

Gute-Laune-Frühstück

für alle ab 65

Mittwoch, den 21.01.

ab 9.00 Uhr/Bürgertreff Truchtlaching

Anmeldung bis 20.1./ 08667/888516

Gesprächskreis

für pflegende Angehörige

Dienstag, 13.01. ab 14.00 Uhr
im Seebrucker Treffpunkt

Betreuungsgruppe

für Menschen mit Demenz

Bürgertreff Seon

Immer Donnerstag 9.30–12.30
*Teilnahme nach Anmeldung beim
Quartiersmanagement möglich*

Sprechstunde im Rathaus

Montag 9-11Uhr und nach

Terminvereinbarung

Für alle Fragen des Älterwerdens,
Hilfe bei Formularen, Wohngeld,
Vorsorgevollmacht, Notfallmappe,
Pflege-Beratung,

Ehrenamtlicher Fahrdienst

Fahrtanmeldung Gemeinde

08667/88850

Kontakt Quartiersmanagement

Ulrike Ganslmeier / 08667/888516

ulrike.ganslmeier@seon-seebruck.de

Angebote zur Unterstützung im Alltag gefördert durch:

„Mittags zsamm kemma 60+“

ABO-Essen für alle 60+ in der Gemeinde

Waltenbergstüberl, Seon Mo. 05.01.

Kupferschmiede, Arlaching - Betriebsurlaub

Neuwirt, Truchtlaching – Betriebsurlaub

jeweils ab 12.00 Uhr / Kosten 9,90€

Bürgertreff Seon

Stricktreff

Montag, 19. Januar / 14 Uhr

Yoga im Sitzen

Donnerstag 16-17 Uhr

Schafkopfkurs- und übungsabend

Montags 17.30 Uhr

Qi-Gong am Vormittag

Immer montags /10 Uhr

Beckenbodengymnastik

Mittwochs 16-17 Uhr

(Fester Kurs, Anfragen bei QM)

Spielenachmittag

Freitags 02.+17.+31. Januar

14 Uhr /Le Petit Café, Seon

Zyklusbalance durch Ernährung und Entspannung

Vortrag von Verena Löber

am Donnerstag, den 15. Januar um 18 Uhr im Bürgertreff

Seebrucker Treff

Schafkopfnachmittag

Do 22.01/14 Uhr/Hafenwirt

Meditation am Abend

Montags um 19 Uhr

Yoga im Sitzen

Pfarrheim Seebruck

Donnerstags 10Uhr

Dämmerschoppen

Dienstags 17 Uhr/ab 13.1.

Digitales Cafe – Hilfe für Handy/Tablett/Laptop

28.Januar/14 Uhr

Kaffeenachmittag

Mittwoch 14.01/15 Uhr

Digital Durchstarten – Fit im Alltag

Kurs in 5 Modulen/Donnerstags15.+29.1./

5.+12.+19.2./jeweils 14-17 Uhr /Anmeldung 08667/888516

Seniorentreffen/-clubs

Seebruck

Donnerstag 08. Januar um 14 Uhr/Hafenwirt

Seon

Entfällt im Januar

Truchtlaching

Entfällt im Januar