



## Markt Prien am Chiemsee Seniorenprogramm



# Januar 2026

**jeden Montag  
ab 12.01.**

### **Denksport für Aktiv-Senioren (außer Ferienzeit)**

**15:30 bis 17:00 Uhr**

Wieder jeden Montag Gedächtnistrainingskurs, Steigerung der Gedächtnisleistung, Dauer ca. 1 ½ Stunden Kath. Pfarrheim, Prien, Alte Rathausstr. 1; Referentin Hildegard Grosse, Gedächtnistrainerin; Kosten: 5,00 € pro Treffen; Anmeldung unter Tel. 0151/16636912

**Dienstag, 13.01.**

### **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. Das Handeln im Chiemseehospiz ist geprägt von Einfühlungsvermögen und Diskretion. Als stationäres Hospiz für den Raum Südostbayern steht das Chiemseehospizpersonal als fachkompetenter und vertrauensvoller Begleiter in Zeiten der Not, der Verzweiflung und Trauer an der Seite der Menschen. Dem Leben an seinem 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. Um eine Spende für den Hospizverein wird gebeten. Danke! Treff: Schillerstr. 8 in Prien a. Chiemsee, Kursana Residenz, Clubraum Schriftliche Anmeldung.

**Donnerstag,  
15.01.**

### **Meditation – Intuition & innere Stimme**

**15:00 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, Großer Sitzungssaal, Leitung Petra Lanzinger, Teiln. 20 Personen – um eine kleine Spende wird gebeten. Schriftliche Anmeldung.

**Dienstag, 20.01.**

### **Ingrid Hopman, die älteste Privatpilotin Bayerns**

**14:30 Uhr**

Ingrid Hopman liest aus Ihrem Buch "Durchstarten - Meine Abenteuer als Pilotin und Weltenbummlerin". Sie ist mit 29 verschiedenen Flugzeugtypen geflogen, ihre Flugzeit summiert sich auf 2.900 Stunden, das entspricht 110 Tagen und 280.000 Kilometern. Sie ist siebenmal um die Erde geflogen und hat knapp 8.000 Starts und Landungen absolviert. Ihr Motto lautet: "Meine Leidenschaft zu fliegen werde ich nicht aufgeben so lange mir der Fliegerarzt das OK gibt, und so lange ich das bekomme werde ich in ein Flugzeug steigen, abheben und die Freiheit über den Wolken genießen". Ingrid Hopman nimmt Sie mit auf eine kleine Weltreise und beantwortet anschließend gerne Ihre Fragen. Treff: Schillerstr. 8 in Prien a. Chiemsee, Kursana Residenz, Clubraum Schriftliche Anmeldung.

**Freitag, 30.01.**

### **Senioren Mittagstammtisch Neuer am See**

**zw. 11:30 und 13:00 Uhr**

Anmeldung bei Waltraud Stöberl 08051/1406

**Dienstag, 20.01.**

### **Zeichnen mit allen Sinnen – Ein Workshop für Erwachsene**

**14:30 Uhr**

Im Rahmen der "Künstlergemeinschaft Chiemsee 25" lädt die Galerie im Alten Rathaus zu einem Kreativ-Workshop ein. Zum Einstieg sorgt das spannende Experiment des "Blinden Selbstporträts" für eine neue Erfahrung. Mit geschlossenen Augen entsteht ein Selbstbild, das weniger das Äußere als vielmehr das eigenen Empfinden sichtbar macht. Im zweiten Teil wählt jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer ein Objekt oder eine Skulptur aus, das im Anschluß gezeichnet wird – inspiriert von der Bildkonturzeichnung. Unter der Leitung der Künstlerin Siglinde Berndt steht das intuitive Zeichnen im Mittelpunkt – das Erleben, Beobachten und Gestalten mit allen Sinnen. Leitung Sieglinde Berndt und Inge Fricke, Treff: Galerie im Alten Rathaus, Kosten 20,00 €, max 10 Personen, Anmeldung: Marina Lehmann 08051/6905-17, Mail: [mlehmann@tourismus.prien.de](mailto:mlehmann@tourismus.prien.de).

### **Leichter ins neue Jahr – Informationstreffen**

**Mittwoch, 21.01. -15:00 Uhr oder Donnerstag, 22.01. – 10:30 Uhr**

Die Feiertage sind vorbei, nun ist es an der Zeit um die überflüssigen Pfunde los zu werden und den Körper zu entgiften. Beim kostenlosen Infotreffen zeigt Diplom Ökotrophologin und zertifizierte Diätberaterin Brigitte Huber Möglichkeiten zur gesunden Gewichtsreduktion. 45 Min.; Anmeldung 08051/965100105, Praxis Prien, Marktplatz 11

**Schriftliche Anmeldungen bitte bei Helga Stampfl, Rathaus Prien, Zi. 306, Mi. 9-11 Uhr,  
E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de). Info Tel. 08051/606-84**

**"in die Vollen" – Diese Veranstaltung findet krankheitsbedingt auf längere Zeit nicht statt.**

- Jahresangebot**      **Fit durch die zweite Lebenshälfte**      **jeden Freitag 15:30 bis 16:30 Uhr**  
Trainieren Sie unter Anleitung eines erfahrenen Physiotherapeuten  
Treff: "Exakt-Aktiv", Harrasser Str. 6, Anm. 08051/9655240, Seniorensonderpreis: 5,00 €
- 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, Kettendesignerin, hilft Ihnen beim Umgestalten. **Anmeldung unter Tel. Nr. 08051/9666655**
- Jahresangebot**      **Angebot vom TuS Prien für Seniorinnen und Senioren**  
Gymnastik für Herren Alter 55 plus, Teiln. 20 Pers. Info Herr 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
- Jahresangebot**      **"Trimm dich im Freien....."** im kleinen Kurpark, hinter dem Chiemseesaal  
Sechs konzipierte Fitnessgeräte für Koordinationsübungen speziell auf Senioren  
abgestimmt - zur Steigerung der Lebensfreude und Vitalität.
- Jahresangebot**      **Klassische Massage** - 30 Minuten 7,00 € an einem beliebigen Tag unter der Woche  
bei Rosemarie Neumeier, Masseurin und med. Bademeisterin, Prien, Ledererweg 15,  
**Anmeldung: 08051/9630788**
- Jahresangebot**      **Feelgood** - Bewegungskonzept – Mobilisierung und Kräftigung des ganzen Körpers  
Jeden Montag 9 Uhr, Trainingseinheit 40 Min. Seniorensonderpreis pro Einheit 7,00 €,  
10er Karte 60,00 €, Feelgood Center, Prien, Bernauer Str. 31, Tel. 08051/966 659 0

**Irrtum vorbehalten**

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



Ortsverein  
Chiemgau-West e.V.

### Programm im Januar

Mittwoch,  
14.01.2026

18:00 Uhr **Stammtisch**

Unser nächster Stammtisch zum "Ratschen, Pläne schmieden und Gedanken austauschen" findet in der Taverne Giamas, Alte Rathausstr. 1 in Prien statt.



**Caritas**  
Nah. Am Nächsten

Angebote der Caritas in Prien für SeniorInnen  
und Senioren aus der Region Chiemsee

Caritas-Zentrum Prien  
Beilhackstraße 15, 83209 Prien  
Telefon: 08051 961 361 00  
E-Mail: [czprien@caritasmuenchen.org](mailto:czprien@caritasmuenchen.org)  
[www.caritas-prien.de](http://www.caritas-prien.de)

#### Fachstelle für pflegende Angehörige

Niedrigschwellige Anlauf- und Beratungsstelle für pflegende An- und Zugehörige rund um die Themen Alter, Demenz und Entlastungsmöglichkeiten. Erreichbarkeit immer mittwochs im Caritas-Zentrum Prien.

#### Gerontopsychiatrische Fachstelle

Beratung immer donnerstags im Caritas-Zentrum in Prien. Terminvereinbarung unter: 08031 20380

#### Tagesstätte für psychische Gesundheit

Seestraße 5 c, 83209 Prien. Telefon: 08051 9650712

Begegnungsort für chronisch psychisch kranke Erwachsene mit Mittagstisch und Gruppenangeboten.

#### Chiemseer Tafel

Lebensmittelausgabe in Prien und Bad Endorf für armutsbetroffene Menschen

Beantragung Tafelberechtigung immer donnerstags von 14.00 – 16.00 im Caritas-Zentrum Prien

#### Soziale Beratung

Individuelle Beratungs- und Unterstützungsleistungen in besonderen und schwierigen Lebenslagen.

#### Schuldnerberatung

Erreichbarkeit immer dienstags und freitags im Caritas-Zentrum Prien.

Beratung von ver- und überschuldeten Menschen und Vorbereitung von Insolvenzverfahren.

#### Caritas Offene Hilfen für Menschen mit Behinderung

[susanne.bloechinger@caritasmuenchen.org](mailto:susanne.bloechinger@caritasmuenchen.org)

Beratung für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige. Freizeitangebote für Menschen mit Behinderung Erreichbarkeit Mo – Mi im Caritas-Zentrum in Prien unter 08051-96136104 und

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

