

Senioren Begegnungsstätte Eichenau

Programm Mai bis August 2025



Eine Einrichtung der Caritas Fürstfeldbruck – offen für alle im
Seniorenhaus am
Kolpingweg 2, 82223 Eichenau
Telefon: 08141 / 80229
Träger: Caritasverband der Erzdiözese München
und Freising e.V.



Liebe Seniorinnen und Senioren in Eichenau und Umgebung!

Nun ist sie da die **Sommerzeit** und wir freuen uns über die Wärme und den Sonnenschein. Die richtige **Jahreszeit**, um auch einige **Aktivitäten draußen** zu unternehmen.

So bieten wir **seit März** die Möglichkeit an jedem **1. Mittwoch im Monat** an einer **geführten Radtour** teilzunehmen. Nähere Informationen zu den Routen finden Sie im Programmheft.

Am **04. Juni** ist ein Tagesausflug mit dem Zug nach **Landsberg am Lech** geplant. Dort werden wir bei einer **1,5-stündigen Stadtführung** die Geschichte und Wahrzeichen Landsbergs näher kennenlernen.

Der Nachmittag des 9ten Julis steht ganz unter dem Motto **Kunst am Nachmittag**. Zusammen mit Petra Kellermann treffen wir uns im katholischen Pfarrhof und reisen mit Bildern, Liedern und Gedichten nach **Griechenland**. Lieben Sie auch die griechischen Götter, die Tempel und die griechischen Insel? Dann lassen Sie sich in Bildern auf die Akropolis und nach Santorin entführen. Singen Sie mit bei „Ein Schiff wird kommen“ (Nana Mous-kouri) und bei „Griechischer Wein“ (Udo Jürgens). Und vielleicht tanzen Sie auch einen Sirtaki mit Alexis Sorbas? Dieses Angebot wird gefördert durch den Sighart Fonds für Senioren, ein Stiftungsfonds der Bürgerstiftung für den Lkr. Fürstenfeldbruck.

Im Bereich der **Digitalen Medienwelt Eichenau** bieten wir neben dem **Offenen Computer-Treff** der regelmäßig freitags von 9 – 12 Uhr stattfinden, seit März auch eine **Smartphone Sprechstunde** an. Hierbei unterstützen wir Sie in einer **Eins-zu-eins-Beratung**, Ihr Smartphone, Tablet oder Ihren Laptop kennenzulernen, zu nutzen und sicher damit umzugehen.

Die **Smartphone Sprechstunde** findet immer am **1ten Dienstag im Monat** von **13:00 – 14:00 Uhr** in der Senioren Begegnungsstätte statt. Nähere Informationen zu unseren Angeboten der Digitalen Medienwelt finden Sie auf Seite 26.

Auch für die **Kulinarik** ist wieder gesorgt. So wird im **Mai, Juni** und **Juli** wie gewohnt das **Frühstück-Café** stattfinden. Sie können sich auf ein **Reisevideo**, ein **Überraschungsfrohstück** und auf ein **Märchenfrühstück** freuen.

Für alle **Bewegungsbegeisterte** und **Interessierten**, die ihren gesamten Organismus positiv unterstützen möchten, bieten wir nach wie vor diverse **Sportkurse** und **Reha-Gymnastik** an.

Seit **April** bieten wir **donnerstags von 08:45 – 09:45 Uhr Mobilitäts- & Faszientraining** an. Das Mobilitätstraining kombiniert gezielte Übungen, um die Beweglichkeit und Flexibilität zu fördern, Verspannungen zu lösen und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. In Kombination mit Faszientraining aktivieren und dehnen wir das Bindegewebe, um die Körperhaltung zu verbessern und Schmerzen vorzubeugen.

Für die Teilnahme ist eine gewisse Grundkraft und -Mobilität erforderlich, da viele Übungen auf dem Boden durchgeführt werden.

Der **Einstieg** in die meisten **Sport- und Rehakurse** ist auch **nach Kursbeginn möglich**.

Ein **Lächeln** ist wie ein **Sonnenblick**, er **wärmt** und bringt **Glück**. Wir wünschen Ihnen einen **wunderbaren Sommer** mit vielen **strahlenden Gesichtern** und **schönen Momenten**.

Ihre Antonia Hunger und Silvia Dörr

Leitung der Senioren Begegnungsstätte Eichenau



Die SBS wird unterstützt von
Gemeinde Eichenau
Förderverein KAV Eichenau e.V.
Kath. Pfarrei Zu den Hl. Schutzengeln
Caritas Fürstenfeldbruck
Bürgerstiftung Lkr Fürstenfeldbruck „Seniorenhilfe Sonnenstrahl“
Geschwister Lautenbacher Stiftung
St. Antonius Stiftung

Ein herzliches Dankeschön an unsere Unterstützer!

Um unser Programm weiterhin anbieten zu können, sind wir auf Spenden angewiesen. Wir freuen uns sehr, wenn Sie uns finanziell unterstützen und sagen, jetzt schon Vielen Herzlichen Dank!!

Bank für Sozialwirtschaft München
Kontoinhaber: Caritasverband der
Erzdiözese München und Freising e.V.
IBAN: DE30 7002 0500 8850 0007 08
Stichwort: Seniorenbegegnungsstätte
Eichenau 442910

Inhalt

Inhalt	4
Mai 2025	6
Juni 2025	7
Juli 2025	8
August 2025	9
Förderverein KAV Eichenau e.V.	10
Ehrenamtliches Engagement	13
Sportgruppen	14
Infos zu den Sportgruppen	14
Regelmäßige Treffen	19
Montagstreff - Spielenachmittag	19
Offene Sprechstunde „Seelische Gesundheit“	19
Gesprächskreis für pflegende Angehörige	20
Gemeinsames Mittagessen mit Marlies Kolbe	20
Internationale Kreistänze	21
Gruppenangebot für Menschen mit leichter bis mittelschwererer Demenz	22
Gesprächskreis mit Marlies Kolbe	23
Singen mit Frau Gemperlein	23
Radtouren	24
Digitale Medienwelt Eichenau	26
Offener Computer-Treff	26
Smartphone Sprechstunde	27
Computerplatz	27
Frühstücks-Café	28

Frühstücks-Café – Reisevideo.....	29
Frühstücks-Café – Überraschungsfrühstück.....	30
Frühstücks-Café – Ein märchenhaftes Frühstück	30
Einzelne Veranstaltungen.....	31
Senioren-Bürgerversammlung.....	31
Musikalischer Nachmittag	31
Ausflug nach Landsberg am Lech.....	32
Kunst am Nachmittag - Griechenland	33
Sonstiges	34
Kursinformationen	34
Fachstelle für pflegende Angehörige / Kompetenz-Zentrum Demenz	35
Impressum	36

1	Do	Tag der Arbeit	
2	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff	
3	Sa		
4	So		
5	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	19
6	Di	13:00 Uhr Smartphone Sprechstunde 16:00 Uhr Gesprächskreis für pflegende Angehörige	
7	Mi	09:30 Uhr Radtour 14:30 Uhr Senioren Bürgerversammlung	
8	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe 15:00 Uhr Gesprächskreis mit Marlies Kolbe	
9	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff 15:00 Uhr Singen mit Frau Gemperlein	
10	Sa		
11	So	Muttertag	
12	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	20
13	Di	13:00 Uhr Offene Sprechstunde Seelische Gesundheit	
14	Mi	14:30 Uhr Musikalischer Nachmittag	
15	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe	
16	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff	
17	Sa		
18	So		
19	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	21
20	Di		
21	Mi	12:00 Uhr Gemeinsames Mittagessen des Gesprächskreises 15:00 Uhr Internationale Kreistänze	
22	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe	
23	Fr	09:00 Uhr Frühstücks-Café: Reisevideo	
24	Sa		
25	So		
26	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	22
27	Di		
28	Mi		
29	Do	Christi Himmelfahrt	
30	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff	
31	Sa		

1	So		
2	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	23
3	Di	13:00 Uhr Smartphone Sprechstunde 16:00 Uhr Gesprächskreis für pflegende Angehörige	
4	Mi	08:30 Tagesausflug Landsberg am Lech 09:30 Uhr Radtour 15:00 Uhr Internationale Kreistänze	
5	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe 15:00 Uhr Gesprächskreis mit Marlies Kolbe	
6	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff	
7	Sa		
8	So	Pfingsten	
9	Mo	Pfingstmontag	24
10	Di	13:00 Uhr Offene Sprechstunde Seelische Gesundheit	
11	Mi		
12	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe	
13	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff 15:00 Uhr Singen mit Frau Gemperlein	
14	Sa		
15	So		
16	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	25
17	Di		
18	Mi	12:00 Uhr Gemeinsames Mittagessen des Gesprächskreises 15:00 Uhr Internationale Kreistänze	
19	Do	Fronleichnam	
20	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff	
21	Sa		
22	So		
23	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	26
24	Di		
25	Mi		
26	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe	
27	Fr	09:00 Uhr Frühstücks-Café: Überraschungsfrühstück	
28	Sa		
29	So		
30	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	27

1	Di	13:00 Uhr Smartphone Sprechstunde 16:00 Uhr Gesprächskreis für pflegende Angehörige	
2	Mi	09:30 Uhr Radtour 15:00 Uhr Internationale Kreistänze	
3	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe 15:00 Uhr Gesprächskreis mit Marlies Kolbe	
4	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff	
5	Sa		
6	So		
7	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	28
8	Di	13:00 Uhr Offene Sprechstunde Seelische Gesundheit	
9	Mi	14:30 Uhr Kunst am Nachmittag Griechenland	
10	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe	
11	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff 15:00 Uhr Singen mit Frau Gemperlein	
12	Sa		
13	So		
14	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	29
15	Di		
16	Mi	12:00 Uhr Gemeinsames Mittagessen des Gesprächskreises 15:00 Uhr Internationale Kreistänze	
17	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe	
18	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff	
19	Sa		
20	So		
21	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	30
22	Di		
23	Mi		
24	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe	
25	Fr	09:00 Uhr Frühstücks-Café: Märchenfrühstück	
26	Sa		
27	So		
28	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	31
29	Di		
30	Mi	15:00 Uhr Internationale Kreistänze	
31	Do	10:15 Uhr Donnerstagsgruppe	

August 2025

1	Fr	09:00 Uhr Offener Computer-Treff	
2	Sa		
3	So		
4	Mo	14:00 Uhr Montagstreff mit Frau Laudahn	32
5	Di	13:00 Uhr Offene Sprechstunde Seelische Gesundheit 13:00 Uhr Smartphone Sprechstunde 16:00 Uhr Gesprächskreis für pflegende Angehörige	
6	Mi	09:30 Uhr Radtour	
7	Do		
8	Fr	15:00 Uhr Singen mit Frau Gemperlein	
9	Sa		
10	So		
11	Mo		33
12	Di		
13	Mi		
14	Do		
15	Fr		
16	Sa		
17	So		
18	Mo		34
19	Di		
20	Mi		
21	Do		
22	Fr		
23	Sa		
24	So		
25	Mo		35
26	Di		
27	Mi		
28	Do		
29	Fr		
30	Sa		
31	So		

Förderverein KAV Eichenau e.V.

Der Förderverein mit über 500 Mitgliedern unterstützt die ambulante Pflege und die Senioren Begegnungsstätte. Er ist auch Träger des Ökumenischen Besuchsdienstes und des Telefondienstes. Durch die Mitgliedsbeiträge werden Projekte und Veranstaltungen u.a. der Senioren Begegnungsstätte finanziell, ideell und praktisch unterstützt. Er stellt ein wichtiges Standbein für den Betrieb der Senioren Begegnungsstätte dar

Werden Sie Mitglied und Unterstützer unseres Fördervereins. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 30,- € im Jahr. Den Mitgliedsantrag können Sie online unter www.kav-eichenau.de/mitglied-werden finden oder direkt persönlich in der SBS abholen.

Als Mitglied des KAV erhalten Sie **50% Ermäßigung** auf unsere Kurse und Veranstaltungen und sind im Rahmen des REHA-Sportes unfall- und haftpflichtversichert über den BLSV.

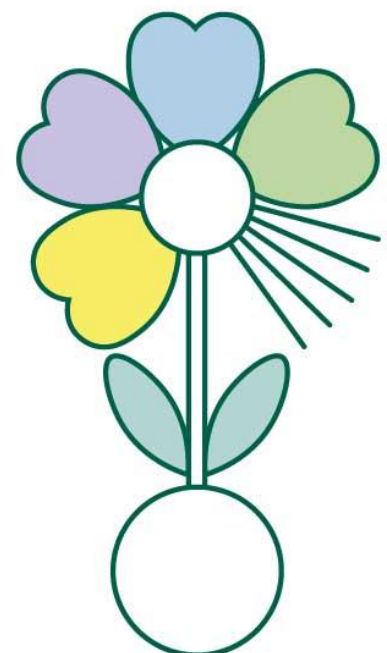
Sie können auch durch Einzelspenden die Arbeit des Fördervereins und damit u.a. die Begegnungsstätte unterstützen.

Unsere Bankverbindung:

Förderverein KAV Eichenau e.V.
Sparkasse Fürstenfeldbruck
IBAN: DE37 7005 3070 0005 9433 37

Förderverein KAV Eichenau e.V.

Fasanstraße 32 in 82223 Eichenau
Tel: 0178 – 197 08 62
E-Mail: foerderverein@kav-eichenau.de



Gesprächsangebote des KAV

Einfach mal mit
jemandem reden...



88 86 400

werktags 15 – 17 Uhr
kostenlos und vertraulich

Ihr Telefonischer Gesprächsdienst des
Fördervereins KAV Eichenau e.V.

Wir dürfen auf unser beiliegendes Lesezeichen verweisen.

Mit uns kann man reden, denn wir sind offen für **Ihre** Gedanken, Gefühle, Sorgen und alles, was **Sie** bewegt. Wir hören **Ihnen** zu, unterhalten uns mit Ihnen und können – wenn **Sie** es wollen – vielleicht auch einen Ratschlag oder eine nützliche Information geben.

Wir sind Ehrenamtliche, die **Ihnen** Zeit, Aufmerksamkeit und Beachtung schenken

wollen. Unter der Telefonnummer **(08141)-8886400** erreichen Sie einen bzw. eine von uns, an Werktagen zwischen 15 und 17 Uhr. Ein kostenloser und absolut vertraulicher Service.

Und wenn Sie **außerhalb dieser Zeiten** anrufen, können Sie – wenn Sie wollen - auf dem Anrufbeantworter Ihren Namen und Ihre Telefonnummer hinterlassen. Wir rufen Sie dann innerhalb von drei Tagen am Nachmittag zurück.

Mit unserer **Ratschecke** sind wir

- bei der Bäckerei-Café Fritz **donnerstags** von 10:00 – 12:00 Uhr

anzutreffen.

Kommen Sie doch auf eine Tasse Kaffee vorbei. Wir sind normalerweise 10-15 Personen in wechselnder Besetzung. Alle sind herzlich willkommen.

Wir freuen uns auf Sie.

Dr. Ursula Bernhofer-Schied

Ökumenischer Besuchsdienst

Wir suchen dringend eine neue Leitung für den ökumenischen Besuchsdienst und weitere Mitarbeiter.

Bitte stellen Sie sich zur Verfügung. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die folgenden Kontaktdaten:

KAV

Fasanstr. 32, 82223 Eichenau

foerderverein@kav-eichenau.de

Tel.: 0178 1970862



Wenn **Sie** es wünschen, überbringen ehrenamtliche Mitglieder unseres Besuchsdienstes Glückwünsche des Vereins und der katholischen Gemeinde zu besonderen Anlässen und besuchen Menschen im Evangelischen Pflegezentrum Eichenau oder nach Absprache zuhause.

Möchten Sie diesen ebenfalls kostenlosen Service in Anspruch nehmen, dann lassen Sie es uns bitte wissen. Sie erreichen uns dazu unter der Mail-Adresse: foerderverein@kav-eichenau oder telefonisch unter **(08141)-8886400**.

Dr. Ursula Bernhofer-Schied

Tanja Kaludjerovic / Ferdinand Huber
t.kaludjerovic@kav-eichenau.de

Ehrenamtliches Engagement

Miteinander mehr möglich machen

Einer der wichtigsten Pfeiler der Senioren Begegnungsstätte sind die seit vielen Jahren sehr engagierten ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen. Unsere Helfer*innen sind wahre Helden des Alltags. Mit ihrer Zeit, ihrem Engagement und ihrer Herzlichkeit schaffen sie eine lebendige und positive Umgebung für unsere Besucher. Sie ermöglichen soziale Teilhabe, fördern das Miteinander und bereichern unser Programm enorm. Ihre Arbeit verdient unsere Anerkennung und Wertschätzung, denn ohne sie wäre das Angebot der Senioren Begegnungsstätte nicht dasselbe. Dafür ein herzliches Dankeschön dem gesamten Helferkreis.

Möchten auch Sie ein Teil des engagierten Helferkreises werden und unsere Senioren Begegnungsstätte unterstützen?

Es gibt viele Möglichkeiten, wie Sie sich einbringen können:

- Begleitung bei Ausflügen und Veranstaltungen
- Unterstützung bei kulinarischen Angeboten
- Organisation und Durchführung von Aktivitäten (Wanderungen, Ausflüge, Bewegungsangebote, Basteln, Tanzen, Kreative Angebote usw...)
- Unterstützung bei Festen/besonderen Veranstaltungen
- Hilfestellung im Umgang mit Digitalen Medien
- Unterstützung bei administrativen Aufgaben

Darüber hinaus sind Ihre Ideen und Ihr Engagement herzlich willkommen, um neue Aktivitäten und Angebote zu entwickeln, die unseren Besuchern Freude bereiten.

Egal ob Sie ein paar Stunden pro Woche oder pro Monat zur Verfügung haben, jeder Beitrag ist von unschätzbarem Wert. Wenn Sie also Zeit und Lust haben die Senioren Begegnungsstätte zu bereichern dann freuen wir uns sehr auf Ihre Kontaktaufnahme.

Ansprechpartner: Antonia Hunger

Kolpingweg 2, 82223 Eichenau

Tel.: 08141 80229 oder per Email: antonia.hunger@caritasmuenchen.org

Sportgruppen

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
Tai Chi /Qigong 09:10 – 10:10 Uhr	REHA Gymnastik Osteoporose 09:00 – 10:00 Uhr	REHA Sport Rücken fit 09:00 – 09:45 Uhr	Mobilitäts- und Faszientraining 08:45 – 09:45 Uhr
Pilates 10:25 – 11:25 Uhr	REHA Gymnastik Osteoporose 10:00 – 11:00 Uhr	REHA Gymnastik bei/nach Krebs 10:00 – 10:45 Uhr	
Qi Gong 11:40 – 12:40 Uhr	Gymnastik im Sitzen 11:00 – 12:00 Uhr	REHA Sport Rücken fit 11:00 – 11:45 Uhr	
Qi Gong 12:45 – 13:45 Uhr		REHA Sport am Abend 17:00 – 17:45 Uhr	

Infos zu den Sportgruppen

Tai Chi / Qigong

Mit langsamen, aufmerksamen Bewegungen stärken wir das Einheitsgefühl unseres Körpers. Die entspannenden, fließenden Bewegungen im Stehen und Gehen fördern die Balance und das Gleichgewicht. Mit Atemübungen in der Bewegung werden die Vorstellungskraft und die Konzentration verbessert. Körper, Seele und Geist werden gleichzeitig trainiert.

Die Übungen stammen aus dem Qigong und Tai Chi. Tai Chi ist eine alte, entspannende Heilgymnastik, die unsere Selbstheilungskräfte und das Wohlbefinden fördert. Fortschreitend werden kurze zusammenhängende Bewegungsabläufe erlernt.

Es sind keine Voraussetzungen notwendig. Bequeme Sportkleidung empfehlenswert.

Kursleiter: Alois Krieg

Kursgebühr: 57,60 € / 28,80 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Montags 9x: 09:10 – 10:10 Uhr

05., 12., 19., 26. Mai; 02., 23., 30. Juni; 21., 28. Juli

Pilates

Pilates ist ein Ganzkörpertraining. Es schult das Zusammenspiel von Haltung und Balance. Die Bewegungen bringen Körper und Geist in Einklang, da sie sehr präzise ausgeführt werden. Die besondere Form des Bauch- und Rückenmusekeltrainings stabilisiert unsere Körpermitte und Tiefenmuskulatur.

Die spezielle Atemtechnik unterstützt die Dehn- und Kräftigungsübungen. Unser Körpergefühl verbessert sich. Wir stärken unseren Körperstützapparat und beugen Haltungsschäden vor. Die Übungen finden im Stehen und im Sitzen, beziehungsweise im Liegen auf der Matte statt. Als Hilfsmittel werden Ball und Tubes (Zugbänder) eingesetzt.

Bitte bequeme Sportkleidung und evtl. leichte Gymnastikschuhe oder Socken mitbringen, sowie ein kleines Handtuch, ggf. etwas zum Trinken.

Kursleiter: Petra Pagel

Kursgebühr: 76,80 € / 38,40 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Montags 12x: 10:25 – 11:25 Uhr

05., 12., 19., 26. Mai; 02., 30. Juni; 07., 14., 21., 28. Juli; 04., 11. August

Qi Gong

Qi Gong ist eine alte Form der chinesischen Heilgymnastik mit Entspannungstechnik, die unsere Selbstheilungskräfte aktiviert. Die einfachen Bewegungen können im Stehen und Sitzen ausgeführt werden. Die fließenden, langsamen Bewegungen verbinden Atmung und Vorstellungskraft und helfen den Alltag zu entschleunigen. Den Abschluss bildet eine kleine Entspannungseinheit. Wir regenerieren uns und stärken unser Wohlbefinden. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Bitte bequeme Alltagskleidung und evtl. leichte Gymnastikschuhe oder Socken mitbringen.

Kursleiter: Petra Pagel

Kursgebühr: 76,80 € / 38,40 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Montags 12x:

Kurs I: 11:40 – 12:40 Uhr

Kurs II: 12:45 – 13:45 Uhr

05., 12., 19., 26. Mai; 02., 30. Juni; 07., 14., 21., 28. Juli; 04., 11. August

REHA Gymnastik bei Osteoporose

Bewegung ist das A und O für stabile Knochen. Durch gezieltes Training wird der Knochenaufbau angeregt. Dazu bieten wir ein vielfältiges Übungsprogramm an:

- Muskeltraining
- Gleichgewichts- und Geschicklichkeitsübungen
- Förderung der Reaktion und Koordination.

Unsere Übungen und kleine Spiele verbessern die Sturzreflexe und verringern das Sturzrisiko. Sie lernen andere von Osteoporose Betroffene kennen und können so auch wichtige Informationen austauschen.

Kursleiter: Reinhild Friederichs

Kursgebühr: 76,80 € / 38,40 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Dienstags 12x:

Kurs I: 09:00 – 10:00 Uhr

Kurs II: 10:00 – 11:00 Uhr

06., 13., 20., 27. Mai; 03., 17., 24. Juni; 01., 08., 15., 22., 29. Juli

Teilnahme an den REHA-Kursen mit ärztlicher Verordnung oder als Selbstzahler.

Gymnastik im Sitzen

Diese Stunde ist für alle geeignet, denen das Gehen nicht mehr so leichtfällt, die aber gerne in geselliger Runde nicht nur für ihren Körper, sondern auch für Geist und Seele etwas tun möchten. Im fröhlichen Miteinander werden die Muskeln mit Kleingeräten vorwiegend im Sitzen gekräftigt. Beweglichkeit, Koordination und Reaktion werden durch abwechslungsreiche Übungen und kleine Spiele ebenso geschult wie das Gleichgewicht. Auch die Entspannung kommt nicht zu kurz. Und das alles steht unter dem Motto „Lachen ist gesund“.

Kursleiter: Reinhild Friederichs

Kursgebühr: 76,80 € / 38,40 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Dienstags 12x: 11:00 – 12:00 Uhr

06., 13., 20., 27. Mai; 03., 17., 24. Juni; 01., 08., 15., 22., 29. Juli

REHA-Gymnastik bei /nach Krebs

Wir trainieren Stoffwechsel, Koordination, Kraft, Flexibilität, Haltung und geben der Dehnung viel Raum. Wir nehmen uns Zeit für Atemübungen. Mit ansprechender Musik und Spaß in der Gruppe wollen wir ein neues Körperbewusstsein aufbauen und uns wieder fit für den Alltag machen. Den Abschluss bildet eine kleine Entspannungseinheit.

Kursleiter: Karin Kuschel

Kursgebühr: pro Termin 6,40 € / 3,20 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Mittwochs: 10:00 – 10:45 Uhr

07., 14., 21., 28. Mai; 04., 25. Juni; 02., 09., 16., 23., 30. Juli;

Teilnahme an den REHA-Kursen mit ärztlicher Verordnung oder als Selbstzahler.

REHA-Sport Rücken fit

Nach einer gemäßigten Aufwärmarbeit trainieren wir Balance, Koordination und Muskelkraft auf verschiedene Weise. Wir integrieren Alltagsbewegungen in unser Training und üben deren körpergerechte Ausführung. Nach einer ausführlichen Dehn- und Stretch Phase bildet eine kleine Entspannungseinheit den Abschluss.

Kursleiter: Karin Kuschel

Kursgebühr: pro Termin 6,40 € / 3,20 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Mittwochs:

Kurs I: 09:00 – 09.45 Uhr

Kurs II: 11:00 – 11:45 Uhr

07., 14., 21., 28. Mai; 04., 25. Juni; 02., 09., 16., 23., 30. Juli;

Teilnahme an den REHA-Kursen mit ärztlicher Verordnung oder als Selbstzahler.



REHA Sport am Abend

In diesem Kurs lernen Sie auf angenehme und effektive Weise, Ihren Rücken zu stärken. Es bietet den notwendigen Ausgleich für einen den Rücken strapazierenden Alltag. Ziel ist die Förderung und Gesundheit und die Vorbeugung von Rückenbeschwerden. Das Workout bietet ein funktionelles Ganzkörpertraining zur Muskelkräftigung und für die Beweglichkeit und Stretching.

Kursleiter: Peivand Farsad

Kursgebühr: pro Termin 6,40 € / 3,20 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Mittwochs: 17:00 – 17:45 Uhr

21., 28. Mai; 04., 25. Juni; 02., 09., 16., 23., 30. Juli;

Teilnahme an den REHA-Kursen mit ärztlicher Verordnung oder als Selbstzahler.

Mobilitäts- & Faszientraining

Unser Mobilitätstraining kombiniert gezielte Übungen, um die Beweglichkeit und Flexibilität zu fördern, Verspannungen zu lösen und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. In Kombination mit Faszientraining aktivieren und dehnen wir das Bindegewebe, um die Körperhaltung zu verbessern und Schmerzen vorzubeugen.

Für die Teilnahme ist eine gewisse Grundkraft und -Mobilität erforderlich, da viele Übungen auf dem Boden durchgeführt werden

Kursleiter: Nina Dörr

Kursgebühr: 70,40 € / 35,20 € für KAV-Mitglieder

Kurstermine Donnerstag 11x: 08:45 – 09:45 Uhr

10., 17., 24. April; 08., 15., 22. Mai; 05., 12., 26. Juni; 17., 24. Juli



Regelmäßige Treffen

Montagstreff - Spielenachmittag

<p>Montag wöchentlich 14:00 – 17: 00 Uhr</p> <p>Leitung: Maria Laudahn</p> <p>Keine Anmeldung nötig</p>	<p>Sind Sie ein Freund unterhaltsamer Gesellschaftsspiele? Dann kommen Sie in unsere fröhliche Runde! Wir spielen Schafkopf, Skat, Rommee, Mensch ärgere dich nicht, Skibo. Sie können gerne auch Spiele mitbringen. Es gibt Kaffee, Kaltgetränke, Kuchen und Butterbrezn zum kleinen Preis.</p>
---	--

Offene Sprechstunde „Seelische Gesundheit“

<p>Dienstag 1x im Monat 13:00 – 15:00 Uhr</p> <p>Beraterin: Stefanie Piscitelli</p> <p><u>Termine:</u></p> <p>Dienstag, 13. Mai 25 Dienstag, 10. Juni 25 Dienstag, 08. Juli 25 Dienstag, 05. August 25</p> <p>Kontakt: Sozialpsychiatrischer Dienst, Hauptstraße 5, 82256 Fürstenfeldbruck, Tel.: 08141/32 07-8070, E-Mail: spdi- fuerstenfeldbruck@caritasmuenchen.org</p>	<p>Die Sprechstunde ist ein Angebot für Menschen ab 60 Jahren, die seelische und psychische Probleme haben, belastet sind, sich ängstigen oder verfolgt fühlen, oft niedergeschlagen oder einsam sind. Hier erhalten sie Informationen rund um das Thema seelische Gesundheit, Hilfe im Umgang mit ihren Belastungen oder seelischen Erkrankungen und bei der Bewältigung ihres Alltags. Aber auch Angehörige (Verwandte, Freunde, Nachbarn) von verwirrten oder psychisch erkrankten älteren Menschen erfahren dort Rat und Hilfe im persönlichen Beratungsgespräch. Die offene Sprechstunde ist für jedermann zugänglich und es braucht keine Termine; die Beratung ist kostenfrei, unterliegt der Schweigepflicht und kann auch anonym durchgeführt werden.</p>
---	--

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Dienstag 1x im Monat

16:00 – 17:30 Uhr

Leitung: Stefica Müller, Bianca Brummer

Anmeldung: 08141 320736

Termine:

Dienstag, 06. Mai 25

Dienstag, 03. Juni 25

Dienstag, 01. Juli 25

Dienstag, 05. August 25

Die Pflege von Angehörigen ist oft eine große Herausforderung. Im Gesprächskreis versuchen wir Entlastung zu schaffen. Hier ist Zeit und Raum für Austausch oder auch für neue Impulse.

Gemeinsames Mittagessen mit Marlies Kolbe

Mittwoch 1x im Monat

Der Gesprächskreis mit Marlies Kolbe trifft sich an jedem 3. Mittwoch im Monat zu einem gemeinsamen Mittagessen in den Bürgerstuben Eichenau.

Folgende Termine sind vorgesehen:

Mittwoch, 21. Mai um 12:00 Uhr

Mittwoch, 18. Juni um 12:00 Uhr

Mittwoch, 16. Juli um 12:00 Uhr

Bitte bei Marlies Kolbe (Tel.: 08141/7413) für das Mittagessen anmelden!



Internationale Kreistänze

Mittwoch, 14-tägig von 15:00 – 16:00 Uhr

Uralte überlieferte Kreistänze, die vor allem in den Randgebieten Europas noch lebendig sind, machen Spaß! Sie begeistern mit ihrer zauberhaft vielfältigen Musik und ihren verschiedenen Rhythmen, erzählen zum Teil Geschichten, drücken immer Lebensgefühle aus.

Wir tanzen im Kreis einfache Schrittfolgen zu Melodien verschiedener Kulturkreise.

Kreistänze bieten einen wunderbaren Ausgleich zum Alltag und bereiten Freude und Entspannung.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

6x mittwochs von 15:00 – 16:00 Uhr

Mittwoch, 21. Mai 25

Mittwoch, 04. Juni 25

Mittwoch, 18. Juni 25

Mittwoch, 02. Juli 25

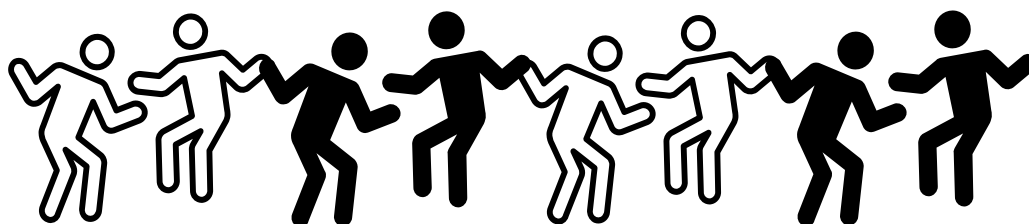
Mittwoch, 16. Juli 25

Mittwoch, 30. Juli 25

Kursleitung: Eva Bader

Kosten: 30,- € / 15,- € als KAV-Mitglied

Anmeldung erbeten! Ein späterer Einstieg ist möglich.



Gruppenangebot für Menschen mit leichter bis mittelschwerer Demenz

Montag (in der evangelischen Kirche) von 10:00 – 14:00 Uhr und
Donnerstag (in der Senioren Begegnungsstätte) von 10:15 – 14:15 Uhr

Kosten: je Termin 69,00 €

Leitung: Stefica Müller und Bianca Brummer

Anmeldung erforderlich Tel.08141/320736

Das Gruppenangebot richtet sich primär an Menschen mit leichten bis mittelschweren kognitiven Einschränkungen.

Ein Angebot, das an die Bedürfnisse demenziell erkrankter Menschen angepasst ist.

Wir beginnen jeweils um 10:00 Uhr mit wechselndem Programm, essen gemeinsam zu Mittag und beenden die Gruppe um 14:00 Uhr.

Die Begleitung durch den Vormittag findet durch geschultes Personal statt. Es werden mehrere Mitarbeiter gleichzeitig für die Teilnehmer da sein.

Unser Ziel ist es pflegende Angehörige zu entlasten und ihnen zeitliche Freiräume zu schaffen. Für die Teilnehmer soll die Gruppe Abwechslung, Anregung, Bewegung und Beschäftigungsmöglichkeit bieten.



Gesprächskreis mit Marlies Kolbe

Donnerstag 1x im Monat

15:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Marlies Kolbe

Tel.: 08141/7413, Anmeldung nötig!

Um eine Spende von 2 Euro wird gebeten.

Die Treffen finden, wenn nichts Anderes angegeben ist, in der Senioren Begegnungsstätte, Kolpingweg 2 statt.

Termine:

Donnerstag, 08. Mai 2025

Filmnachmittag

Donnerstag, 05. Juni 2025

Museumsbesuch in Fürstenfeldbruck mit Mittagessen

Donnerstag, 06. Juli 2025

Treffen in der Eisdiele

Singen mit Frau Gemperlein

Freitag 1x im Monat

15:00 – 16:30 Uhr

Leitung: Frau Gemperlein

Keine Anmeldung nötig.

Termine:

Freitag, 09. Mai 2025

Freitag, 13. Juni 2025

Freitag, 11. Juli 2025

Freitag, 08. August 2025



Radtouren

#	Datum	Tour
1	Mittwoch 12. März 2025	Auf Schleichwegen zum Olympiagelände Evtl. mit Kirschbaumblüte
2	Mittwoch 2. April 2025	Wiedenzhausen-Wenigmünchen-Runde mit Kalvarienberg
3	Mittwoch 7. Mai 2025	Über den Pasinger Stadtpark zur Eisenkapelle und zum Lußsee
4	Mittwoch 4. Juni 2025	Forst Kasten-Runde und Pasinger Stadtpark
5	Mittwoch 2. Juli 2025	Freizeitgelände Mammendorf Bademöglichkeit
6	Mittwoch 6. August 2025	Über Erdweg nach Altomünster Rückfahrt mit S-Bahn
7	Mittwoch 3. September 2025	Über Maisach und Moorenweis nach St. Ottilien Rückfahrt mit S-Bahn
8	Mittwoch 1. Oktober 2025	Über Grafrath und Naturbeobachtungsturm nach Landsberied
9	Mittwoch 5. November 2025	Dachau-Runde auf Ammer-Amper-Radweg & entlang der Maisach zum Fußbergmoos



Zu allen Touren

Termine	<ul style="list-style-type: none"> • Die Touren finden im Regelfall am 1. Mittwoch des Monats statt. Achtung: Es gibt Ausnahmen! • Start ist um 09:30 an der Senioren-Begegnungsstätte in Eichenau, Kolpingweg 2 • Bei Regen, Sturm, Schnee und Eis entfällt die Tour. 	
Teilnahme	<p>Alle sind willkommen, die an einer gemütlichen Radtour teilnehmen möchten und fit sind für 50 km in moderatem Tempo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es besteht Helmpflicht. • Das Fahrrad muss der StVO entsprechen. • Die Mitnahme eines Mobiltelefons wird empfohlen. 	
Route	<ul style="list-style-type: none"> • Die Route verläuft auf verkehrsarmen Straßen, Kieswegen, Feld und Waldwegen. Eine profilierte Bereifung ist erforderlich. • Die im Aushang angegebene Tour ist nicht verbindlich. Sie kann aus aktuellem Anlass (z.B. Baustellen / Wetterlage) geändert werden. 	
Pausen	<ul style="list-style-type: none"> • Mittag Einkehr in ein Restaurant / 1,5 Std • Kaffeepause am Nachmittag (sofern möglich) • Bei Touren mit Badepause (30 Min.) entfällt evtl. die Kaffeepause 	
Rückkehr	Ca. 16 Uhr	
Leitung	Planung & Tourenführung Werner Müller 0172-8210244	Schlussfahrer Im Regelfall Dieter Gugel 01578-7217011
Entfernung	Zwischen 45 und 50 Km	
Räder	Alltags- und Treckingräder ohne oder mit e-Antrieb / Profilierte Reifen	
Tickets	Fahrkosten bei S-Bahn-Nutzung übernimmt jede*r selbst.	
Gebühr	3,- € bzw. 1,50 € für Mitglieder des KAV-Fördervereins	



Offener Computer-Treff Smartphone, PC und Internet. PC-Stammtisch

Freitag 09:00 – 12:00 Uhr

Digitale Medienwelt Eichenau bietet seit vielen Jahren allen interessierten Seniorinnen und Senioren Treffen in der SBS an, um gegenseitigen Erfahrungsaustausch zu unterstützen und um sich bei technischen oder anwendungsbezogenen Fragen im Bereich Smartphone, Tablet, PC und Internet mit den Betreuern zu beraten und Hilfe zu bekommen.

Das Angebot richtet sich an Einsteiger, aber auch erfahrene Nutzer der Digitalen Medien.

Die Treffen finden freitags an den nachfolgend genannten Terminen statt. Für manche Treffen sind auch Kurzvorträge geplant.

**02.05., 09.05., 16.05., 30.05., 06.06., 13.06., 20.06.,
04.07., 11.07., 18.07., 01.08.**

- Einfach vorbei kommen -

Alle Informationen zu Terminen und Vortragsthemen finden Sie unter:
www.dmw-eichenau.de

Auf der Webseite können Sie sich für einen Newsletter anmelden, um regelmäßig informiert zu werden.

Bei akuten Problemen mit dem PC, Tablet oder Smartphone können Sie sich auch aus der Ferne beraten oder helfen lassen. Wenden Sie sich per E-Mail an die Betreuer unter: hilfe@dmw-eichenau.de

Das **Offene Treffen der Digitalen Medienwelt Eichenau** ist für alle Interessierten zugänglich und wird ehrenamtlich betreut.

Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Smartphone Sprechstunde

Dienstags 1x im Monat 13:00 – 14:00 Uhr

Wir unterstützen Sie in einer **Eins-zu-eins-Beratung**, Ihr **Smartphone**, **Tablet** oder Ihren **Laptop** kennenzulernen, zu nutzen und sicher damit umzugehen.

- Wie kann ich Nachrichten auf WhatsApp schreiben?
- Wie mache ich Fotos und Videos und wie kann ich es verschicken?
- Wie kann ich Apps bzw. Programme installieren?
- Wie erstelle ich eine E-Mail-Adresse und wie nutze ich diese?

Diese und viele weitere Fragen können in der Smartphone Sprechstunde geklärt werden.

Die Smartphone Sprechstunde findet immer am **1ten Dienstag im Monat** von 13:00 – 14:00 Uhr in der Senioren Begegnungsstätte statt. Herr Günter Kaindl freut sich auf Ihren Besuch.

Momentan können wir dieses Angebot nur für Geräte, die mit Android oder Microsoft Betriebssystem laufen anbieten.

Die Beratung ist kostenlos eine Anmeldung (per Tel.: 08141 80229 oder per E-Mail: antonia.hunger@caritasmuenchen.org) ist aber zwingend erforderlich.

Computerplatz

Seit einem Jahr haben Sie bei uns die Gelegenheit an unserem mobilen Computerplatz im Flur der Senioren Begegnungsstätte Eichenau kostenlos den PC zu nutzen und im Internet zu surfen. Es besteht auch die Möglichkeit einzelne Seiten auszudrucken.



Frühstücks-Café

Austausch – Aktion – Genuss

Wir treffen uns in der Regel 1x monatlich Freitagvormittags zu einem gemeinsamen leckeren Frühstück.

Jedes Frühstücks-Café wird von einem abwechslungsreichen Programm umrahmt.

Leitung: Antonia Hunger

Kosten: 9,- € / 4,50 € für KAV-Mitglieder

Anmeldung erforderlich!

Anmeldeschluss IMMER der Mittwoch (14:00 Uhr) vor dem Frühstückstermin. Bitte den Anmeldeschluss unbedingt beachten.

Anmeldung bitte per Telefon: 08141 80229,

per E-Mail: antonia.hunger@caritasmuenchen.org oder persönlich im Büro der SBS



Frühstücks-Café – Reisevideo

Freitag, 23. Mai 2025 um 09:00 Uhr: Reisevideo: Safari in der Serengeti Tansania

Heute nimmt uns Herr Heuschneider auf seine aufregende Reise in die Serengeti Tansanias mit. Im Jahr 2019 besuchte er dort die Serengeti und konnte auf einer Safari viele wilde Tiere beobachten. Wir sind gespannt auf sein Tierreiches Reisevideo.



Frühstücks-Café – Überraschungsfrühstück

Freitag, 27. Juni 2025 um 09:00 Uhr: Überraschungsfrühstück

Heute treffen wir uns zu unserem üblichen Frühstücks-Café. Diesmal verraten wir aber im Vorfeld nicht welches Programm Sie erwartet. 😊

ÜBERRASCHUNG



Frühstücks-Café – Ein märchenhaftes Frühstück

Freitag, 25. Juli 2025 um 09:00 Uhr: Ein märchenhaftes Frühstück

Die Märchenerzählerin Martina Weigert entführt Sie auf eine märchenhafte Reise rund um die Welt.

Frei und lebendig erzählt sie Märchen aus verschiedenen Ländern zum Nachdenken, Entspannen, Lachen und Schmunzeln.

Freuen Sie sich auf eine ungewöhnliche Stunde!



Einzelne Veranstaltungen

Senioren-Bürgerversammlung

Mittwoch, 07. Mai 2025 von 14:30 – 17:00 Uhr

Am Mittwoch, dem 7. Mai haben Sie die Möglichkeit den Bürgermeister Peter Münster bei der Senioren Bürgerversammlung im Saal der Senioren Begegnungsstätte zu treffen.

Musikalischer Nachmittag

Mittwoch, 14. Mai 2025 von 14:30 – 16:00 Uhr

Heute treffen wir uns zu einer geselligen Kaffeerunde mit toller Livemusik von Günter Wagenpfeil und Josef Hinreiner.

Kosten: 5,- Euro / 2,50 € (KAV-Mitglied) inklusive Kaffee und Gebäck/Kuchen

Anmeldung erforderlich!

Anmeldeschluss: Mi,07.05.25



Ausflug nach Landsberg am Lech

Mittwoch, 04. Juni 2025 von 08:30 – 16:30 Uhr

Heute fahren wir mit der Bahn nach Landsberg am Lech und möchten dort den mittelalterlichen Kern und die Geschichte der Stadt entdecken. Bei einer lebendig und spannend erzählten, 1,5-stündigen Stadtführung, erfahren wir unbekannt Details der 850-jährigen Stadtgeschichte.

Bei diesem geführten Rundgang erfahren wir Wissenswertes über die Geschichte der Lechstadt von ihrer Gründung im ausgehenden 13. Jahrhundert bis heute. Wie kam Landsberg z. B. durch "weißes Gold" zu beachtlichem Reichtum, wo kann man dies bis heute sehen und warum erfreut sich Landsberg einem der am besten erhaltenen Altstadtensembles in Süddeutschland?

Kosten: 5,- € / 2,50 € als KAV-Mitglied + ggf. Fahrkarte (MVV)

Anmeldung nötig! Anmeldeschluss: Freitag, 23. Mai 25

Zeitplan:

Treffpunkt: 08:30 Uhr Bahnhof Eichenau (Bahnsteig Richtung FFB)

Fahrtzeit mit Sbahn und Zug ca. 1 Stunde

Stadtführung in LL: 10:15 Uhr (Dauer 1,5 Stunden)

Mittagspause / Einkehr: ca. 12:00 Uhr

Nach dem Mittagessen ist Zeit zur freien Verfügung

Abfahrt in LL: 14:45 Uhr (Gleis 1)

Ankunft in Eichenau: 15:35 Uhr



Kunst am Nachmittag - Griechenland

Mittwoch, 09. Juli 2025 um 14:30 – 16:00 Uhr

An diesem Nachmittag reisen wir mit Bildern, Liedern und Gedichten nach Griechenland. Lieben Sie auch die griechischen Götter, die Tempel und die griechischen Insel? Dann lassen Sie sich in Bildern auf die Akropolis und nach Santorin entführen. Singen Sie mit bei „Ein Schiff wird kommen“ (Nana Mous-kouri) und bei „Griechischer Wein“ (Udo Jürgens). Und vielleicht tanzen Sie auch einen Sirtaki mit Alexis Sorbas? Wir freuen uns auf Sie!

Die Veranstaltung wird von Petra Kellermann auf unterhaltsame Weise gestaltet.

Wenn Sie Freude daran haben, bringen Sie ein Souvenir aus Griechenland zur Veranstaltung mit. Kunst am Nachmittag ist für Sie kostenfrei und wird gefördert vom



Treffpunkt: Innenhof der Pfarrkirche zu den Hl. Schutzengeln
(Platz vor dem roten Haus)

Anmeldung erforderlich! Anmeldeschluss: Mi, 02.07.25

Anmeldung per E-Mail: antonia.hunger@cartiasmuenchen.org oder per
Tel.: 08141 80229 oder persönlich im Büro der SBS



Kursinformationen

- **Anmeldung**

Für die meisten Kurse und Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich. Sie können sich persönlich, per Telefon oder per E-Mail zu den Kursen und Veranstaltungen anmelden.

Senioren Begegnungsstätte Eichenau

Kolpingweg 2, 82223 Eichenau

Tel: 08141 / 80229

seniorenbegegnungsstaette-kav@caritasmuenchen.org

Bürozeiten: Mo 09:00 – 13:00 Uhr

Mi 09:00 – 16:00 Uhr

Die Anmeldung zu den Kursen / Veranstaltungen ist verbindlich!

- **Kursgebühr und Teilnehmerzahl**

Die angegebenen Kursgebühren gelten, falls nicht anders angegeben, ab einer Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen.

Bei einer geringeren Teilnehmerzahl kann der Kurs auf Wunsch der Teilnehmer gegen eine entsprechend höhere Kursgebühr trotzdem stattfinden.

Die volle Kursgebühr wird auch dann fällig, wenn ein angemeldeter Teilnehmer nicht zum Kurs erscheint oder ihn vorzeitig abbricht oder wegen Krankheit nicht an allen Kursterminen teilnehmen kann.

Ein späterer Kurseinstieg ist möglich. In diesem Fall ist die anteilige Kursgebühr zu entrichten.

Teilnehmer*innen mit geringem Einkommen können bei der Einrichtungsleitung eine Gebührenermäßigung beantragen. Ihr Anliegen wird vertraulich behandelt.

- **Bezahlung**

Die Bezahlung der Kursgebühren erfolgt durch Lastschrift. Die hierfür erforderlichen Unterlagen erhalten Sie bei der Kursanmeldung im Büro.

- **Haftung**

Die Teilnahme an allen Kursen, Gruppen und Veranstaltungen – auch außer Haus – erfolgt auf eigene Verantwortung.

Es kann keinerlei Haftung übernommen werden.

Fachstelle für pflegende Angehörige / Kompetenz-Zentrum Demenz

Außensprechstunde in Eichenau - Senioren Begegnungsstätte

Die Fachstelle für pflegende Angehörige/Kompetenzzentrum für Demenz des Caritas-Zentrums in Fürstenfeldbruck gehört zu den über 100 Fachstellen im Bayerischen Netzwerk Pflege.

Unser Ziel ist es, ein auf Dauer angelegtes und Landkreisweites Angebot für pflegende Angehörige und andere, nicht erwerbsmäßig tätige Pflegepersonen sicherzustellen.

Unsere Angebote richten sich an:

- Pflegende Angehörige
- Pflegebedürftige
- Bekannte und Verwandte von hilfe- und pflegebedürftigen Menschen

Wir arbeiten zusammen mit:

- Sozialdiensten
- Pflegediensten
- Hausarztpraxen, neurologischen Facharztpraxen
- Kranken- und Pflegekassen
- Allen, die im Bereich häusliche/ambulante Pflege / Versorgung älterer Menschen zu tun haben / ambulanter Hospizdienst
- Gerontopsychiatrischer Fachberatung

Bei uns finden Sie:

- Informationen
- Beratung
- Entlastung und Unterstützung bei Fragen der häuslichen Betreuung und Versorgung
- Vermittlung von Hilfen und Leistungen der jeweils vor Ort tätigen Anbieter
- Gesprächsgruppen für Angehörige
- Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenzerkrankung
- Helferkreise zur stundenweisen Entlastung
- Entlastungsangebote nach § 45 Pflegeversicherungsgesetz
- Informations- und Fortbildungsveranstaltungen nach § 45 Pflegeversicherungsgesetz.

Terminvereinbarungen unter 08141/320736

Senioren Begegnungsstätte Eichenau

Kolpingweg 2,
82223 Eichenau
Tel: 08141 / 80 229

Bürozeiten:
Mo 09:00 – 13:00 Uhr
Mi 09:00 – 16:00 Uhr
und nach Vereinbarung!

Träger: **Caritas**
Nah. Am Nächsten



Caritasverband München und Freising e.V.
Caritas Zentrum FFB

E-Mail: seniorenbegegnungsstaette-kav@caritasmuenchen.org

Konto: DE 28 4726 0307 0014 4400 17
Zahlungseingänge bitte mit dem Verwendungszweck:
Kostst.442910/0100

Verantwortlich für den Inhalt: Antonia Hunger, Leitung SBS
Bildquellen: pixabay, Fotolia, Google Maps, Privat

Dieses Programm steht auch als Download im Internet zur Verfügung
(.pdf Datei) unter:

<https://www.caritas-seniorenbegegnungsstaette-eichenau.de/>

<https://kav-eichenau.de/senioren-begegnungsstaette/>

<https://digitale-medienwelt-eichenau.de/>