



Seeon · Seebruck · Truchtlaching

# Januar

Quartiersmanagement  
Gemeinde Seeon-Seebruck

## 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 Seeon  
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@seeon-seebruck.de

Angebote zur Unterstützung im Alltag gefördert durch:



## „Mittags zsamm kemma 60+“

ABO-Essen für alle 60+ in der Gemeinde

Waltenbergstüberl, Seeon Mo. 05.01.

Kupferschmiede, Arlaching - Betriebsurlaub

Neuwirt, Truchtlaching – Betriebsurlaub

jeweils ab 12.00 Uhr / Kosten 9,90€

## Bürgertreff Seeon

### 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, Seeon

### Zyklusbalance durch Ernährung und Entspannung

Vortrag von Verena Löber  
am Donnerstag, den 15. Januar um 18 Uhr im Bürgertreff

## Seebucker Treff

### Schafkopfnachmittag

Do 22.01/14 Uhr/Hafenwirt

### Dämmerschoppen

Dienstags 17 Uhr/ab 13.1.

### Meditation am Abend

Montags um 19 Uhr

### Digitales Cafe – Hilfe

für Handy/Tablett/Laptop  
28.Januar/14 Uhr

### Yoga im Sitzen

Pfarrheim Seebruck  
Donnerstags 10Uhr

### Kaffeenachmittag

Mittwoch 14.01/15 Uhr

### Digital Durchstarten – Fit im Alltag

Kurs in 5 Modulen/Donnerstags 15.+29.1./  
5.+12.+19.2./jeweils 14-17 Uhr /Anmeldung 08667/888516

## Seniorentreffen/-clubs

### Seebruck

Donnerstag 08. Januar um 14 Uhr/Hafenwirt

### Seeon

Entfällt im Januar

### Truchtlaching

Entfällt im Januar