



# Markt Prien am Chiemsee Seniorenprogramm



## April 2024

- ab 16.4. Sonntagsfrühstück** 9.30 bis 11.00 Uhr  
Sonntagmorgen in gemütlicher Runde im Kurcafe Heider, Prien, Fußgängerzone, Tel. 1534
- jeden Montag **Denksport für Aktiv-Senioren** (außer Ferienzeit) 15.30 Uhr bis 17 Uhr  
wieder jeden Montag Gedächtnistrainingskurs, Steigerung der Gedächtnisleistung, Dauer ca. 1½ Stunden Kath. Pfarrheim, Prien, Alte Rathausstr. 1; Referentin Hildegard Grosse, Gedächtnistrainerin; Kosten: 5,- € pro Treffen; Anmeldung unter Tel. 0151 16636912
- Dienstag 9.4 **Ostermarkt Aiderbichl abgesagt**  
Wegen einer Großveranstaltung in Aiderbichl wird die Osterdekoration schon am 1.4. ausgeräumt.
- Donnerstag 11.4. **Bus-Rundfahrt durchs Chiemgauer Alpenvorland** 13.50 Uhr  
Einladung vom Förderverein der Marktresidenz für eine Bus-Rundfahrt mit Reiseleitung durchs Alpenvorland, Dauer der Fahrt 1,5 Std. ohne Pause, im Anschluss Kaffee und Kuchen in der Kursana Marktresidenz, 10 Personen, Treff: Haupteingang der Kursana Residenz, Schillerstraße 8, **Anm. bis spätestens 5. April** bei Helga Stampfl, Rathaus, Zi. 306 Mi. 8-11 Uhr, mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de). Info: Tel. 08051 60684
- Samstag 13.4. **Handy und Tablet** 10 bis 12 Uhr  
**Für angemeldete Teilnehmer** Treff: kleiner Sitzungssaal, Rathaus, 10.00 Uhr, Kosten 0 € um eine Spende wird gebeten.
- Dienstag 16.4. **Die echte, einfache Küche** 14.30 Uhr  
Brauchen wir für unsere tägliche Ernährung etwas, was besonders teuer ist, oder besonders kompliziert, oder besonders aufwendig? Gerade heute bei den hohen Kosten für Lebensmittel ist die „Einfachheit“ für Körper und Seele gefragt. Der unerhörte Luxus des Einfachen – vorgestellt von Marietta Forst, Ökotrophologin. Treff: Kursana Residenz -Clubraum. Kosten: 0 € um eine Spende für soziale Zwecke wird gebeten. Schriftl. Anm. bitte abgeben bei Helga Stampfl, Rathaus, Zi. 306 Mi. 8-11 Uhr, mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de). Info: Tel. 08051 60684
- Donnerstag 18.4. **Meditation - Traurigkeit und Freude** 15 - 17 Uhr  
Sie sind herzlich eingeladen Kraft und Energie in einer Entspannungsmeditation zu schöpfen, um im täglichen Leben gestärkt zu sein und alle Lebenssituationen gut meistern zu können Treff: Rathaus Prien, Sitzungssaal. Leitung Petra Lanzinger, Teiln. 20 Personen, um eine kleine Spende wird gebeten. Schriftl. Anm. bitte abgeben bei Helga Stampfl, Rathaus, Zi. 306, Mi. 8-11 Uhr, mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de), Info Telef. 08051/60684
- Sonntag 21.4. bis Di. 23.4. **Schloss Trauttmansdorff** 7.30 Uhr Einsammelrunde  
3 Tage Südtirol, Anreise nach Bozen, Stadtführung und Mittagspause, anschließend ins Hotel. Montag Fahrt zu den Gärten von Trauttmansdorff oberhalb von Meran. Alte Kulturpflanzen, Gärten aus dem Mittelmeerraum, Wasser und Terrassengärten, Waldgärten und ein japanischer Garten erwarten Sie. Dienstag Heimfahrt über das Pustertal, dort können wir die Loacker Keksfabrik in Heinfels für die Kaffeepause besuchen. Kosten: 290,- € pro Person im Doppelzimmer und 340,- € im Einzelzimmer für Busfahrt, 2 Übernachtungen mit Halbpension, Kaffee und Kuchen am Nachmittag und Eintritt im Schloss Trauttmansdorff. Schriftl. Anm. bitte abgeben bei Helga Stampfl, Rathaus, Zi. 306 Mi. 8-11 Uhr, Info Tel. 08051 60684, mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de)
- Freitag 26.4. **Senioren Mittagstammtisch Neuer am See** zw. 11.30 und 13.00 Uhr  
Anmeldung bei Waltraud Stöberl Tel. 08051/1406
- Montag 29.4. **"In die Vollen"** 14.30 Uhr - 16.30 Uhr  
Kegelnachmittag im Sportpart Alpenblick, geringer Unkostenbeitrag  
Anmeldung: Alfred Eder Tel. 08051/4648 oder Waltraud Stöberl 08051/1406

Dienstag 30.4.

### **Chiemseehospiz**

14.30 Uhr

Am Fuße der Alpen steht das Chiemseehospiz Bernau – ein Ort der Ruhe für die letzte Zeit des Lebens. Die Einrichtung strahlt Zuversicht und Wärme für schwerstkranke und sterbende Menschen am Lebensende aus. Dem Leben am Ende seine Würde geben – das ist die zentrale Aufgabe und Botschaft des Hospizes in der Gemeinde Bernau. Stefan Scheck, Vorstand des Chiemseehospizes wird Ihnen in seinem Vortrag einen eindrucksvollen Einblick in das Leben des Hospizes geben. Treff: Kursana Residenz Prien, Schillerstraße 8 , Clubraum. Um eine Spende für das Hospiz wird gebeten. Danke! Schriftl. Anm. bitte abgeben bei Helga Stampfl, Rathaus, Zi. 306 Mi. 8-11 Uhr, Info Tel. 08051 60684 , mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de)

### **Jahresangebot**

#### **Fit durch die zweite Lebenshälfte**

jeden Freitag 15.30 bis 16.30 Uhr

trainieren Sie unter Anleitung eines erfahrenen Physiotherapeuten, Senioren Sonderpreis 5,-- Euro, "Exakt-Aktiv", Harrasserstr. 6, Anm. 08051/9655240

### **Jahresangebot**

**"Trimm dich im Freien ....."** im kleinen Kurpark, hinter dem Chiemseesaal; speziell konzipierte Fitnessgeräte zur Steigerung der Lebensfreude und Vitalität. Sechs Geräte für Koordinationsübungen, die auf die Bedürfnisse von Senioren abgestimmt sind.

### **Jahresangebot**

**Beweglichkeit - Kraft für den Alltag.** Jeden Donnerstag mit Dr. Heidi Schulte in der Kursana Residenz, Schillerstraße 8. Zeit: 9.30 Uhr; Kosten 3,- € Info: Tel. 08051 969123

### **Jahresangebot**

**klassische Massage** – 30 Minuten 7,-- € an einem beliebigen Tag unter der Woche Rosemarie Neumeier, Masseurin und med. Bademeisterin, Prien, Ledererweg 15, **Anmeldung: 08051/9630788 oder Handy 0171/3440237**

### **Jahresangebot**

**Feelgood** – Bewegungskonzept – Mobilisierung und Kräftigung des ganzen Körpers Jeden Montag 9 Uhr, Trainingseinheit 40 Min. Seniorensonderpreis pro Einheit 7,-- € 10er Karte 60,-- €, Feelgood Center, Prien, Bernauer Str. 31, Tel. 08051 966 659 0

### **Jahresangebot**

**Alpaca -Wanderung** mit Anneliese Rosenwink und ihren Priental-Alpacas durchs Wildenwarter Gemeindegebiet. Anmeldung Tel. 08051/65143, Prutdorf, Ludwigstr. 32

### **Jahresangebot**

**"Aus alt mach neu"** - Haben Sie Halsketten zu Hause, deren Verschluss nicht mehr funktioniert, oder Schmuck, der Ihnen nicht mehr gefällt? Frau Helga Prante, Ketten-designerin, hilft Ihnen beim umgestalten. **Anmeldung unter Tel. Nr. 9666655**

### **Jahresangebot**

**Angebot vom TuS Prien für Seniorinnen und Senioren** Gymnastik für Herren Alter 55 plus, Teiln. 20 Pers. Info: Reinhard Schneider, Tel. 08051/9651600, Gymnastik für Damen 50-90 Jahre, Teiln. 20 Pers. Info Frau Kluge 08051/61534 jeweils Donnerstag 18-19 Uhr Treff: Franziska-Hager-Sporthalle

**Irrtum vorbehalten**

**Öffentliche Termine der Kursana Residenz entnehmen sie bitte der Tagespresse**

## **Pflegestützpunkt**



Rosenheim  
Pflegeberatung  
und -koordination

**Pflegestützpunkt Rosenheim**

**Außenstelle Rimsting**

Priener Str. 4, Gemeindebücherei, Telefon: 08031/392-2296

Donnerstag 08:00 – 12:00

Nachmittag nach Terminvereinbarung

Der Pflegestützpunkt von Stadt und Landkreis Rosenheim ist Lotse und Wegweiser sowie Berater und Begleiter durch die komplexen Systeme des Pflege-, Sozial- und Gesundheitsbereichs.

Gemeinsam mit den Ratsuchenden finden die Beraterinnen individuelle Lösungen, unter Einbeziehung von persönlichen Wünschen und Ressourcen, durch eine umfassende, kostenfreie und neutrale Beratung nach § 7 a SGB XI, zu allen Themen der Pflege und zu Hilfen im Alter.

Wir sind Ansprechpartner für

- Pflegebedürftige Personen,
- Pflegende Angehörige, Verwandte, Freunde, Nachbarn
- Sozialdienste, Beratungsstellen, professionelle Anbieter

Pflegestützpunkt für Stadt und Landkreis Rosenheim Wittelsbacherstraße 38, 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 – 2297 E-Mail: [pflegestuetzpunkt@lra-rosenheim.de](mailto:pflegestuetzpunkt@lra-rosenheim.de)

Bitte beachten  
Sie auch unsere  
Schaukästen  
bei der Kirche  
hinter den  
Lukläden

