

Warmes Essen	Angebote in unserer Gemeinde	
	Sepp's Treff im Soller	08764/8511
	Metzgerei Josef Lutz warmes Mittagessen	08764/1665
	BRK Freising	08161/9671-25 Bestellung und Lieferung von tiefgekühltem Essen
Veranstaltungen in der Verwaltungsgemeinschaft Mauern	<u>Mittwoch, 27.03.2024, 9.30 Uhr</u> Willkommen zum Vormittagstreff! 	
	Ein regelmäßiges Vormittagstreffen mit unterschiedlichsten Angeboten für und mit Älteren in der VG Mauern. Bringen Sie gerne ihre Ideen mit! Wir freuen uns mit ihnen gemeinsam weitere Treffen zu gestalten. Nächster Termin: 24.04. Ort: Altes Rathaus Mauern, Hauptstr. 2	
	<u>Dienstag, 30.04.2024, 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr</u> Gesundheitswanderung zum Thema „Herzgesund“. Sie sind herzlich eingeladen mitzuwandern! Anschließend besteht die Möglichkeit im Pfarrheim zum Frühschoppen einzukehren. Ort: Pfarrheim Gammelsdorf, Königstr. 1	
	„Mach mit-bleib fit von Kopf bis Fuß!“  Bewegung macht Spaß!  Regelmäßig am Freitag von 10 Uhr bis 11 Uhr. Ein wöchentliches Bewegungsangebot für Senioren mit und ohne Vorerkrankung. Bitte anmelden! Ort: Altes Rathaus Mauern, Hauptstr. 2	
	Kleinbusfahrer/in gesucht! Mit der Möglichkeit eines Fahrdienstes wollen wir ein Angebot schaffen, damit Seniorinnen und Senioren an den Aktivitäten teilnehmen können.	

Seniorenblatt für die Gemeinde Hörgertshausen



Liebe Seniorinnen und Senioren,

mit diesem Infoblatt möchten wir Sie wieder über aktuelle und wichtige Themen informieren.



Waltraud Setzensack-Grimm
Seniorenbeauftragte
der Gemeinde Hörgertshausen
 08764-1632
 abends und
 Anrufbeantworter





Christine Lutz
Zentrale Ansprechpartnerin
 Verwaltungsgemeinschaft Mauern
 Senioren & Jugend
 08764-8948

Mithelfer gesucht!

Wir benötigen Unterstützung für verschiedene Gruppenangebote. Rufen Sie gerne an.

Veranstaltungen	Bitte anmelden: Kontakt: Christine Lutz, 08764/8948
	Kursangebot für pflegende Angehörige „Zeit für mich“  Krafttanken für Körper, Geist und Seele montags von 16.30 Uhr bis 18 Uhr Termine: 08.04.,06.05.,03.06.2024 je 90 Minuten Ort: Altes Rathaus Mauern
	Jeden 1. Mittwoch im Monat  Beratung zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht mit Frau Schönwetter
	Jeden 3. Donnerstag im Monat  Individuelle Beratung über Angebote zur Unterstützung im Alltag und Demenz mit Frau Lutz, Fachstelle für pflegende Angehörige.
	Seniorenachmittag der Pfarrei St. Jacobus der Ältere Im Pfarrheim findet jeden 1. Donnerstag im Monat, von 14 bis 16.30 Uhr, der Seniorenachmittag statt. Sie sind herzlich willkommen!
	 Donnerstag, 02.05.2024, 14 Uhr Einladung zur Maiandacht in der Kirche St. Margaretha. Anschließend besteht die Möglichkeit zu Kaffee und Kuchen.
Haushalts- hilfe	Nachbarschaftshilfe Mauern für alle Gemeinden der Verwaltungsgemeinschaft Hilfe beim Einkaufen, kurzfristige Hilfen im Haushalt Oberloher Maria 08764/8253

Weitere Angebote	Pflegestützpunkt im Landkreis Freising, Telefon: 08161/600-61981 
	Gesundheitsförderung in der VG Mauern <u>Donnerstag, 04.04.2024 von 14 Uhr bis 17 Uhr</u> „Beschwingt ins Alter“ - Bewegung macht Spaß! Ein Tanznachmittag für Senioren mit und ohne Vorerkrankung. Live Musik mit dem Duo „Party-Time“. Der Zugang ist barrierefrei. Der Eintritt ist frei. Ohne Anmeldung. Sie sind herzlich Willkommen!  Ort: Gasthaus Schnaitl, Schützenstr. 7, 85368 Wang Nächster Tanznachmittag: Mi 25.09.
Haus- notruf	Sicherheit rund um die Uhr In jedem Alter selbstbestimmt und sicher in den eigenen vier Wänden. Genaueres erfahren Sie bei Christine Lutz.
Not-fall- dose	Notfalldose im Kühlschrank gibt es in jeder Apotheke mehr Infos www.notfalldose.de 
Notfälle	 Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117 Feuer und lebensbedrohlicher Notfall 112 Giftnotruf München 089-192 40 Telefonseelsorge 0800 111 0111 Krisendienst – Soforthilfe bei seelischen Krisen 0180-6553 000 täglich rund um die Uhr Polizei-notruf 110 Polizeiinspektion Moosburg 08761-30180 Polizei-kampagne gegen Trickbetrug <u>LEG AUF</u>