilfswerk sowie organisierte Nachbarschaftshilfe.

Im Rahmen unseres monatlichen Freiwilligentreffens erhielten unsere freiwilligen Mitarbeiter:innen eine praktische pflegebezogene Information für Laien. Inhalte dienten der Orientierung, der Abgrenzung von Rollen sowie der Risikominimierung für Ehrenamtliche, Vereine und betreute Personen im Hinblick auf Fahrten- und Besuchsdienste.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei den Pflegediensten „DGKP Aida“ und „SdALUS“ für die kostenlose Veranstaltung!

Ein großes „Danke“ gebührt dem K.U.L.T., vor allem Niclas Grundner, der mit seiner eigenen Interpretation vom „Struwelpeter“ gemeinsam mit seiner Band einen tollen Benefizabend zu Gunsten unseres Vereins am 21. März 2026 gestaltet hat!
Vielen herzlichen Dank für diese großartige Veranstaltung und die großzügige Spende!

Eine wichtige Information zum Schluss:

Unser Verein hat sich dazu entschlossen, das Format dieses Heftes durch einen Newsletter zu ersetzen. Dieser wird quartalsweise per E-Mail verschickt und öffentlich ausgehängt. Alle unsere Veranstaltungen finden Sie in der Gemeindezeitung, auf der Gem2Go und auf unserer Webseite unter www.hoferhelfenhofern.at
Vielen Dank!

Wir wünschen allen einen erholsamen Sommer!
Das HoheHo-Team





Jeden Montag · Info zum Kursstart bei Referentin

jeweils 11.00 bis 12.00 Uhr (10 Termine) · „Bewegung im Einklang“ Wolfgangsestr. 32

Fit bis ins hohe Alter – Bewegungskurs

Referentin: **Karin Löberbauer**, MSc Fitnesstrainerin, Sportwissenschaftlerin

Info und Anmeldung bitte unter: Tel: 0664-75117471

Jeden 3. Montag im Monat

18.00 bis 19.30 Uhr · Hofer helfen Hofern

Treffpunkt Team Freiwilligendienst / Ehrenamt

Für jede und jeden, der ehrenamtlich tätig ist oder es werden möchte.

Referentin: **Tanja Kumm**, Freiwilligenkoordinatorin

Jeden Dienstag

9.00 bis 11.00 Uhr · Hofer helfen Hofern

Eltern-Kind-Frühstück

Bei einem leckeren Frühstück können Eltern und Kinder neue Kontakte knüpfen und sich austauschen bzw. miteinander spielen.

Referentin: **Tanja Kumm**

Bitte um Anmeldung.

HOFER HELFEN HOFERN

Jeden Mittwoch · Info zum Kursstart bei Referentin

jeweils 10.30 bis 11.30 Uhr (10 Termine) · „Bewegung im Einklang“ Wolfgangsestr. 32

Mobil und beweglich bis ins hohe Alter – Bewegungskurs

Referentin: **Karin Löberbauer**, MSc Fitnesstrainerin, Sportwissenschaftlerin

Info und Anmeldung unter Tel: 0664-75117471

Jeden Samstag im Monat

8.00 bis 12.00 Uhr · Hofer helfen Hofern

Gebrauchtwaren – Ladl – Flohmarkt

Referentin: **Renate Kronsteiner**

Mittwoch, 8. & 22. Juli, 5. & 19. August, 2. & 16. September 2026

18.00 bis 19.30 Uhr · Hofer helfen Hofern

English conversation group (adults)

Native speakers are most welcome.

Englisch in entspannter Atmosphäre auffrischen und anwenden

Referent: **Walter Sam**





© ianknot/Architect - stock.adobe.com

Mittwoch, 8. Juli, 26. August, 9. September 2026

jeweils 10.00 bis 11.30 Uhr · Hofer helfen Hofern

Generationen- und Kulturencafé

Bei Kaffee und Kuchen darf nach Herzenslust geplaudert werden. Dabei werden neue und alte Kontakte geknüpft und gepflegt.

Jung und Alt, verschiedene Kulturen und Sprachen sind herzlich willkommen!

Referentin: **Tanja Kumm**

Anmeldung erforderlich!

Mittwoch, 15. Juli 2026

18.00 Uhr · Sportmittelschule Hof

Vortrag: Hilfe bei Bewegungsschmerzen im Alltag

Der Mensch ist nur so belastbar wie, er funktioniert...

Anregungen zur Wiederherstellung und Erhaltung der natürlichen motorischen Funktion für alle ...

Lebensbegleitende Inhalte zu Schmerzfreiheit, Belastungsfähigkeit und Leistungsfähigkeit für alle, einfach dargestellt.

Es kann Menschen geholfen werden, ihr körperliches Schicksal selbst zu bestimmen und die Herstellung, Verbesserung und Erhaltung der motorischen Funktion zu ermöglichen.

Referent: **Franz Leberbauer**, Sportwissenschaftler, Sporttherapeut und Begründer der Methode Franz Leberbauer

Anmeldung erforderlich!

HOFER HELFEN HOFERN

Montag, 20. Juli, 17. August, 14. September

jeweils 17.00 Uhr · Betreutes Wohnen, Gemeinschaftsraum

Denkcafé

Möchten Sie Ihre geistige Fitness fördern und gleichzeitig in geselliger Runde neue Denkanstöße erhalten? Dann ist unser Denkcafé genau das Richtige für Sie!

In dieser Kursreihe laden wir Sie ein, Ihre grauen Zellen auf kreative und unterhaltensame Weise in Schwung zu bringen. Ob Rätsel, Denksportaufgaben, Diskussionen zu aktuellen Themen oder das Erlernen neuer Denkstrategien – hier ist für jeden etwas dabei!

Referentin: **Mag. Monika Puck**, Klin. u. Gesundheitspsychologin, Arbeitspsychologin und Referentin für Gedächtnistraining; zertif. Trainerin des ÖBV-GT

Bitte um Anmeldung.

Freitag, 24. Juli 2026

19.00 Uhr · Hofer helfen Hofern

Barfuß Tanzen – Old School Disco wie früher

Referent: **DJ Direktor**

Sonntag, 9. August 2026

17.00 Uhr · Gasthof „Alte Tanne“

Renates „Fünf-Uhr-Tee“ – Eine Benefiztanzveranstaltung

Für Tanzbegeisterte aller Altersklassen, die zu beschwingter Musik von Oldies bis Discofox eine flotte Sohle auf's Parkett legen möchten.

Unterhaltung durch **DJ Tom**

Eintritt: € 10,-

Kartenverkauf: Renate Kronsteiner, Tel: 0650-2072701



© AboutLife - stock.adobe.com

Freitag, 4. & 18. September 2026

14.00 bis 16.00 Uhr · Hofer helfen Hofern

Handarbeiten für Jung und Alt

Es dürfen die eigenen Werkstücke mitgebracht werden, für Kinder gibt es auch kleinere Projekte für schnellen Erfolg, dafür bitte Nähnadeln mitnehmen.

Ansonsten darf gemütlich gemeinsam gewerkelt, ausgetauscht sowie Neues gelernt und entdeckt werden.

Wichtig ist nur die Freude am Tun!

Referentin: **Elisabeth Reischl**

Anmeldung erforderlich.

Kostenlose digitale Unterstützung für Seniorinnen und Senioren!

Sie benötigen Hilfe im Umgang mit Ihrem Smartphone? Dann melden Sie sich für eine kostenlose Unterstützung an!

Das erfolgreiche Projekt „Handy, Laptop und Co“ des Diakoniewerks Salzburg hilft Ihnen in Kooperation mit Hofer helfen Hofern weiter!

Gemeinsam erkunden wir die digitale Welt des Internets am Smartphone. Sie wollten schon immer nach Rezepten suchen, Youtube Videos schauen, Musik hören oder nützliche Internetseiten kennenlernen, die den Alltag erleichtern?

Termine nach Vereinbarung!

Interessierte, die Hilfe bei diesem Projekt anbieten möchten, melden sich bitte gerne bei Christine Daller, Projektleitung Diakoniewerk unter christine.daller@diakoniewerk.at

HOFER HELFEN HOFERN

Unterstützung bei den Hausaufgaben und dem Lernstoff für Schulkinder

Termine nach Vereinbarung!

Wir freuen uns über Anregungen, Ideen und aktive Mitgestaltung!

Bitte den Passus „Bitte um Anmeldung!“ berücksichtigen.

Wir freuen uns über freiwillige Spenden!

Jede und jeder ist herzlich willkommen!

Veranstaltungen Juli

Nach Vereinbarung	Kostenlose digitale Unterstützung für Senior:innen
Nach Vereinbarung	Unterstützung bei den Hausaufgaben
Jeden Montag	Fit bis ins hohe Alter
Jeden 3. Montag	Treffpunkt Team Freiwilligendienst / Ehrenamt
Jeden Dienstag	Eltern-Kind-Frühstück
Jeden Mittwoch	Mobil und beweglich bis ins hohe Alter
Jeden Samstag	Gebrauchtwaren – Ladl – Flohmarkt
8. Juli	English conversation group (adults)
8. Juli	Generationen- und Kulturencafé
15. Juli	Vortrag: Hilfe bei Bewegungsschmerzen im Alltag
20. Juli	Denkcafé
22. Juli	English conversation group (adults)
24. Juli	Barfuß Tanzen – Old School Disco wie früher

Veranstaltungen August

Nach Vereinbarung	Kostenlose digitale Unterstützung für Senior:innen
Nach Vereinbarung	Unterstützung bei den Hausaufgaben
Jeden Montag	Fit bis ins hohe Alter
Jeden 3. Montag	Treffpunkt Team Freiwilligendienst / Ehrenamt
Jeden Dienstag	Eltern-Kind-Frühstück
Jeden Mittwoch	Mobil und beweglich bis ins hohe Alter
Jeden Samstag	Gebrauchtwaren – Ladl – Flohmarkt
5. August	English conversation group (adults)
9. August	Renates „Fünf-Uhr-Tee“ – Eine Benefiztanzveranstaltung
17. August	Denkcafé
19. August	English conversation group (adults)
26. August	Generationen- und Kulturencafé

Veranstaltungen September

Nach Vereinbarung	Kostenlose digitale Unterstützung für Senior:innen
Nach Vereinbarung	Unterstützung bei den Hausaufgaben
Jeden Montag	Fit bis ins hohe Alter
Jeden 3. Montag	Treffpunkt Team Freiwilligendienst / Ehrenamt
Jeden Dienstag	Eltern-Kind-Frühstück
Jeden Mittwoch	Mobil und beweglich bis ins hohe Alter
Jeden Samstag	Gebrauchtwaren – Ladl – Flohmarkt
2. September	English conversation group (adults)
4. September	Handarbeiten für Jung und Alt
9. September	Generationen- und Kulturencafé
14. September	Denkcafé
16. September	English conversation group (adults)
18. September	Handarbeiten für Jung und Alt

„Hofer helfen Hofern“ Angebote:

Sie wollen sich engagieren? – Wir freuen uns über freiwillige Mitarbeiter:innen in folgenden Bereichen:

- Besuchsdienst
- Fahrtendienst
- Organisierte Nachbarschaftshilfe
- Unterstützung im Schulalltag
- Unterstützung im Familienalltag
- Unterstützung bei der Integration (auch in Kooperation mit Diakoniewerk – Integrationshilfe und Sprachtraining)
- Verschiedene Gruppenangebote für gemeinsame Aktivitäten

Außerdem in unserem Hilfsverein:

- Anlaufstelle für soziale Fragen
- Hilfsmittelverleih (nach Verfügbarkeit)
- Finanzielle Unterstützung für Menschen in Notlagen (nach Möglichkeit)
- Präventionsangebote wie:
 - gezieltes Bewegungstraining, um Menschen so lange wie möglich den Verbleib in den eigenen 4 Wänden zu ermöglichen und Stürze zu vermeiden
 - Lerncoaching und gehirngerechtes Bewegungstraining, um Blockaden beim Lernen und im Verhalten gezielt zu lösen und dadurch Kompetenzen zu erweitern
 - „Handy, Laptop und Co“ Projekt, kostenloses Einzeltraining für Seniorinnen und Senioren, um sich in der digitalen Welt zurecht zu finden (in Kooperation mit dem Diakoniewerk Salzburg) u.v.m.
- Flohmarkt-Ladl jeden Samstag 8.00 bis 12.00 Uhr
- Teamworkshops und gezielte Angebote für freiwillig tätige Mitarbeiter:innen

Informationen und Kontakt

Unterstützt bitte unseren Verein auch mit Spenden und Mitgliedsbeitrag:

€ 20,- im Jahr 2026

Raiffeisenbank Fuschlsee West, Bankstelle Hof bei Salzburg

IBAN AT85 3506 5000 2604 9650

BIC RVSAA2S065

Unser Hofmobil benötigt ebenfalls finanzielle Unterstützung:

IBAN AT39 3506 5000 2611 8281

BIC RVSAA2S065

Kontakt:

Tanja Kumm, Obfrau von „Hofer helfen Hofern“

Tel: 0676-7011766, E-Mail: helfen@hoheho.at

Mehr Infos zum Verein findet ihr auf unserer Webseite:

www.hoferhelfenhofern.at



**GESUNDE
GEMEINDE**



salzburger
bildungswerk
gemeindeentwicklung

