



Markt Prien a. Chiemsee

# Seniorenprogramm

»Spätlese« Ab 50+ ↗

Oktober 2021 bis Juni 2022



Wiggerl



Aufnahme Mathias Stampf

*In einer echten Gemeinschaft  
wird aus vielen ICH ein WIR.*

Erwin Ringel



# Spaß haben ist einfach.



[spk-ro-aib.de](http://spk-ro-aib.de)

**Wenn man seine Finanzen  
immer sicher verfügbar hat.  
Wir konzentrieren uns auf  
die passenden Lösungen für  
Ihre Wünsche und Ziele. Sie  
genießen einfach Ihre freie  
Zeit.**

**Sprechen Sie uns gern an.**

 **Sparkasse  
Rosenheim-Bad Aibling**



## Allgemeiner Hinweis: Miteinander – Füreinander



Der Markt Prien möchte Mitbürger/ Mitbürgerinnen mit Handicap - auch in Begleitung eines Betreuers, der kostenbefreit ist - zur Teilnahme am Seniorenprogramm sehr herzlich einladen.

**„Freundschaft ist wie ein Zauber,  
der die guten Zeiten noch besser macht  
und schlechte Zeiten vergessen lässt“**

**Heimat**, das sind die Menschen, die man kennt,  
die man Verwandte, Nachbarn und Freunde nennt.

**Heimat**, das ist die Sprache, die man spricht, die man hört,  
liest und versteht wie ein Gedicht.

**Heimat**, das sind der Hof, das Haus und die Räume,  
das sind das Feld, die Wiese, der Garten, die Bäume.

**Heimat**, das sind die Wälder, die Berge und die Quellen,  
das sind die Bäche, die Ufer und der Flüsse Wellen.

**Heimat**, das sind der Ort, seine Straßen und Brücken,  
das sind die Blumen, die wir am Wegrand pflücken.

**Heimat**, das ist die Luft die wir atmen, das ist die Sonne,  
das Licht der Sterne, das ist unsere Erde, die Nähe und Ferne.

**Heimat**, das ist was wir lieben, ist all das Vertraute,  
was unser Vorfahr hier einst erbaute.

**Heimat**, das ist die Vergangenheit von der unsere Väter berichten,  
in vielen alten und fernen Geschichten,

**Heimat**, das ist die Gegenwart mit Freude und Sorgen,  
das ist unserer Kinder leuchtendes morgen.

**Heimat**, das ist wo wir wirken, schaffen und streben,  
das ist wo wir lieben, leiden und leben.

**Heimat**, viele Wege führen von dir hinaus,  
aber alle führen einmal zurück nach Haus.

Arnold Scherner





*Aufnahme Mathias Stampf*



**„Wenn man nicht weiß,  
was der Tag bringen wird  
heißt das nur: Alles ist möglich“**

Liebe Prienerinnen und Priener,

Sie halten gerade unsere neu zusammengestellte „Spätlese“ – gedacht für alle Menschen ab 50 Jahren aufwärts – in den Händen. Obwohl vom letzten Programmheft leider sehr viele Angebote wegen Corona ausfallen mussten, wurde auch diesmal wieder ein vielseitiges und sehr ansprechendes Programm zusammengestellt. Mein herzlicher Dank gilt an dieser Stelle allen, die sich hier Jahr für Jahr ins Organisationsteam einbringen und an der Ausarbeitung dieses Heftes mitarbeiten. Sehr viel Herzblut, Liebe und zahlreiche Stunden ehrenamtlicher Arbeit wurden auch heuer wieder investiert, um Ihnen allen ein tolles Programm anbieten zu können!

Seit bald zwei Jahrzehnten laden wir Sie im Rahmen des Seniorenprogramms zu tollen Veranstaltungen ein. Von Kunstausstellungen über Theater- und Städtebesuche, Ausflüge, Wanderungen bis hin zu interessanten Vorträgen – für jeden Geschmack ist etwas geboten.

Am meisten freut es mich, dass die Zahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer von Jahr zu Jahr wächst und mit der Zeit eine richtig große und offenherzige Gemeinschaft entstanden ist. Wenn Sie gerade erst zu uns gezogen und noch neu in unserer Gemeinde sind: scheuen Sie sich nicht, einfach einmal bei dem ein oder anderen Programmpunkt mitzumachen. Ich kann Ihnen versprechen, dass Sie es nicht bereuen werden. Nutzen Sie die Gelegenheit und knüpfen Sie neue Kontakte und Freundschaften, damit Sie auch mit dem Herzen in unserer lebenswerten Gemeinde ankommen.

In der Hoffnung, dass unsere Veranstaltungen auch stattfinden können, wünsche ich Ihnen nun ganz viele schöne Stunden in geselliger Runde und lade Sie ein, an dem ein oder anderen Programmpunkt unseres abwechslungsreichen und bunten Seniorenprogramms teilzunehmen.

Es grüßt Sie herzlich Ihr

Andreas Friedrich  
Erster Bürgermeister



**„Die wahre Lebenskunst besteht darin,  
im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen.“**

(Pearl S. Buck)

Liebe Prienerinnen und Priener,

immer noch hält uns Corona in Atem. Und doch hat sich unser Seniorenprogramm-Team nicht davon abhalten lassen, für Sie spannende Veranstaltungen zu organisieren.

Es ist schon eine großartige Leistung, was das Seniorenprogramm-Team: Helga Stampfl, Waltraud Stöberl, Burgl Mouratian, Helga Fuchs, Johanna Schubert, Inge Schwendemann, Margrit Ossmann, Inge Striegel und Wiltrud Deller unter der Leitung unserer Seniorenbeauftragten Renate Schuderer und mit Unterstützung von Petra Stoib für die Saison 2021/22 auf die Beine gestellt hat. Ein herzliches Dankeschön auch an Mathias Stampfl für seine wunderschönen Heimataufnahmen.

Seit fast zwei Jahrzehnten ist das „Seniorenprogramm“ aus dem Priener Alltag nicht mehr weg zu denken. Auch dieses Jahr dürfen sich unsere Senioren auf ein buntes und abwechslungsreiches Programm freuen. Selbstverständlich steht neben dem Spaß die Sicherheit an erster Stelle. Es wurde ein Hygienekonzept erarbeitet, so dass der unbeschwernten Teilnahme nichts mehr im Weg steht! Aufgrund von Corona bitten wir auch in diesem Jahr um schriftliche Anmeldung. Nähere Informationen erhalten Sie im Programmheft. Das Angebot ist ebenso spannend wie vielfältig. Ob Ausflüge, Vorträge, oder Informationsveranstaltungen - in diesem Programm findet sich für jeden etwas. Machen Sie mit, jeder ist herzlich willkommen!

Ich freue mich, wenn ich Sie und Ihre Freunde bei der ein- oder anderen Veranstaltung treffe,

Ihr

Martin Aufenanger  
3.Bürgermeister und  
Sozialreferent

## Priener Seniorenprogramm - Team



Petra  
Stoib

Renate  
Schuderer

Helga  
Stampfl

Inge  
Striegl

Burgl  
Mouratian

Johanna  
Schubert

Waltraud  
Stöberl

Wiltrud  
Deller

Margrit  
Ossmann

Inge  
Schwendemann

Helga  
Fuchs

Gertraud  
Huber

Irmi  
Güntner

*“Ein Freund ist ein Mensch, der die Melodie  
Deines Herzens kennt, und sie Dir vorspielt,  
wenn Du sie vergessen hast.”* Albert Einstein



*"Dankbarkeit ist die schönste Blüte,  
die der Seele entspringt"*  
Henry Ward

## Ein herzliches Vergelt's Gott...

- ♣ allen, die bei der Erstellung des Seniorenprogrammes mitwirken und uns unterstützen
- ♣ Renate Schuderer für die Text- und Programmgestaltung und Petra Stoib für das Schreiben des Programms, sowie für die Entgegennahme der jeweiligen Anmeldungen
- ♣ allen, die sich durch verschiedene interessante Aktionen, Vorträge, Führungen usw. an unserem Programm beteiligen
- ♣ Helga Stampfl für die schöne Bildgestaltung des Programmheftes, für die Erstellung der Monatsprogramme, das Einscannen der Bilder, sowie für die aktuelle und informative Gestaltung des Schaukastens bei den Lukläden und ihrem sozialen Engagement „rund um das Jahr“
- ♣ Waltraud Stöberl für die Organisation der schönen Theaterfahrten sowie für die finanzielle Abwicklung der jeweiligen Busfahrtkosten
- ♣ Burgl und Gerhard Mouratian für den fürsorglichen Einkaufsdienst unseres Priener Seniorenprogrammes
- ♣ den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Redaktion der Chiemgau-Zeitung für die Hinweise im Terminkalender und für die Berichterstattung
- ♣ Petra Wagner-Redaktion des Priener Marktblattes
- ♣ den Banken, Geschäften und Firmen für die Unterstützung durch die Anzeigen im Programmheft
- ♣ der Pfarrei Prien und Frau Regina Seipel für die Mitbenutzung der Räumlichkeiten im Kath. Pfarrheim
- ♣ dem Fotokünstler Mathias Stampfl für seine eindrucksvollen Luft- und Landschaftsaufnahmen über alle vier Jahreszeiten
- ♣ und allen, die uns bei den Veranstaltungen unterstützen

## Wichtige Hinweise und Änderungen aufgrund von Corona:

Die Sicherheitsvorschriften zur Corona-Pandemie geben uns einige Regeln und Veränderungen vor, die wir beachten müssen um gesund zu bleiben:

**Das nachfolgende Hygienekonzept zum Seniorenprogramm bitten wir unbedingt einzuhalten:**

### **Begrenzte Teilnehmerzahl**

Bei Veranstaltungen sind aufgrund der Abstandsregeln die Teilnehmerzahlen begrenzt. Falls es die Pandemie-Situation erfordert, behalten wir uns weitere Teilnehmerbegrenzungen vor.

### **Busfahrt**

Der Verzehr von Speisen und Getränken im Reisebus ist nicht gestattet. Zudem besteht während der ganzen Fahrt Maskenpflicht (FFP2 Maske).

Bei einem Inzidenzwert von über 50:

**Testpflicht:** vor Fahrantritt muss jeder Reisegast einen negativen Corona-Test vorlegen, der maximal 24 Stunden alt sein darf (zulässig sind PCR-Tests, POC-Antigentests oder Selbsttests unter Aufsicht).

**Testpflicht gilt nicht für vollständig geimpfte Personen**, deren Zweitimpfung vor mindestens 14 Tagen erfolgt ist, **sowie genesene Personen** (Nachweis bitte bereithalten).

### **Hygiene**

Im Bus ist ein Desinfektionsspender vorhanden. Wir empfehlen zusätzlich ein kleines Handdesinfektionsmittel mitzuführen.

### **Nies- und Hust-Regeln**

Besonders in Corona-Zeiten sollten die allgemeinen Hygiene-Regeln eingehalten werden z.B.: Bitte in die Armbeuge niesen (nicht in die Hände), beim Husten den Kopf zur Seite (weg vom Nachbarn) drehen.

### **Mundschutzpflicht**

Es besteht Maskenpflicht (FFP2 Maske) sobald der Mindestabstand (1,5 m) nicht eingehalten werden kann. Da Tücher und Schals bei Bewegung leicht verrutschen können und somit ein Ansteckungsschutz nicht mehr gewährleistet ist, bedeutet Maskenpflicht – FFP2 Maske -. Der Mundschutz wird **nicht** vom Veranstalter gestellt und ist selbst mitzubringen.

**Mund- Nase - Bedeckung bedeutet auch das korrekte Tragen der FFP2 Maske über der Nase!**

### **Mindestabstand**

Verzichten Sie auf Händeschütteln und Umarmungen. Sollte der Mindestabstand von 1,50 m unterschritten werden, ist unbedingt die Mund-Nase Bedeckung (FFP2 Maske) zu tragen.

### **Gemeinsames Essen**

Vor den Mahlzeiten müssen die Hände gewaschen und desinfiziert werden. Auch hier ist auf die Mindestabstände zu achten. Ausgenommen sind Teilnehmer, die im gleichen Haushalt leben.

**Bitte beachten Sie die jeweils aktuell geltenden Corona-Bestimmungen. Hierfür bedanken wir uns schon im Voraus bei Ihnen.**

### **Bezahlung**

Bitte halten Sie das Geld abgezählt bereit. Die Kassierer sind gebeten zum persönlichen Schutz Einweghandschuhe zu tragen und nach dem Kassiervorgang sich die Hände zu desinfizieren.

Mit blühender  
Unterstützung von

**ROTHER's**  
*Blumen-Paradies*

## Hinweise zu Anmeldung und Abmeldung

### **Schriftliche Anmeldung**

**Um die Dokumentation der Teilnehmer zu erleichtern bitten wir ausschließlich um schriftliche Anmeldung.**

Die im Programmheft eingefügten Anmeldeformulare bitte vollständig ausgefüllt und unterzeichnet bei Frau Stoib im Rathaus, Zi. 1.08 abgeben – Rückfragen zur Anmeldung gerne unter Tel. 606-12, oder Sie senden Ihre Anmeldung per E-Mail an [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de)

Weitere Informationen über die einzelnen Programmpunkte erhalten Sie von Frau Renate Schuderer im Rathaus, Zi.3.06, Tel. 606-15

### **Kontaktdaten Teilnehmer dokumentieren**

Die Kontaktdaten aller teilnehmenden Personen (Name, Vorname, Anschrift, Telefonnummer) werden zum Zweck der Kontaktpersonen-Nachverfolgung dokumentiert.

Hinweis zum Datenschutz: Die Daten werden für einen Zeitraum von 1 Monat beginnend mit dem Tag der Veranstaltung aufbewahrt und im Anschluss unter Beachtung der DSGVO vernichtet. Eine Verarbeitung der Daten zu anderen Zwecken ist nicht zulässig.

### **Nichtteilnahme bei Krankheit**

Bei plötzlich auftretender Erkrankung, vor allem bei Symptomen wie: Halsschmerzen, Schnupfen, Fieber, Durchfall oder Husten ist die Teilnahme an der Veranstaltung leider nicht möglich, auch wenn es sich nur um leichte Symptome handelt.

Ebenso wenn Sie vor 14 Tagen Kontakt zu einer nachweislich infizierten Person hatten. Wir bitten um Verständnis und ein verantwortungsbewusstes Handeln.

**Wir bitten Sie um Mitteilung /Abmeldung falls Sie aus einem der o.a. Gründe nicht teilnehmen können (Tel. 606-12).**

**Wir wünschen Ihnen mit Abstand  
eine schöne Zeit und bleiben Sie gesund!**





# Anmeldung

Wir bitten ausschließlich um **schriftliche Anmeldung**. Abgabe der ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldung bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Zi.108, Briefkasten am Rathaus oder per E-Mail an: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Abmeldungen unter 606-12  
 Weitere Informationen über die Programmpunkte erhalten Sie von Renate Schuderer  
 Tel. 606-15, Zi. 3.06 - jeweils Montag – Freitag 8:00 – 12:00 Uhr -

**-Bitte pro Person eine Anmeldung ausfüllen-**

<b>NAME</b>	
<b>STRASSE+ HAUSNR.</b>	
<b>PLZ +ORT</b>	
<b>TELEFON</b>	
<b>E-MAIL</b> (wenn vorhanden)	

<b>NR oder DATUM</b>	<b>PROGRAMMPUNKT</b>

Mit der Anmeldung zu den Programmpunkten im Rahmen des Seniorenprogrammes erklärt sich der/die Teilnehmer/-in automatisch mit den nachfolgenden Bestimmungen einverstanden. Er/Sie erklärt damit seine/ihre Einwilligung in die beschriebenen Erhebungen, Verarbeitungen und Nutzungen seiner/ihrer Daten. Von den Hinweisen dieser Einwilligungserklärung zur Verarbeitung, Speicherung und Übermittlung seiner/ihrer personenbezogenen Daten hat er/sie Kenntnis genommen und erklärt dazu ebenfalls seine/ihre Einwilligung. Er/Sie hat zur Kenntnis genommen, dass diese Einwilligung freiwillig ist und dass seine/ihre Einwilligung, soweit nicht Ergänzendes vereinbart ist, jederzeit ohne Angabe von Gründen formlos telefonisch oder schriftlich, per E-Mail oder Telefax unter [datenschutz@prien.de](mailto:datenschutz@prien.de) widerrufen werden kann.

.....  
 Datum, Unterschrift

# Anmeldung



Wir bitten ausschließlich um **schriftliche Anmeldung**. Abgabe der ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldung bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Zi.108, Briefkasten am Rathaus oder per E-Mail an: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Abmeldungen unter 606-12  
Weitere Informationen über die Programmpunkte erhalten Sie von Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06 - jeweils Montag – Freitag 8:00 – 12:00 Uhr -

**-Bitte pro Person eine Anmeldung ausfüllen-**

<b>NAME</b>	
<b>STRASSE+ HAUSNR.</b>	
<b>PLZ +ORT</b>	
<b>TELEFON</b>	
<b>E-MAIL</b> (wenn vorhanden)	

<b>NR oder DATUM</b>	<b>PROGRAMMPUNKT</b>

Mit der Anmeldung zu den Programmpunkten im Rahmen des Seniorenprogrammes erklärt sich der/die Teilnehmer/-in automatisch mit den nachfolgenden Bestimmungen einverstanden. Er/Sie erklärt damit seine/ihre Einwilligung in die beschriebenen Erhebungen, Verarbeitungen und Nutzungen seiner/ihrer Daten. Von den Hinweisen dieser Einwilligungserklärung zur Verarbeitung, Speicherung und Übermittlung seiner/ihrer personenbezogenen Daten hat er/sie Kenntnis genommen und erklärt dazu ebenfalls seine/ihre Einwilligung. Er/Sie hat zur Kenntnis genommen, dass diese Einwilligung freiwillig ist und dass seine/ihre Einwilligung, soweit nicht Ergänzendes vereinbart ist, jederzeit ohne Angabe von Gründen formlos telefonisch oder schriftlich, per E-Mail oder Telefax unter [datenschutz@prien.de](mailto:datenschutz@prien.de) widerrufen werden kann.

.....  
Datum, Unterschrift



# Anmeldung

Wir bitten ausschließlich um **schriftliche Anmeldung**. Abgabe der ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldung bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Zi.108, Briefkasten am Rathaus oder per E-Mail an: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Abmeldungen unter 606-12  
 Weitere Informationen über die Programmpunkte erhalten Sie von Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06 - jeweils Montag – Freitag 8:00 – 12:00 Uhr -

**-Bitte pro Person eine Anmeldung ausfüllen-**

<b>NAME</b>	
<b>STRASSE+ HAUSNR.</b>	
<b>PLZ +ORT</b>	
<b>TELEFON</b>	
<b>E-MAIL</b> (wenn vorhanden)	

<b>NR oder DATUM</b>	<b>PROGRAMMPUNKT</b>

Mit der Anmeldung zu den Programmpunkten im Rahmen des Seniorenprogrammes erklärt sich der/die Teilnehmer/-in automatisch mit den nachfolgenden Bestimmungen einverstanden. Er/Sie erklärt damit seine/ihre Einwilligung in die beschriebenen Erhebungen, Verarbeitungen und Nutzungen seiner/ihrer Daten. Von den Hinweisen dieser Einwilligungserklärung zur Verarbeitung, Speicherung und Übermittlung seiner/ihrer personenbezogenen Daten hat er/sie Kenntnis genommen und erklärt dazu ebenfalls seine/ihre Einwilligung. Er/Sie hat zur Kenntnis genommen, dass diese Einwilligung freiwillig ist und dass seine/ihre Einwilligung, soweit nicht Ergänzendes vereinbart ist, jederzeit ohne Angabe von Gründen formlos telefonisch oder schriftlich, per E-Mail oder Telefax unter [datenschutz@prien.de](mailto:datenschutz@prien.de) widerrufen werden kann.

.....  
 Datum, Unterschrift

# Anmeldung



Wir bitten ausschließlich um **schriftliche Anmeldung**. Abgabe der ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldung bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Zi.108, Briefkasten am Rathaus oder per E-Mail an: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Abmeldungen unter 606-12  
Weitere Informationen über die Programmpunkte erhalten Sie von Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06 - jeweils Montag – Freitag 8:00 – 12:00 Uhr -

**-Bitte pro Person eine Anmeldung ausfüllen-**

<b>NAME</b>	
<b>STRASSE+ HAUSNR.</b>	
<b>PLZ +ORT</b>	
<b>TELEFON</b>	
<b>E-MAIL</b> (wenn vorhanden)	

<b>NR oder DATUM</b>	<b>PROGRAMMPUNKT</b>

Mit der Anmeldung zu den Programmpunkten im Rahmen des Seniorenprogrammes erklärt sich der/die Teilnehmer/-in automatisch mit den nachfolgenden Bestimmungen einverstanden. Er/Sie erklärt damit seine/ihre Einwilligung in die beschriebenen Erhebungen, Verarbeitungen und Nutzungen seiner/ihrer Daten. Von den Hinweisen dieser Einwilligungserklärung zur Verarbeitung, Speicherung und Übermittlung seiner/ihrer personenbezogenen Daten hat er/sie Kenntnis genommen und erklärt dazu ebenfalls seine/ihre Einwilligung. Er/Sie hat zur Kenntnis genommen, dass diese Einwilligung freiwillig ist und dass seine/ihre Einwilligung, soweit nicht Ergänzendes vereinbart ist, jederzeit ohne Angabe von Gründen formlos telefonisch oder schriftlich, per E-Mail oder Telefax unter [datenschutz@prien.de](mailto:datenschutz@prien.de) widerrufen werden kann.

.....  
Datum, Unterschrift



## Kontakt Seniorenprogramm im Rathaus:

Für Anmeldungen und Abmeldungen: Petra Stoib  
Tel. 606-12 Zimmer 1.08  
E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de)

Für Weitere Informationen  
zu den Veranstaltungen: Renate Schuderer  
Tel. 606-15 Zimmer 3.06

**Persönliche Anmeldungen/Telefonische Abmeldungen  
und Informationen sind nur  
Montag – Freitag von 8:00 – 12:00 Uhr möglich.**



Seestraße 104 - 83209 Prien am Chiemsee  
Telefon 08051 609960 - [www.neuer-am-see.de](http://www.neuer-am-see.de)

# Allgemeine Bestimmungen

## Bitte aufmerksam lesen und beachten!

1. **Jede angemeldete Teilnahme, das gilt insbesondere für Busfahrten, ist verbindlich.** Bei unentschuldigtem Fernbleiben oder verspäteter Absage (drei Werktage vor Fahrttermin) sind der Fahrpreis und anfallende Gebühren im vollen Umfang zu erstatten.
2. Wir bitten Sie, die Hinweise für die jeweiligen Veranstaltungen (wie Ausrüstung, Bekleidung usw.) zu beachten.
3. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.
4. Personen, die wegen ausgebuchter Veranstaltungen auf die Warteliste gesetzt werden, erhalten über eine eventuelle Teilnahme telefonisch Bescheid.

### **Bitte nicht unangemeldet zu den Busfahrten kommen.**

5. Die Teilnehmer sind während der Veranstaltung **nicht** über den Markt Prien unfall- und haftpflichtversichert. Teilnehmer/-innen des Seniorenprogramms sind für ihren eigenen Versicherungsschutz verantwortlich (Kranken-, Unfall- und Haftpflichtversicherung).
6. Für verlorengegangene Gegenstände übernimmt der Veranstalter **keine Haftung.**
7. Die Fahrten führt das Busunternehmen Helmut Krumrey, Prien, Tel. 08051/64686 durch.
8. Wir bitten Sie, bei Programmpunkten mit „Fahrgemeinschaften“ dem Fahrzeuglenker einen entsprechenden Fahrtkostenanteil zu erstatten.
9. **Die mit einem „Punkt“** gekennzeichneten Programmpunkte im Monatsprogramm sind neu, zusätzlich aufgenommen oder geben einen geänderten Fahrttermin bekannt.
10. Busfahrten: Bei den Busfahrten werden **keine Platzreservierungen vorgenommen.**
11. Wir bitten um pünktliches Erscheinen zu den jeweiligen Terminen, danke!
12. Änderungen bei den jeweiligen Programmpunkten können sich aktuell ergeben, bitte beachten Sie das Monatsprogramm und die Tagespresse.
13. Terminänderungen bleiben vorbehalten.
14. Corona-bedingte Änderungen/Absagen oder notwendige Maßnahmen können sich während des Zeitraums des gesamten Seniorenprogrammes ergeben. Die Umsetzung behält sich der Markt Prien vor.

# Datenschutz und Haftung

## **1. Haftungsausschluss:**

Der Markt Prien a. Chiemsee übernimmt keinerlei Haftungsansprüche, welche sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, die durch die Teilnahme oder Nichtteilnahme am Seniorenprogramm verursacht werden, sofern seitens des Marktes Prien a. Chiemsee kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt.

## **2. Bilderveröffentlichung:**

Der Teilnehmer erklärt sich ausdrücklich einverstanden, dass im Rahmen des Seniorenprogrammes eine ortsübliche Bilderveröffentlichung (Homepage des Marktes Prien a. Chiemsee, Seniorenprogrammheft, Schaukasten an den Lukläden, sowie in der örtlichen Presse) stattfindet.

## **3. Datenschutzerklärung:**

Der Schutz und die Sicherheit Ihrer persönlichen Daten stehen für uns an erster Stelle. Ihre personenbezogenen Daten werden von uns stets vertraulich und entsprechend der gesetzlichen Datenschutzvorschriften behandelt.

Nachfolgend informieren wir Sie darüber, welche Art von Daten während Ihres Besuchs erfasst, zu welchem Zweck sie erhoben und wie lange diese gespeichert werden.

Der behördliche Datenschutzbeauftragte hat diese Internetseite im Hinblick auf die Einhaltung datenschutzrechtlicher Vorschriften überprüft und freigegeben. Sollten Sie noch Fragen zum Datenschutz haben, wenden Sie sich bitte an:

## **Verantwortliche Stelle/ Datenschutzbeauftragter:**

Datenschutzbeauftragte Markt Prien a. Chiemsee:

Herr Markus Schwarzenböck

Landratsamt Rosenheim, Wittelsbacherstraße 53, 83022 Rosenheim,  
Deutschland

Tel.: +49/8031/392-1259

E-Mail: [markus.schwarzenboeck@lra-rosenheim.de](mailto:markus.schwarzenboeck@lra-rosenheim.de)

Website: [www.landkreis.rosenheim.de](http://www.landkreis.rosenheim.de)

Datenschutzkoordinator Markt Prien a. Chiemsee:

Herr Alexander Klammer

Markt Prien a. Chiemsee, Rathausplatz 1, 83209 Prien a. Chiemsee, Deutschland

Tel.: +498051/606-16

E-Mail: [datenschutz@prien.de](mailto:datenschutz@prien.de)

Website: [www.prien.de](http://www.prien.de)

## **Ihre Betroffenenrechte**

Unter den angegebenen Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten bzw. Datenschutzkoordinator können Sie jederzeit folgende Rechte ausüben:

### **Rechte hinsichtlich personenbezogener Daten**

Die Nutzung unseres Internetangebots ist grundsätzlich auch ohne Bekanntgabe Ihrer personenbezogenen Informationen möglich. Auf Antrag erhalten Sie von uns jederzeit unentgeltlich Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten und können unrichtige Daten berichtigen lassen (Art. 15 und Art. 16 DSGVO). Sofern die gesetzlichen Voraussetzungen vorliegen, können Sie auch eine Sperrung oder Löschung der gespeicherten Daten verlangen (Art. 17 und Art. 18 DSGVO).

Darüber hinaus können Sie jederzeit nach Art. 21 DSGVO gegen die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten im Rahmen der Erfüllung öffentlicher Aufgaben Widerspruch einlegen, um die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten zu stoppen. Die Verarbeitung wird gemäß Art. 21 DSGVO gestoppt sofern nicht zwingende schutzwürdige Gründe seitens der verarbeitenden Stelle nachgewiesen werden, die eine Verarbeitung erforderlich machen.

### **Zustimmung (Einwilligung) zur Erhebung, Nutzung und Verarbeitung personenbezogener Daten**

Außerhalb gesetzlicher Verpflichtungen dürfen personenbezogene Daten nur mit (und im Rahmen) Ihrer Zustimmung erhoben, genutzt oder verarbeitet werden. Um dies zu gewährleisten, können Sie, während der Nutzung unseres Internetangebots, an verschiedenen Stellen aufgefordert werden, unseren Datenschutzbestimmungen, oder der Verarbeitung Ihrer Daten zu einem bestimmten Zweck (z.B. Kontaktaufnahme mittels Kontaktformular) zuzustimmen. Aus der Nicht-Einwilligung oder einem Widerruf darf Ihnen kein Nachteil entstehen. Ein Widerruf kann nur mit Wirkung für die Zukunft erklärt werden. Wenn sie Ihre Einwilligung widerrufen möchten, klicken Sie bitte hier: [datenschutz@prien.de](mailto:datenschutz@prien.de)

### **Datensicherheit**

Wir verwenden technische und organisatorische Maßnahmen um Ihre Daten vor dem Zugriff Unberechtigter und vor Manipulation, Übermittlung, Verlust oder Zerstörung zu schützen. Unsere Sicherheitsverfahren überprüfen wir regelmäßig und passen sie dem technologischen Fortschritt an. Sämtliche an und von uns übermittelte Daten werden durch geeignete Verschlüsselungsverfahren, während und nach ihrem Transport, geschützt.

### **Offenlegung und Weitergabe personenbezogener Daten**

Alle personenbezogenen Daten werden ausschließlich mit Ihrer ausdrücklichen Zustimmung, oder aufgrund gesetzlicher Verpflichtung, weitergegeben und werden für keine anderen Zwecke, als die in unserer Datenschutzerklärung genannten, verwendet.



## Löschung bzw. Sperrung der Daten

Wir halten uns an die Grundsätze der Datenvermeidung und Datensparsamkeit. Wir speichern Ihre personenbezogenen Daten daher nur so lange, wie dies zur Erreichung der hier genannten Zwecke erforderlich ist oder wie es die vom Gesetzgeber vorgesehenen, vielfältigen Speicherfristen vorsehen. Nach Fortfall des jeweiligen Zweckes bzw. Ablauf dieser Fristen werden die entsprechenden Daten routinemäßig und entsprechend den gesetzlichen Vorschriften gesperrt oder gelöscht.

## Änderungen der Datenschutzerklärung

Wir behalten uns vor, diese Datenschutzerklärung zu ändern, um sie an geänderte Rechtslagen und technische Standards anzupassen. Unsere Nutzer werden gebeten, sich regelmäßig zu informieren. Diese Datenschutzerklärung befindet sich derzeit auf dem Stand vom 25.05.2019

 <p><b>Lammfleisch und Lammprodukte aus unserer eigenen Naturland-Schäferei</b></p>  <p><b>Bio-Küche mit Mittagstisch (Mo-Fr) Bewirtungen &amp; Catering</b></p> <p><b>Regionale Biokäse- und Biowurst-Spezialitäten</b></p> <p><b>Umfassendes Bio-Sortiment</b></p> <p>Parkplätze direkt vor unserem Laden Bernauer Str. 85 • 83209 Prien a. Ch. Telefon: 0 80 51 - 96 63 26 www.priener-regional-markt.de</p> <p><b>Öffnungszeiten: Mo bis Fr 9 - 18 Uhr, Sa 9 - 13 Uhr</b></p>	 <p><b>scheck</b> ... seit 1934</p> <p><b>Lackierung &amp; Unfall-Instandsetzung</b></p> <p>Unfallschäden, klein &amp; groß ✓ Kratzer ✓ Delle ✓ Rost ✓ Polieren &amp; Fahrzeugpflege ✓ „Spot-Repair“ ✓ ...</p> <p>➔ <b>Wir sind Ihr Ansprechpartner !</b></p>  <p><b>Scheck-Autolackierung GmbH</b> Bernauer Str. 87 • 83209 Prien a. Ch. Telefon: 0 80 51 - 43 56 , Fax: 47 56 www.scheck-lackierung.de</p>
--	--

## Sicherheitstipps für den Alltag

### Innerhalb der eigenen vier Wände

- Benutzen Sie die Türsprechanlage und nutzen Sie den Sperrriegel bzw. die Schließkette, ehe Sie den Türöffner betätigen.
- Lassen Sie keine fremden Personen in die Wohnung
- Kontrollieren Sie vorgelegte Ausweise und fragen Sie ggf. bei der entsendenden Dienststelle nach
- schicken Sie fremde Personen im Zweifelsfall weg
- Verwahren Sie Ersparnisse und größere Geldbeträge wie z.B. Sparbücher möglichst bei der Bank auf - nicht zu Hause -
- Unterschreiben Sie keine Verträge ohne ausreichende Bedenkzeit und ohne sie durchgelesen zu haben
- Seien Sie vorsichtig bei unerwarteten Gewinnbenachrichtigungen per Telefon, Post oder an der Haustür.
- Geben Sie keine Bargeldbeträge an Fremde – auch nicht in Form einer Überweisung (Enkeltrick)

### Beim Verlassen der Wohnung

- Schließen Sie Ihre Haus-Wohnungstür immer ab.
- Schließen Sie alle Fenster und Türen
- Hinterlegen Sie keine Schlüssel in typischen „Verstecken“, also **nicht** unter der Fußmatte, auf dem Türrahmen, in einem Blumentopf o.ä.
- informieren Sie bei längerer Abwesenheit Ihre Nachbarn und Bekannte und lassen Sie den Briefkasten leeren.
- Geben Sie keine Hinweise auf Ihre Abwesenheit an Dritte und auch nicht auf Ihrem Anrufbeantworter

### Außerhalb der eigenen vier Wände

- Nehmen Sie nur das Nötigste mit (Geld, Wertsachen) und tragen Sie es in der Innenkleidung oder in einer verschlossenen Tasche.
- Tragen Sie Ihre Hand- oder Umhängetasche verschlossen unter den Arm geklemmt und zum Körper gewandt
- Lassen Sie Ihre Handtasche nie aus den Augen
- Seien Sie vorsichtig bei Absprachen und Angeboten durch Fremde
- Heben Sie möglichst an einem Geldautomaten innerhalb eines Gebäudes nur so viel Geld ab, wie Sie in nächster Zeit benötigen
- Bewahren Sie Ihre Kreditkarte/Bankkarte und Geheimnummer immer getrennt voneinander auf.

### Wichtige Telefonnummern

- Polizei 110
- Notruf/Feuerwehr 112
- Weißer Ring 116 006
- Sperrnummer für Debit-Karten und Kreditkarte  
Sperr-Notruf: 116 116
- Tel. Nr. Familienangehörige, Nachbarn, Hausverwaltung:
- \_\_\_\_\_

## Wiederkehrende Programmpunkte:

**Aufgrund beschränkter Teilnehmerzahl bitten wir Sie, sich persönlich beim Veranstalter anzumelden**

### In die „Vollen“

An jedem **letzten Montag im Monat**, außer an einem Feiertag

**Zeit:** 14.30 – ca. 16.30 Uhr

**Treff:** Kegelbahn am Sportpark „Alpenblick“

**Kosten:** Geringer Unkostenbeitrag für die Benutzung

**Nähere Infos und Anmeldung bei:**

**Alfred Eder Tel: 08051/4648 Waltraud Stöberl, Tel.: 08051/1406**

### Senioren Mittagstammtisch

**Wieninger-Bräu:**

**Jeden dritten Donnerstag** im Monat

Ganzjährig geöffnet

**Zeit:**

**ab 11.00 Uhr**

**Anmeldung bei:**

**Waltraud Stöberl Tel. 1406**

**Wieninger-Bräu**

**Tel. 61090**

**Hotel Neuer:**

**Jeden letzten Freitag** im Monat

Ganzjährig geöffnet

**Zeit:**

**11.30 – 13.00 Uhr**

**Anmeldung bei:**

**Waltraud Stöberl Tel. 1406**

**Hotel Neuer**

**Tel. 08051/60 99 60**

### „Fit durch die zweite Lebenshälfte“

**Termin:** **Freitags von 16.00 – 17.00 Uhr**

**Treff:** „Exakt-Aktiv“, Harrasser Str. 6,

**Kosten:** 5,00 €

**Teilnehmer:** 5

**Nähere Infos und Anmeldung bei:**

**„Exakt-Aktiv“ Tel. 08051/9655-240**

(diese Gebühr wird nur den Teilnehmern des Seniorenprogramms und nur in diesem angegebenen Zeitraum gewährt)

*„Fit durch die zweite Lebenshälfte“ in PRIENAFIT, Harrasser Str. 6*



## Mike's Kino

**Termin:** **Jeden ersten Dienstag im Monat**  
(auch an einem Feiertag)

Titel des Films und auch die genaue Anfangszeit entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Durch die Corona-Bestimmungen ist eine Platzreservierung notwendig.

**Hinweis:** Durch einen Fahrstuhl ist das Kino auch für Gehbehinderte und Rollstuhlfahrer zugänglich

**Treff:** Mike's Kino, Wienering Passage, Bernauer Str. 13 a,

**Kosten:** 5,00 € Sonderpreis (Aufpreis bei Überlänge und 3 D)  
Preisänderungen bleiben vorbehalten

**Nähere Infos und Anmeldung bei:**  
**Mike's Kino** **Tel. 08051/966676**

---

## Klassische Massage

Klassische Massage, 30 Min. 7,00 € Senioren-Sonderpreis,

**Nähere Infos und Anmeldung bei:**

**Rosemarie Neumeier, med. Bademeisterin und Masseurin, Ledererweg  
15, 83209 Prien a. Chiemsee** **Tel. 9630788**

---

## Sonntags-Frühstück

**Termin: Jeden Sonntag, 9.30 bis 11.00 Uhr**  
außer Betriebsruhe

**Treff:** Kur-Café Heider, Marktplatz / Fußgängerzone,

**Nähere Infos und Anmeldung bei:**

**Kur-Café Heider Tel. 08051/ 1534**

---

## „Viel Meer“

**PRIENAVERA Erlebnisbad, das Angebot für Senioren**

Die „Chiemsee Marina GmbH“ bietet Ihnen folgendes attraktives Angebot an:

**Zeit: Montag – Freitag (außer an Feiertagen)  
zwischen 11:00 und 13:00 Uhr**

**Kosten:** 3 Stunden Bad für nur 6,70 €  
3 Stunden Bad mit Sauna 13,10 €

(gültig ab 60 Jahre – Personalausweis) Bei Zeitüberschreitung: Nachzahlung auf Standardtarife „Prienavera“

**Nähere Infos und Anmeldung bei:**  
**„Prienavera“ Tel. 60957-0**

**-Preisänderungen bleiben vorbehalten-**

## Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Intensives Bewegungstraining unter fachkundiger Anleitung – ob im Sitzen oder Stehen – tut Geist, Körper und Seele gut.

**Termin: Jeden Donnerstag, 15.00 Uhr bis 15.45 Uhr**

**Treff:** Gymnastikraum, Kursana Residenz, Schillerstr. 8;

**Leitung:** Frau Dr. Heide Schulte

**Kosten:** 2,50 €

**Nähere Infos und Anmeldung bei:**

**Frau Dr. Heide Schulte 08051/96 91 23**

## Öffentliche Termine in der Kursana Marktresidenz 2021/2022

entnehmen Sie bitte der Tagespresse

## Termine der Prien Marketing GmbH 2021/2022

entnehmen Sie bitte der Tagespresse

## An alle Theater, Kultur- und Kunstfreunde

### **Bitte von Waltraud Stöberl:**

Liebe Theater, Kultur- und Kunstfreunde,

für das Seniorenprogramm 2021/2022 plane ich gerne wieder, sofern sich die Bedingungen für die Organisation und Durchführung entsprechend der Corona-Bestimmungen normalisieren, einen Theater- oder Ballett-Abend.

Tel. 08051/1406

Im Monatsprogramm erfahren Sie dann Näheres.

(siehe Marktblatt, Homepage Markt Prien, Schaukästen Rathaus und hinter Lukläden)



## Gepflegt von Kopf bis Fuß

Lassen Sie sich bei „Isabella Kosmetik“ verwöhnen, lassen Sie einfach mal Ihre „Seele baumeln“, in einem Wohlfühlambiente, das Sie anspricht, oder schenken Sie ein gutes Gefühl weiter mit einem Gutschein von „Isabella-Kosmetik“.

Das Kosmetik- und Fußpflege-Institut von Isabella Seifert bietet Ihnen

### **in den Monaten November und März folgendes Angebot:**

Gesichtspflege speziell auf Ihren Hauttyp abgestimmt

statt 71,00 € **65,00 €**

Medizinische Fußpflege – Wellness für Ihre Füße

statt 35,00 € **32,00 €**

### **Nähere Infos:**

**Termine bitte nach Vereinbarung, Wendelsteinstraße 4, 83209 Prien, Rückgebäude Tel. 0152 265 70950**

**Isabella Seifert freut sich auf Ihren Besuch**

## „Offener PC Club für Senioren“

Die Faszination der digitalen Welt erkunden, Freunde und Familie am eigenen Leben teilhaben lassen, inspiriert werden für kreative Gestaltungen, Datensicherheit und mehr.

Dazu lädt der ehemalige Mathematik- und Physiklehrer Manfred Heyer ein, Kursleiter des offenen PC-Clubs für Senioren und zwar

an jedem ersten und dritten Mittwoch im Monat  
von 10.00 Uhr – 12.00 Uhr

im Lehrsaal des BRK (Bayerisches Rotes Kreuz) in  
Prien (neben der Feuerwehr) „Am Mühlbach“

Als zusätzliches Angebot werden jeden 2. Mittwoch im Monat Fragen zum Umgang mit dem Handy behandelt.

Der Unkostenbeitrag pro Veranstaltung jeweils (2 x 60 Minuten) beträgt jeweils 15,00 €. Der offene PC-Club ist ein Gemeinschaftsprojekt mit der Bürgerrunde Prien.

### **Nähere Infos und Anmeldung bei:**

**Kursleiter Manfred Heyer**

**Telefon 08664 – 1344**



**feelgood**  
Prien

**DAS BEWEGUNGSCENTER FÜR  
GESUNDHEIT & MOBILITÄT  
BIS INS HOHE ALTER**

Feelgood bietet ein unbeschwertes Training für diejenigen, die sich um ihren Körper kümmern wollen, unabhängig von ihrer Ausgangssituation und ohne Leistungsdruck. Die Belastung ist nie höher, als Sie das wollen. Der Trainingsablauf ist komplett ungefährlich, da die Bewegungen von den Geräten geführt werden. Sie können sich von den Geräten bewegen und mobilisieren lassen oder auch aktiv mitarbeiten. Jedes Feelgood-Trainingsgerät trainiert mehrere Muskelgruppen gleichzeitig in beide Richtungen, ohne dass Einstellungen verändert werden müssen.



In nur 40 Minuten trainieren und mobilisieren Sie Ihren gesamten Körper.



Für Männer und Frauen geeignet.



Sie benötigen keine Trainingsbekleidung.



Niemand ist zu schwach oder zu alt.

## UNSER ANGEBOT FÜR SIE:

- 1 GRATIS PROBETRAINING, IM ANSCHLUSS
- 2 WOCHEN KOSTENFREIES TRAINIEREN UND MOBILISIEREN
- BEI ABSCHLUSS EINES JAHRESVERTRAGES
- ERHALTEN SIE DEN 13. MONAT GESCHENKT



Bitte vereinbaren Sie rechtzeitig einen Termin für Ihr kostenfreies Probetraining.  
Ich freue mich auf Ihr Kommen!  
Ihre Andrea Wöhrer



Feelgood Center Prien  
Bernauer Straße 31  
83209 Prien

08051 966 659 0 oder 0160 967 216 10

info@feelgood-prien.de  
www.feelgood-prien.de

**EINFACH.  
SICHER.  
EFFEKTIV.**



# „Trimm Dich im Freien .....“

## Im Kurpark am Chiemsee-Saal

(Alte Rathausstr. 11)

Von einem Sponsor wurden dem Markt Prien am Chiemsee diese modernen Fitnessgeräte für Ihr Training im Freien zur Verfügung gestellt, wofür wir sehr herzlich danken.

Die Geräte sind modern und vielseitig verwendbar. Ein weiterer Vorteil, die Nutzung ist unabhängig von Öffnungszeiten und zudem kostenlos. Diese Geräte dienen der Bewegung und auch der Kommunikation zwischen den Generationen, ebenso eignen sie sich als Freizeitausgleich für die ganze Familie, Urlaubs- und Kurgäste.

Selbstverständlich tragen sie auch zur Steigerung Ihres Wohlbefindens und Ihrer Vitalität bei.

Viel Spaß und Ausdauer!



## Sport

### Interessante Angebote des

#### TuS Prien für Seniorinnen und Senioren

**Gymnastik für Herren** mit Schwerpunkt Stärkung der Rumpfmuskulatur und dadurch Verbesserung des körperlichen Wohlbefindens.

Zeit: **Donnerstag, 18.00 Uhr – 19.00 Uhr**

Treff: Turnhalle der Franziska-Hager-Mittelschule, Franziska-Hager-Str. 3

Alter: 55 plus

Teilnehmer: 20 Personen (begrenzt)

Anmeldung/Ansprechpartner: Reinhard Schneider Tel. 08051/9651600

**Senioren-gymnastik für Damen** zur Förderung der Beweglichkeit der Gelenke mit Schwerpunkt auf Finger- und Nackenmuskulatur. Leichte Spiele zur Schulung der Koordination, Anregung der geistigen Fitness und Lebensfreude.

Zeit: **Donnerstag, 18.00 Uhr – 19:00 Uhr**

Treff: Turnhalle der Franziska-Hager-Mittelschule, Franziska-Hager-Str. 3

Alter: 50 – 90 Jahre

Teilnehmer: 20 Personen (begrenzt)

Anmeldung/Ansprechpartnerin: Elisabeth Kluge, Tel. 08051/61534



**Geld zurück vom Finanzamt?  
Wir machen das für Sie!**

### **Lohnsteuerhilfverein HILO e.V.**

Elke und Toni Mödl, Beratungsstelle Prien  
Stettener Str. 46, 83209 Prien/Atzing,  
Tel: 08051-9643587

E-Mail: hilo-prien@live.de; [www.hilo.de/272726](http://www.hilo.de/272726)

Wir beraten Arbeitnehmer als Mitglieder ganzjährig und erstellen Ihre Einkommensteuererklärung im Rahmen unserer Befugnis nach § 4 Nr.11 Steuerberatungsgesetz.

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin,  
bei Bedarf auch gern bei Ihnen zu Hause!

*„Erhalte Dir die Fähigkeit Dich zu freuen,  
sie ist ein ungeheures Glück  
und Geschenk zugleich“  
Georg Bernard Shaw*

## Denksport der Aktiv-Senioren

Das Gehirn ist unser wichtigstes Organ. Nur wenn es einwandfrei funktioniert, ist ein selbstbestimmtes Leben möglich.

Durch gezieltes, regelmäßiges und ganzheitliches Training wollen wir das Nachlassen der Leistungsfähigkeit des Gehirns stoppen bzw. die Gedächtnisleistung steigern. Wir arbeiten nach wissenschaftlich ausgearbeiteten Methoden, aber es geht nicht darum, geistige Höchstleistungen zu erbringen. Die Übungen machen gute Laune.

Wie der Körper durch Bewegung und Sport günstig beeinflusst wird, so fördert das Gedächtnistraining die geistige Beweglichkeit.

Sie können auch gerne zu einer „Schnupperstunde“ vorbeikommen.

### **Jeden Montag**

#### **(außer Ferienzeit)**

<b>Ort:</b>	Prien, Kath. Pfarrheim, Rathausstr. 1 a
<b>Treff:</b>	Kolpingraum oder Pfarrsaal
<b>Zeit:</b>	jeweils Montag, 15.30 Uhr – 17:00 Uhr
<b>Referentin:</b>	Hildegard Grosse, Gedächtnistrainerin Arbeitsmaterial wird gestellt
<b>Kosten:</b>	Kursgebühr 5,00 € pro 1 ½ Std.
<b>Anmeldung:</b>	Handy-Nr. 0151/166 369 12

Wir bieten einen fortlaufenden Kurs an. Sinnvoll sind mindestens 10 Trainingseinheiten, es kann beliebig verlängert werden. Sie verlieren auch nicht den Anschluss, wenn ein Nachmittag ausnahmsweise versäumt wird.

## Vorgeplante Programmpunkte

### Termine werden ggfs. im Monatsprogramm

(siehe Marktblatt, Homepage Markt Prien, Schaukästen Rathaus und hinter Lukläden)

### bekannt gegeben:

## Besuch im Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt

### (DLR)-Oberpfaffenhofen

Als der mitarbeiterstärkste Standort des Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt (DLR) zählt das Gelände in Oberpfaffenhofen zu den größten Forschungszentren in Deutschland. Insgesamt 11 wissenschaftliche Einrichtungen und Institute sind auf dem Areal außerhalb von München beheimatet. Derzeit beschäftigt das DLR rund 1.800 Mitarbeiter, auch zahlreiche Praktikanten und Studenten, die in Zusammenarbeit mit den Wissenschaftlern ihre Abschluss- und Doktorarbeiten umsetzen. Eine sehr interessante Führung erwartet Sie.

## Besuch im Tierpark Hellabrunn

Der 1911 gegründete Münchner Tierpark Hellabrunn zählt zu den renommiertesten wissenschaftlich geführten Zoos Europas. In einem einzigartigen Naturparadies im Landschaftsschutzgebiet der Isarauen leben über 750 Tierarten. Hellabrunn ist der erste Geozoo weltweit. Seit 1928 leben hier die Tiere nach Kontinenten geordnet. Ein Spaziergang durch Hellabrunn ähnelt einer Reise durch spannende Tierwelten vom Polarkreis nach Afrika, von Europa nach Asien und Amerika nach Australien. In natürlichen Lebensgemeinschaften bewohnen „Hellabrunns“ Tiere, ganz wie in ihrer Heimat, gemeinsam großzügige Anlagen.



Unsere beiden bewährten, aufmerksamen und zielsicheren Busfahrer/in/ Busfahrer Bianca und Helmut Krumrey  
Schulstr. 20a / Tel.08051/64686



## Programmübersicht

### September

Mittwoch 29.09.21 14:00 „Rund um den Samerberg“

Donnerstag 30.09.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 30.09.21 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation mit dem  
Motto "Vertrauen"

Donnerstag 30.09.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 30.09.21 18:00 TuS Prien Gymnastik Herren

### Oktober

Freitag 01.10.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 03.10.21 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 04.10.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 05.10.21 10:00 Mike's Kino

Mittwoch 06.10.21 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Mittwoch 06.10.21 10:00 „Die Heimat von oben“ Rundflug im  
Oktober

Donnerstag 07.10.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 07.10.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 07.10.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 08.10.21 08:30 Fraueninseltag - Schwester Frau  
Katharina schenkt uns besondere  
Einblicke in das Klosterleben

Freitag 08.10.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 10.10.21 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 11.10.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 12.10.21 09:00 Besuch des Polizeipräsidiums  
Oberbayern Süd

Donnerstag 14.10.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 14.10.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 14.10.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 15.10.21 08:00 Besuch des Buchheim Museums und  
Schiffahrt am Starnberger See

Freitag 15.10.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 17.10.21 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 18.10.21 14:30 "Thailand" Bildervorträge von Sepp  
Löw

Montag 18.10.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Mittwoch 20.10.21 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 21.10.21 11:00 Senioren Mittagstisch

Donnerstag 21.10.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 21.10.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 21.10.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 22.10.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 24.10.21 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 25.10.21 14:30 In die „Vollen“

Montag 25.10.21 14:30 Bildervortrag  
von Rotraud und Ernst Heinrich  
Hirschel

"Von Reggio Calabria nach Taranto"

Montag 25.10.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Donnerstag 28.10.21 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation mit dem  
Motto "Mitgefühl"

Donnerstag 28.10.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 28.10.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 28.10.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 29.10.21 11:30 Senioren Mittagstisch

Freitag 29.10.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 31.10.21 09:30 Sonntagsfrühstück

## November

Montag 01.11.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 02.11.21 10:00 Mike's Kino

Mittwoch 03.11.21 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

- Donnerstag 04.11.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 04.11.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Donnerstag 04.11.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Freitag 05.11.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 07.11.21 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 08.11.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren
- Donnerstag 11.11.21 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation  
mit dem Motto  
"Dankbarkeit"
- Donnerstag 11.11.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 11.11.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Donnerstag 11.11.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Freitag 12.11.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 14.11.21 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 15.11.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren
- Mittwoch 17.11.21 10:00 „Offener PC Club für Senioren“
- Donnerstag 18.11.21 11:00 Senioren Mittagstammtisch
- Donnerstag 18.11.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 18.11.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Donnerstag 18.11.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Freitag 19.11.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 21.11.21 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 22.11.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren
- Donnerstag 25.11.21 08:00 Weihnachtsmarkt und Wintermärchen  
auf Gut Aiderbichl
- Donnerstag 25.11.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 25.11.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Donnerstag 25.11.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Freitag 26.11.21 11:30 Senioren Mittagstammtisch
- Freitag 26.11.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 28.11.21 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 29.11.21 14:30 In die „Vollen“
- Montag 29.11.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren



## Dezember

Mittwoch 01.12.21 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 02.12.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 02.12.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 02.12.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 02.12.21 20:00 Einladung zur Bürgerversammlung

Freitag 03.12.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 05.12.21 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 06.12.21 14:30 Besinnlicher Adventnachmittag

Montag 06.12.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 07.12.21 10:00 Mike's Kino

Donnerstag 09.12.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 09.12.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 09.12.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 10.12.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 12.12.21 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 13.12.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Mittwoch 15.12.21 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 16.12.21 11:00 Senioren Mittagstammtisch

Donnerstag 16.12.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 16.12.21 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation mit dem  
Motto "Mut"

Donnerstag 16.12.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 16.12.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 17.12.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 19.12.21 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 20.12.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Donnerstag 23.12.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 23.12.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 23.12.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 24.12.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 26.12.21 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 27.12.21 14:30 In die „Vollen“

Montag 27.12.21 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Mittwoch 29.12.21 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 30.12.21 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 30.12.21 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 30.12.21 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 31.12.21 11:30 Senioren Mittagstammtisch

Freitag 31.12.21 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

## Januar

Sonntag 02.01.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 03.01.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 04.01.22 10:00 Mike's Kino

Mittwoch 05.01.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 06.01.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 06.01.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 06.01.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 07.01.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 09.01.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 10.01.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 11.01.22 14:30 Vortrag "Patientenverfügung und  
Vorsorgevollmacht"  
Referent: Stefan Scheck

Donnerstag 13.01.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 13.01.22 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation mit dem  
Motto "Lebensfreude"

Donnerstag 13.01.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 13.01.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 14.01.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 16.01.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 17.01.22 14:30 Wissenswertes über das  
„Wunderwerk“, Ihre Augen

Montag 17.01.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Mittwoch 19.01.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 20.01.22 11:00 Senioren Mittagstammtisch

Donnerstag 20.01.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

- Donnerstag 20.01.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Donnerstag 20.01.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Freitag 21.01.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 23.01.22 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 24.01.22 14:30 "Antarktis- Galapagos"  
Filmvortrag von Helga Stampfl
- Montag 24.01.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren
- Donnerstag 27.01.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 27.01.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Donnerstag 27.01.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Freitag 28.01.22 11:30 Senioren Mittagstammtisch
- Freitag 28.01.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 30.01.22 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 31.01.22 14:30 In die „Vollen“
- Montag 31.01.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

## Februar

- Mittwoch 02.02.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“
- Donnerstag 03.02.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 03.02.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Donnerstag 03.02.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Freitag 04.02.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 06.02.22 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 07.02.22 14:30 „Wenn die Natur erwacht -  
Frühlingsimpressionen“  
und „Island, die grüne Insel“  
Bildervortrag von Sepp Löw
- Montag 07.02.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren
- Dienstag 08.02.22 10:00 Mike's Kino
- Donnerstag 10.02.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 10.02.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Donnerstag 10.02.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Freitag 11.02.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 13.02.22 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 14.02.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Mittwoch 16.02.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 17.02.22 11:00 Senioren Mittagstisch

Donnerstag 17.02.22 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation mit dem  
Motto "Selbstwert"

Donnerstag 17.02.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 17.02.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 17.02.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 18.02.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 20.02.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 21.02.22 14:30 Baustein „Vitamine“

Montag 21.02.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Donnerstag 24.02.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 24.02.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 24.02.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 25.02.22 11:30 Senioren Mittagstisch

Freitag 25.02.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 27.02.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 28.02.22 14:30 In die „Vollen“

Montag 28.02.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

## März

Dienstag 01.03.22 10:00 Mike's Kino

Mittwoch 02.03.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 03.03.22 10:00 Schafe, Wolle, Faden spinnen...

Donnerstag 03.03.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 03.03.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 03.03.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 04.03.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 06.03.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 07.03.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 08.03.22 14:30 Vortrag "Demenz und der Umgang mit  
Demenz"  
Referent: Stefan Scheck

Donnerstag 10.03.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag	10.03.22	18:00	TuS Prien Seniorengymnastik Damen
Donnerstag	10.03.22	18:00	TuS Prien - Gymnastik Herren
Freitag	11.03.22	16:00	Fit durch die zweite Lebenshälfte
Sonntag	13.03.22	09:30	Sonntagsfrühstück
Montag	14.03.22	14:30	„Knochenstark essen – mitten im Leben“
Montag	14.03.22	15:30	Denksport der Aktiv-Senioren
Mittwoch	16.03.22	10:00	„Offener PC Club für Senioren“
Donnerstag	17.03.22	11:00	Senioren Mittagstammtisch
Donnerstag	17.03.22	15:00	Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
Donnerstag	17.03.22	18:00	TuS Prien Seniorengymnastik Damen
Donnerstag	17.03.22	18:00	TuS Prien - Gymnastik Herren
Freitag	18.03.22	16:00	Fit durch die zweite Lebenshälfte
Sonntag	20.03.22	09:30	Sonntagsfrühstück
Montag	21.03.22	15:30	Denksport der Aktiv-Senioren
Donnerstag	24.03.22	15:00	Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
Donnerstag	24.03.22	15:00	Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Frei fühlen"
Donnerstag	24.03.22	18:00	TuS Prien - Gymnastik Herren
Donnerstag	24.03.22	18:00	TuS Prien Seniorengymnastik Damen
Freitag	25.03.22	11:30	Senioren Mittagstammtisch
Freitag	25.03.22	16:00	Fit durch die zweite Lebenshälfte
Sonntag	27.03.22	09:30	Sonntagsfrühstück
Montag	28.03.22	14:30	In die „Vollen“
Montag	28.03.22	15:30	Denksport der Aktiv-Senioren
Dienstag	29.03.22	08:00	Besuch der Priener Bäckerei Müller
Donnerstag	31.03.22	15:00	Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
Donnerstag	31.03.22	18:00	TuS Prien Seniorengymnastik Damen
Donnerstag	31.03.22	18:00	TuS Prien - Gymnastik Herren

## April

Freitag	01.04.22	16:00	Fit durch die zweite Lebenshälfte
Sonntag	03.04.22	09:30	Sonntagsfrühstück
Montag	04.04.22	15:30	Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 05.04.22 10:00 Mike's Kino

Mittwoch 06.04.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 07.04.22 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation mit dem  
Motto "Loslassen"

Donnerstag 07.04.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 07.04.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 07.04.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 08.04.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 10.04.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 11.04.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 12.04.22 09:00 Besuch des Biathlonzentrums  
Arena-Tour Chiemgau- Arena  
Ruhpolding

Donnerstag 14.04.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 14.04.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 14.04.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 15.04.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 17.04.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 18.04.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Mittwoch 20.04.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 21.04.22 11:00 Senioren Mittagstammtisch

Donnerstag 21.04.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 21.04.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 21.04.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 22.04.22 10:00 "Die Heimat von oben "Rundflug im  
April"

Freitag 22.04.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 24.04.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 25.04.22 14:30 In die „Vollen“

Montag 25.04.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 26.04.22 14:00 Besuch der „Kumpfmühle“ in Prien

Donnerstag 28.04.22 14:30 Alpaca-Wanderung „ein Erlebnis der  
besonderen Art“  
mit Anneliese Rosenwink

Donnerstag 28.04.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 28.04.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 28.04.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 29.04.22 11:30 Senioren Mittagstisch

Freitag 29.04.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

## Mai

Sonntag 01.05.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 02.05.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 03.05.22 10:00 Mike's Kino

Mittwoch 04.05.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 05.05.22 09:00 Traunsteiner Stadtpaziergang

Donnerstag 05.05.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 05.05.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 05.05.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 06.05.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 08.05.22 07:30 Westlicher Bodensee (08.05.-  
10.05.2022)

Sonntag 08.05.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 09.05.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Donnerstag 12.05.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 12.05.22 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation mit dem  
Motto "Schweigen"

Donnerstag 12.05.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 12.05.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 13.05.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Samstag 14.05.22 14:00 Besuch der Falknerei auf Schloss  
Hohenaschau

Sonntag 15.05.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 16.05.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 17.05.22 13:00 Besuch Kloster „Maria Eck“ und  
Einkehr

Mittwoch 18.05.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Mittwoch 18.05.22 14:00 Kräuterwanderung

Donnerstag 19.05.22 11:00 Senioren Mittagstisch



- Donnerstag 19.05.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 19.05.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Donnerstag 19.05.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Freitag 20.05.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 22.05.22 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 23.05.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren
- Mittwoch 25.05.22 09:30 Besichtigung der Basilika  
Tuntenhausen
- Donnerstag 26.05.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 26.05.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Donnerstag 26.05.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Freitag 27.05.22 11:30 Senioren Mittagsstammtisch
- Freitag 27.05.22 12:00 Fischessen in der Fischhütte
- Freitag 27.05.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 29.05.22 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 30.05.22 14:30 In die „Vollen“
- Montag 30.05.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

## Juni

- Mittwoch 01.06.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“
- Donnerstag 02.06.22 15:00 Gesund durch  
Entspannungsmeditation mit dem  
Motto "Trauer"
- Donnerstag 02.06.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 02.06.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren
- Donnerstag 02.06.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Freitag 03.06.22 11:00 Fischessen
- Freitag 03.06.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte
- Sonntag 05.06.22 09:30 Sonntagsfrühstück
- Montag 06.06.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren
- Dienstag 07.06.22 10:00 Mike's Kino
- Mittwoch 08.06.22 14:30 Große Chiemsee-Rundfahrt
- Donnerstag 09.06.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag
- Donnerstag 09.06.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen
- Donnerstag 09.06.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 10.06.22 09:00 Besuch des Holztechnischen  
Museums Rosenheim

Freitag 10.06.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 12.06.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 13.06.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 14.06.22 08:00 „Mein schönes Innsbruck am grünen  
Inn“

Mittwoch 15.06.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 16.06.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 16.06.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 16.06.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 17.06.22 09:00 Wanderung am Rauschberg

Freitag 17.06.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 19.06.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 20.06.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 21.06.22 08:00 Besuch der Kristallmanufaktur  
von Monika Riedl in Thalgau

Donnerstag 23.06.22 11:00 Senioren Mittagstammtisch

Donnerstag 23.06.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 23.06.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 23.06.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 24.06.22 11:30 Senioren Mittagstammtisch

Freitag 24.06.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 26.06.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 27.06.22 14:30 In die „Vollen“

Montag 27.06.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Donnerstag 30.06.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 30.06.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 30.06.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

## Juli

Freitag 01.07.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Samstag 02.07.22 11:00 Frühschoppen zum Saisonende

Sonntag 03.07.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 04.07.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Dienstag 05.07.22 08:00 Festspielstadt Bayreuth (05.- 07.07.22)

Dienstag 05.07.22 10:00 Mike's Kino

Mittwoch 06.07.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 07.07.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 07.07.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 07.07.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 08.07.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 10.07.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 11.07.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Donnerstag 14.07.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 14.07.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 14.07.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 15.07.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 17.07.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 18.07.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Mittwoch 20.07.22 10:00 „Offener PC Club für Senioren“

Donnerstag 21.07.22 11:00 Senioren Mittagstisch

Donnerstag 21.07.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 21.07.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Donnerstag 21.07.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Freitag 22.07.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 24.07.22 09:30 Sonntagsfrühstück

Montag 25.07.22 14:30 In die „Vollen“

Montag 25.07.22 15:30 Denksport der Aktiv-Senioren

Donnerstag 28.07.22 15:00 Beweglichkeit – Kraft für den Alltag

Donnerstag 28.07.22 18:00 TuS Prien Seniorengymnastik Damen

Donnerstag 28.07.22 18:00 TuS Prien - Gymnastik Herren

Freitag 29.07.22 11:30 Senioren Mittagstisch

Freitag 29.07.22 16:00 Fit durch die zweite Lebenshälfte

Sonntag 31.07.22 09:30 Sonntagsfrühstück

## „Rund um den Samerberg“

Herr Dr. Herbert Reuther, Marien-Apotheke Prien, lädt zu einer Fahrt „Rund um den Samerberg“ ein. Das Samerberger Hochtal ist nicht nur für Urlauber, sondern auch für uns Einheimische ein beliebtes Ausflugsziel. Einen besonderen Aussichtspunkt und kurze innere „Einkehr“ bietet die Kapelle mit der bereits über 100 Jahre alten Luitpoldeiche, die zum 70. Geburtstag des damaligen Prinzregenten gepflanzt wurde. Die Kapelle besitzt einen kleinen gotischen Altar aus dem 16. Jahrhundert und ein Altarbild mit den 14 Nothelfern. Genießen Sie diese informative „Rundfahrt“ begleitet von Anton Hötzelsperger der uns besondere Sehenswürdigkeiten dieses schönen „Fleckerls unserer Heimat“ zeigt. Abschließend gönnen wir uns noch eine gute Brotzeit (selbst zu bezahlen). Wir bedanken uns alle schon vorab sehr herzlich bei Herrn Dr. Herbert Reuther für die Einladung zu dieser schönen Rundfahrt.

**Mittwoch, 29. September 2021**

Treffpunkt: 14:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Rückkehr: ca. 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 40

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 22.09.2021**



*"In uns selbst liegen die Sterne des Glücks."  
(Heinrich Heine)*

02

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Vertrauen"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 30. September 2021**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)



*„Ich würde gerne fliegen lernen,  
fliegen wie ein Vogel, der Sonne entgegen.  
Ein Wolkenmeer unter meinem schwebenden Körper,  
weite Ferne, Horizont.  
Frei sein, den Alltag vergessen, träumen,  
und den wärmenden Sonnenstrahl auf meinem lächelnden Gesicht“.*

## **„Die Heimat von oben“ Rundflug im Oktober**

Was gibt es Schöneres, als in einem DR 400 mit einem erfahrenen Piloten unsere Heimat „von oben“ zu betrachten. Sie überfliegen unseren schönen Chiemgau, bewundern die markante Kampenwand, die Herren – und Fraueninsel aus der „Vogelperspektive“ und machen sich mit diesem Rundflug einen Traum wahr. Freuen Sie sich auf dieses unvergessliche Erlebnis. Guten Flug!

**Mittwoch, 6. Oktober 2021**

Treffpunkt: 10:00 Uhr Flugplatz Jolling, Bad Endorf oder 9:30 Uhr Beilhackparkplatz (Fahrgemeinschaften)

Kosten: 36 € bei 3 Personen im Flieger (inklusive Start- und Landegebühr)

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Helga Stampfl Tel.: 08051/3988

**Termin hängt von der Witterung ab!**  
**Flugdauer: 20 Minuten**



„Ein Vogel hat niemals Angst davor,  
dass der Ast unter ihm brechen könnte.  
Nicht, weil er dem Ast vertraut,  
sondern seinen eigenen Flügeln.  
Verliere nie den Glauben an Dich selbst“  
(unbekannt)

## Fraueninseltag - Schwester Frau Katharina schenkt uns besondere Einblicke in das Klosterleben

Wir freuen uns auf das Gespräch mit Frau Katharina, die uns besondere Einblicke in das Klosterleben auf Frauenwörth schenkt. Das Kloster der Fraueninsel inmitten des Chiemsees, verfügt über eine ganz besondere Anziehungskraft, ein Ort zum Kraftschöpfen, Staunen und Innehalten, ein Kleinod mit Gegensätzen im Gleichklang mit der Natur. Nach dem Besuch bei Frau Katharina wird Petra Lanzinger zu einer Inselrunde einladen. Anschließend kehren wir dann gemütlich ein und lassen den Inseltag ausklingen.

**Freitag, 8. Oktober 2021**

Treffpunkt: 08:30 Uhr Schiffanlegestelle Prien-Stock (Wartehalle)

Abfahrt: 9:00 Uhr

Rückkehr: 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 15

Kosten: 15 € Schifffahrt + Spende für Kloster

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemische Gerontoberaterin

Verpflegung: Einkehr

Anmeldung: Die Teilnehmerzahl zum Fraueninseltag ist in Coronazeiten auf 15 Personen beschränkt. Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de)





## Besuch des Polizeipräsidiums Oberbayern Süd

Herzliche Einladung ins Polizeipräsidium Oberbayern Süd

Interessante Programmpunkte des Vormittags sind:

- Begrüßung und Vorstellung des Polizeipräsidioms Oberbayern Süd durch die Behördenleitung
- Enkeltrick, falsche Polizeibeamte u.a.  
Wie können sich lebensältere Bürgerinnen und Bürger vor Straftätern schützen
- Vorstellung der Einsatzzentrale (Filmvorführung)
- Verabschiedung

Wir bedanken uns auf diesem Wege schon vorab sehr herzlich für diesen informativen Vormittag.

Anschließend kehren wir noch gemütlich ein.

**Dienstag, 12. Oktober 2021**

Treffpunkt: 09:00 Uhr Beilhackparkplatz oder Sportpark

Teilnehmerzahl: 15

Kosten: 19 € Bus

Vorraussetzungen: Teilnahme nur unter Beachtung d. 3G-Regel (vollständig geimpft, genesen od. getestet, Anerkannter gültiger Antigen-Schnelltest (kein Selbsttest) od. PCR-Test (Gültigkeit je 24 Stunden) Pflicht: FFP2-Maske im Gebäude

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldung bis 05.10.2021**



“Die Fülle, die ich erziele, entstammt der Natur, der Quelle meiner Inspiration.”

Claude Monet, französischer Maler

06

## Besuch des Buchheim Museums und Schifffahrt am Starnberger See

Wir besuchen das Buchheim Museum in Bernried, das uns Einblicke in verschiedenartige Ausstellungen bietet:

Die Dauerausstellung "Das Boot":

Der Museumsgründer Lothar-Günther Buchheim war Teilnehmer am U-Boot-Krieg und Autor des Weltbestsellers »Das Boot«. Was ist wahr an der Geschichte?

Gaymann, von Hühnern und Menschen:

Mit Charme, Witz und Wärme führen uns die Figuren des Carotontisten Peter Gyman bisweilen unrühmliche Situationen unseres Alltags vor Augen.

Die Farben der Avantgarde:

Die Ausstellung soll die Augen, die Herzen und den Geist öffnen für das Wunder der Farbe in der Malerei.

Nach einer gemütlichen Einkehr geht's per Schiff ab Bernried vorbei an schönen Uferlandschaften bis nach Tutzing.

**Freitag, 15. Oktober 2021**

Treffpunkt: 08:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 42 € Bus, Eintritt Museum und Schifffahrt

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss: 08.10.2021**



**"Von Hühnern und Menschen"**

Peter Gaymann



**"Die Farben der Avantgarde"**

Werke von Modersohn-Becker, Kirchner, Heckel, Jawlensky, Emil Nolde, Max Beckmann



Bindewerk Arne Katzbichler, Prien



Werksbesichtigung  
Auerbräu in Rosenheim







Besuch im Porsche-Museum mit Original Porsche-Modellen, Blechspielzeug, Auto-Flugzeug- und Schiffsmodelle Modelleisenbahnanlagen



Besuch in der Kaffeerösterei Montebera, Prien, Schulstr. 3





"Offenes Atelier"  
Besuch bei Rudl Endriß  
in Schwabering









*Aufnahme Mathias Stampfl*





Besichtigung  
Profol Werk  
Halfting  
  
Kunststoffe  
GmbH



NACHHALTIGKEIT  
GEWINNER  
2018







*"Saurier-Ausstellung"  
im Lokschluppen Rosenheim*



*Figurentheater  
Stefanie Hattenkofer*

*"guten Abend  
Herr  
Lilienstengel"*





Bundespolizeiinspektion  
Rosenheim



Vortrag  
bei der  
Bundes-  
polizei  
Rosenheim



Kirchenbesichtigungen

St. Georg in Straßkirchen

St. Bartholomäus in Guntersberg



Besuch des  
Modellautomuseums Bernau  
Führung Thomas Schneider



*Alles in der Welt ist merkwürdig  
und wunderbar zugleich für  
ein paar wohl geöffnete Augen"*  
(Jose`Ortega)

07

## **"Thailand" Bildervorträge von Sepp Löw**

Wer an Thailand denkt, dem gehen direkt Bilder von traumhaften Stränden, Buddhas, Elefanten, die pulsierende Hauptstadt Bangkok und nicht zuletzt die vielseitige Kultur durch den Kopf. In diesem atemberaubenden Dokumentarfilm erleben Sie die interessante Hauptstadt Bangkok, den Großen Palast War Arun, schönsten Marmortempel Thailands, Bang Pa, die Sommerresidenz des Königs, die Ruinenstätte Ayutthaya, die Königsgräber Wat Rajabopit, das Goldene Dreieck-Laos, Thailand und Maynmar sowie das Bergkloster Wat Doi Stuthep.

Lassen Sie sich "entführen" in ein faszinierendes, geschichtlich hochinteressantes fernes Land.

**Montag, 18. Oktober 2021**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Pfarrheim Prien, Alte Rathausstraße 1a, 83209 Prien am Chiemsee

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



*„Lass keinen Tag deines Lebens vergehen,  
ohne deine Träume genährt, ohne die Schönheit  
einfacher Dinge bemerkt und ohne etwas Neues  
gelernt zu haben.“  
(Sergio Bambaren)*

## **Bildervortrag von Rotraud und Ernst Heinrich Hirschel**

### **"Von Reggio Calabria nach Taranto"**

Eine Reise mit dem Wohnwagen entlang der „Sohle des italienischen Stiefels“. An der Küste die Reste der ehemals berühmten Städte des „Amerika der Griechen“: Kroton, Sybaris, Metapont, Tarent. Einige Höhepunkte der Reise: Klöster in den Bergen, „Fluchtstädte“ vor den Piraten, die sich mit dem Aufkommen des Islam im Mittelmeer ausbreiteten. Umbriatico, auf einem Hügel in einer tiefen Schlucht gelegen mit bedeutender romanischer Kirche. Tiriolo in 700 m Höhe mit dem Blick sowohl auf das Ionische als auch auf das Tyrrhenische Meer. Die Lukanischen Dolomiten, Matera mit den Höhlensiedlungen in einer Felswand. Aliano, der Verbannungsort von Carlo Levi (1935-1936) und der Ort, in dem sein Buch „Christus kam nur bis Eboli“ spielt.

**Montag, 25. Oktober 2021**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Pfarrheim Prien, Alte Rathausstr. 1a, 83209 Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



*"In uns selbst liegen die Sterne des Glücks."  
(Heinrich Heine)*

09

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Mitgefühl"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 Uhr im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 28. Oktober 2021**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.stoib@prien.de](mailto:petra.stoib@prien.de)



***Bayer. Schmankerl · Terrasse · Kinderspielecke***

*Jeden 1. Freitag im Monat  
musikalischer Bräu-Keller-Abend*

Wir freuen uns Sie im  
Wiener Bräu begrüßen zu dürfen!

Ihre Wirtsfamilie Kirner

*Mo-Sa ab 10 Uhr / So ab 9 Uhr / Dienstag Ruhetag*  
Bernauer Str. 13b · Prien · 0 80 51 / 61090 · [www.wieningerbraeu.de](http://www.wieningerbraeu.de)

## Gepflegt von Kopf bis Fuß

Lassen Sie sich bei „Isabella Kosmetik“ verwöhnen, lassen Sie einfach mal Ihre „Seele baumeln“, in einem Wohlfühlambiente, das Sie anspricht, oder schenken Sie ein gutes Gefühl weiter mit einem Gutschein von „Isabella-Kosmetik“.

Das Kosmetik- und Fußpflege-Institut von Isabella Seifert bietet Ihnen

### **in den Monaten November und März folgendes Angebot:**

Gesichtspflege speziell auf Ihren Hauttyp abgestimmt

statt 71,00 €

**65,00 €**

Medizinische Fußpflege – Wellness für Ihre Füße

statt 35,00 €

**32,00 €**

### **Nähere Infos:**

**Termine bitte nach Vereinbarung, Wendelsteinstraße 4, 83209**

**Prien, Rückgebäude Tel. 0152 265 70950**

**Isabella Seifert freut sich auf Ihren Besuch**



Kosmetik & medizinische Fußpflege

Isabella Seifert

**Natürlich schön  
A Natural Difference**

*Von Kopf bis Fuß – die beste Pflege für die Haut*

***Ich freue mich auf Ihren Besuch!***

Wendelsteinstraße 4 (Rückgebäude) · Prien · 01 52 / 265 709 50

*"In uns selbst liegen die Sterne des Glücks."  
(Heinrich Heine)*

10

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Dankbarkeit"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 Uhr im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 11. November 2021**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)



# HACKL & HACKL

**Hausverwaltung OHG – Chiemseestraße 19 - 83233 Bernau**

**Tel. 08051 / 7101, Fax. 08051 / 89378**

**Geschäftsführer Ludwig und Alexander Hackl**

**wir wünschen für alle Veranstaltungen  
gutes Gelingen**



*„Es hat sich versammelt hier, aus dem Wald, fast jedes Tier.  
Füchse, Eulen, Rehe, soweit mein Auge sehe. Die Vögelein und auch die  
Mäuse, die Regenwürmer und die Läuse.  
Auch wenn es hier ganz bitterkalt, sie feiern zusammen, im dunklen Wald.  
Das Weihnachtsfest ist für jeden da,  
das weiß doch jeder, wunderbar.“ (unbekannt)*

11

## **Weihnachtsmarkt und Wintermärchen auf Gut Aiderbichl**

Der Weihnachtsmarkt auf Gut Aiderbichl (bei Salzburg) ist gut bekannt. Traditionell entsteht zur Adventszeit im Innenhof von Gut Aiderbichl wohl Europas größte Lebendkrippe, bei der nicht nur Ochs, Esel und Schafe, sondern viele der geretteten Tiere für ein weihnachtliches Ambiente sorgen. Die große Halle ist festlich dekoriert und an den Ständen finden Sie geschmackvolle Geschenke für das bevorstehende Weihnachtsfest.

Bei einer Gutsführung erfahren Sie Wissenswertes über Gut Aiderbichl und der Aufenthalt wird Sie sicher auf das nahende Weihnachtsfest einstimmen.

**Donnerstag, 25. November 2021**

Treffpunkt: 08:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Rückkehr: ca. 16:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 36

Kosten: 30 € (Eintritt + Busfahrt)

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 18.11.2021**





*"Wie der Mensch, so seine Rede."  
 Marcus Tullius Cicero*

12

## Einladung zur Bürgerversammlung

Prien ist ein sehr liebens- und lebenswerter Ort, für den es sich wahrlich lohnt, sich zu engagieren. Nutzen Sie die Gelegenheit der Bürgerversammlung, sich umfassend von Herrn Ersten Bürgermeister Andreas Friedrich über alle aktuellen Themen, über die Entwicklung und Zukunft Ihres Heimatortes zu informieren. Alle Bürgerinnen und Bürger sind dazu sehr herzlich eingeladen.

**Donnerstag, 2. Dezember 2021**

Treffpunkt: 20:00 Uhr König Ludwig Saal, Stauden 3, 83209 Prien am Chiemsee

**Alle Bürger und Bürgerinnen sind herzlich eingeladen!**

*Der richtige Platz für eine schöne Pause*

*Langgasthof*  
**Schalchenhof**

Bayrische Wirtshaustradition mit Herz

Schalchen 1 · 83257 Gstadt a. Ch.  
 Telefon: 0 80 54/230 · [www.schalchenhof.de](http://www.schalchenhof.de)

*„In der Heiligen Nacht tritt man gerne  
einmal aus der Tür und steht allein  
unter dem Himmel, nur um zu spüren,  
wie still es ist, wie alles den Atem  
anhält, um auf das Wunder zu warten“.  
(Heinrich Waggenerl)*

## Besinnlicher Adventnachmittag

An diesem besinnlichen Adventnachmittag stimmen wir uns auf das kommende Weihnachtsfest ein. Helga Stampfl zeigt einen abwechslungsreichen Querschnitt durch die Aktionen des Seniorenprogrammes, in dem sie viele interessante Unternehmungen Revue passieren lässt und damit bestimmt bei vielen Seniorenprogrammteilnehmern und/-innen schöne Erinnerungen wachruft. Ernst Reiter liest besinnliche und auch heitere Geschichten und Gedichte aus „eigener Feder“, musikalisch umrahmt mit feiner Harfenmusik von Elisabeth Hollinger.

**Montag, 6. Dezember 2021**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Pfarrheim Prien, Alte Rathausstr. 1a

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss: 30.11.2021**



Elisabeth Hollinger  
Harfe  
Ernst Reiter  
Gedichte



*"In uns selbst liegen die Sterne des Glücks."  
(Heinrich Heine)*

14

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Mut"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 16. Dezember 2021**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)



*"Eines der wichtigsten Dinge,  
die Sie auf Erden tun können ist,  
die Menschen wissen zu lassen,  
dass sie nicht alleine sind."  
(Shannan L. Alder)*

## **Vortrag "Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht"** **Referent: Stefan Scheck**

Viel zu wenige Menschen in Deutschland denken daran, Vorsorge für weniger gute Zeiten zu treffen- nämlich für den Fall, dass sie infolge eines Unfalls, einer schweren Erkrankung oder auch durch Nachlassen der geistigen Kräfte im Alter ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst, wie gewohnt, regeln können. Der Vortrag soll Ihnen einen Einblick aus der Sicht der Praxis in die Möglichkeiten bei vorgenannten Fällen geben.

**Dienstag, 11. Januar 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Kursana Residenz, Schillerstr. 8, Clubraum

Teilnehmerzahl: 30

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



*"In uns selbst liegen die Sterne des Glücks."  
(Heinrich Heine)*

16

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Lebensfreude"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 13. Januar 2022**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)



*„Das Schönste am Menschen ist sein Auge.  
 Es empfängt den Quell des Lebens, das Licht,  
 und gibt es wieder zurück als Strahl der Dankbarkeit.  
 Die Sonne schuf das Menschenauge,  
 um sich selbst und ihre Schönheit darin zu bewundern.  
 Das Weltall glüht in unseren Augen  
 und es verglimmt in unseren Tränen.“  
 (Carl Ludwig Schleich)*

## **Wissenswertes über das „Wunderwerk“, Ihre Augen**

Die Augen sind eines der wichtigsten, aber auch eines der empfindlichsten Sinnesorgane des Menschen. Im Alltag müssen sie permanent funktionieren und werden kaum geschont. Diese Leistungsfähigkeit hat aber auch ihren Preis. Die Frage sollte also nicht sein, warum eine Vorsorgeuntersuchung beim Augenarzt so wichtig ist, sondern vielmehr, warum man das Risiko eingehen sollte, auf eine solche zu verzichten.

Bei unserem „Termin“ erfahren Sie von Frau Prof. Lanzl Wissenswertes über das Thema „Augengesundheit“.

**Montag, 17. Januar 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Pfarrheim Prien, Alte Rathausstraße 1a, 83209 Prien am Chiemsee

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



*"Alles trifft im Leben ein,  
sogar das, was man sich wünscht."  
(Bernard le Bovier de Fontenell)*

18

## **"Antarktis- Galapagos"** **Filmvortrag von Helga Stampfl**

Die Antarktis zählt zu den unwirtlichsten und doch faszinierendsten Orten der Welt. Die Reise zu diesem eisigen Kontinent am anderen Ende der Welt mit ihren unzähligen Pinguinen und Robben in ihrer freien Wildbahn zählt zu einem Erlebnis der ganz besonderen Art. Lassen Sie sich von Helga und Hermann Stampfl in ein Land von besonderer Schönheit und Artenvielfalt entführen.

**Montag, 24. Januar 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Pfarrheim Prien, Alte Rathausstraße 1a, 83209 Prien am Chiemsee

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



*„Frühling lässt sein blaues Band  
wieder flattern durch die Lüfte,  
süße, wohlbekannte Düfte  
streifen ahnungsvoll das Land.  
Veilchen träumen schon, wollen balde kommen.  
Horch, von fern ein leiser Harfenton“  
(Mörike)*

19

## **„Wenn die Natur erwacht - Frühlingsimpressionen“ und „Island, die grüne Insel“ Bildervortrag von Sepp Löw**

Island - die wilde Insel inmitten des Atlantiks ist naturgewaltig und einfach wunderschön. Kommen Sie mit Sepp und Hansi Löw auf die „grandiose Bilderreise“ in den hohen Norden Europas und überzeugt Euch mit eigenen Augen von der Schönheit dieser naturgewaltigen Insel. Diese spektakuläre Natur, tosende Wasserfälle, gewaltige Gletscher, und Weiten, wo mehr Schafe anzutreffen sind als Menschen; zerklüftete Fjorde und magische Landschaften. Anschließend verwöhnt Sepp Löw Ihr Auge mit wunderbaren Frühlingsimpressionen, denn in seinen Bildern fängt er kunstvoll die phantastischen Farben der erwachenden Natur ein.

**Montag, 7. Februar 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Pfarrheim Prien, Alte Rathausstr. 1a , 83209 Prien. a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06





*"In uns selbst liegen die Sterne des Glücks."  
(Heinrich Heine)*

20

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Selbstwert"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 17. Februar 2022**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)



*„Ein frohes, heiteres Gemüt ist die Quelle  
alles Edlen und Guten“  
(Friedrich Schiller)*

21

## **Baustein „Vitamine“**

Vitamine sind in aller Munde, aber: Was sind eigentlich Vitamine, wofür benötigt unser Körper diese und in welchen Lebensmitteln kommen sie vor? Wie kann man seinen Bedarf an Vitaminen decken und welche Symptome können bei einem Mangel auftreten? Dieser Vortrag soll eine Übersicht über die wichtigsten Punkte und Ihnen einige Tipps geben.

**Montag, 21. Februar 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Pfarrheim Prien, Alte Rathausstraße 1a, 83209 Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Franziska Strohmayer, Apothekerin

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



## Gepflegt von Kopf bis Fuß

Lassen Sie sich bei „Isabella Kosmetik“ verwöhnen, lassen Sie einfach mal Ihre „Seele baumeln“, in einem Wohlfühlambiente, das Sie anspricht, oder schenken Sie ein gutes Gefühl weiter mit einem Gutschein von „Isabella-Kosmetik“.

Das Kosmetik- und Fußpflege-Institut von Isabella Seifert bietet Ihnen

### **in den Monaten November und März folgendes Angebot:**

Gesichtspflege speziell auf Ihren Hauttyp abgestimmt

statt 71,00 €

**65,00 €**

Medizinische Fußpflege – Wellness für Ihre Füße

statt 35,00 €

**32,00 €**

### **Nähere Infos:**

**Termine bitte nach Vereinbarung, Wendelsteinstraße 4, 83209**

**Prien, Rückgebäude Tel. 0152 265 70950**

**Isabella Seifert freut sich auf Ihren Besuch**

Wir verwöhnen Sie mit unseren frischen Konditorei-Spezialitäten. Außerdem bieten wir täglich frische handgefertigte Semmeln, Brezen, Croissants etc.  
Große Pralinenauswahl aus eigener Herstellung sowie hausgemachtes Konditoreineis.  
Unser qualitativ hochwertiges Kuchen, Gebäck- und Tortenangebot ist eine Gaumenfreude.  
Besuchen Sie uns in unseren neu renovierten Café-Räumen. Genießen Sie schöne Stunden auf unserer Sonnenterrasse in der Fußgängerzone.  
Montag Ruhetag



### **Gemütliche Stunden im Kur-Café Heider**

Das Haus mit der besonderen Note

- ° EISSPEZIALITÄTEN
- ° PRALINEN (HAUSGEMACHT)
- ° KLEINE MITTAGSGERICHTE
- ° GEMÜTLICHE SONNEN-TERRASSE

Kur-Café Heider, Marktplatz 6, 83209 Prien, Tel. 08051/1534, Internet: [www.kurcafe-heider.de](http://www.kurcafe-heider.de)

„Spinnen am Abend, erquickend und labend,  
spinnen am Morgen, Kummer und Sorgen“

22

## Schafe, Wolle, Faden spinnen...

Ein kleiner Exkurs mit den Schafen auf dem Herrnberg. Schafe liefern einen einzigartigen Rohstoff. Erfahren Sie mehr über die Wolle und wie sich die Wolle zu einem Faden spinnen lässt. Tauchen Sie ein in das Wissen um den Rohstoff und die Geschichte des Spinnens. Jeder kann selber erfahren, wie aus einem Bündel Rohwolle ein Faden entsteht. Vielleicht „spinnen“ Sie danach selbst weiter.

„Dreh dich, dreh dich Rädchen, spinne mir ein Fädchen“

**Donnerstag, 3. März 2022**

Treffpunkt: 10:00 Uhr Am Herrnberg 110, Prien a. Chiemsee Zufahrt über die Seestraße und den "Weg durch den Wald"

Teilnehmerzahl: 6

Veranstalter: Handspinn Gilde e.V., Barbara Aufenanger

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



*"Vergangenes ist Geschichte,  
Zukunft ein Geheimnis  
und die Gegenwart jeder einzelne Augenblick."*

23

## **Vortrag "Demenz und der Umgang mit Demenz"** **Referent: Stefan Scheck**

Menschen mit einer Demenz-Erkrankung haben in ihrem Alltag eine große Belastung, genau wie ihre Angehörigen. Bei einer Demenz-Erkrankung funktionieren Teile vom Gehirn nicht mehr richtig. Deshalb kann man sich Dinge nicht mehr so gut merken. Man vergisst, was gerade eben passiert ist, und man kann nicht mehr so gut nachdenken. Manchmal weiß man auch nicht genau, an welchem Ort man gerade ist. Neue Dinge lernen geht nicht mehr. Menschen mit einer schlimmen Demenz können oft ihre Angehörigen nicht mehr wiedererkennen. Man kann die meisten Demenz- Erkrankungen nicht heilen. Referent Stefan Scheck gibt ihnen einen kleinen Einblick in das Krankheitsbild Demenz und zeigt ihnen einige Möglichkeiten auf, wie man damit umgehen kann.

**Dienstag, 8. März 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Kursana Residenz, Schillerstr. 8, Clubraum

Teilnehmerzahl: 30

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



*„Der Lauf der Dinge lehrt uns allenthalben Zuversicht“  
(Ralph Waldo Emerson)*

24

## **„Knochenstark essen – mitten im Leben“**

Im Laufe des Lebens nehmen Festigkeit und Stabilität der Knochen ab, das Risiko für Osteoporose steigt.

Mit einer ausgewogenen, calciumreichen Ernährung, gezielter Bewegung können Sie jedoch etwas dagegen tun! Was es genau zu beachten gilt, welche Lebensmittel eine besondere Rolle spielen und wie eine „knochenstarke“ Ernährung ganz leicht im Alltag gelingt, erfahren Sie an diesem Nachmittag.

Referentin: Frau Doris Bernhofer, Dipl.-Ökotrophologin, Netzwerk Generation 55plus, Amt für Ernährung Landwirtschaft und Forsten Rosenheim

**Montag, 14. März 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr Pfarrheim Prien, Alte Rathausstr. 1 a, 83209 Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06



*"In uns selbst liegen die Sterne des Glücks."  
(Heinrich Heine)*

25

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Frei fühlen"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 24. März 2022**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)



*"In jedem Brot ist die Gnade  
des allmächtigen Gottes verborgen."  
(Nikolaus von Flüe)*

## Besuch der Priener Bäckerei Müller

Die Bäckerei Müller ist ein Familienbetrieb seit 1955 in der dritten Generation in Prien. Mit großer handwerklicher Erfahrung und Tradition werden täglich frisch und in Handarbeit Natursauerteigbrote, Semmeln, Brezen, Vollkornbrot, köstliche Kuchen, Torten, Kleingebäck und viele Köstlichkeiten mehr, hergestellt. Bei unserem Besuch erfahren Sie Interessantes über das Bäckerhandwerk und das vielseitige Sortiment. Im Anschluss lädt uns Herr Müller zu einem kleinen Frühstück ein.

**Dienstag, 29. März 2022**

Treffpunkt: 08:00 Uhr vor dem Ladengeschäft der Bäckerei Müller, Jahnstraße 8, 83209 Prien a. Chiemsee oder 7:45 Uhr am Beilhackparkplatz (Fahrgemeinschaften)

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 22.03.2022**





*"In uns selbst liegen die Sterne des Glücks."  
(Heinrich Heine)*

27

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Loslassen"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 7. April 2022**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)



*„Wer kämpft, kann verlieren.  
Wer nicht kämpft, hat schon verloren“  
(Bertold Brecht)*

## **Besuch des Biathlonzentrums Arena-Tour Chiemgau- Arena Ruhpolding**

Jahr für Jahr ist es so weit, der „Biathlonzirkus wandert nach Ruhpolding. Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen und erfahren Sie Wissenswertes über den Schauplatz von über 40 Biathlon-Weltcups und vier Weltmeisterschaften. Sie erhalten einen guten Einblick in den Betrieb der Chiemgau-Arena als Trainingsstützpunkt des Deutschen Skiverbandes und Olympia-Leistungsstützpunkt. Im Gewehrkontrollraum sowie zum Start der Tour im Medienzentrum vermitteln Filme kurzweilig und unterhaltsam, aber auch mitreißend emotional zusätzlich Wissenswertes. Weitere Stationen der Arena-Tour werden u.a. auch die Presenter-Position, die Mixed-Zone und die Kühltürme sein. Exklusiv gewährt uns zusätzlich der Stadion DJ-Lumpi, alias Alexander Klammer, einen Blick in die Sprecherkabine mit seinem Arbeitsplatz.

Anschließend kehren wir noch gemütlich in der Zirrmbergalm ein.

**Dienstag, 12. April 2022**

Treffpunkt: 09:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 30 € (Führung + Bus)

Ausrüstung: Wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss: 05.04.2022**

*Spruch: „Ich würde gerne fliegen lernen,  
fliegen wie ein Vogel, der Sonne entgegen.  
Ein Wolkenmeer unter meinem schwebenden Körper,  
weite Ferne, Horizont.  
Frei sein, den Alltag vergessen, träumen,  
und den wärmenden Sonnenstrahl auf meinem lächelnden Gesicht“.*

## **"Die Heimat von oben "Rundflug im April"**

Was gibt es Schöneres, als in einem DR 400 mit einem erfahrenen Piloten unsere Heimat „von oben“ zu betrachten. Sie überfliegen unseren schönen Chiemgau, bewundern die markante Kampenwand, die Herren – und Fraueninsel aus der „Vogelperspektive“ und machen sich mit diesem Rundflug einen Traum wahr. Freuen Sie sich auf dieses unvergessliche Erlebnis. Guten Flug!

**Freitag, 22. April 2022**

Treffpunkt: 10:00 Uhr Flugplatz Jolling, Bad Endorf oder 9:30 Uhr Beilhackparkplatz (Fahrgemeinschaften)

Kosten: 36 € bei 3 Personen im Flieger (inklusive Start- und Landegebühr)

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Helga Stampfl. Tel. 08051/3988

**Wichtiger Hinweis: Termin hängt von der Witterung ab! Flugdauer: 20 Minuten**



*„In uns selbst liegen die Sterne des Glücks“  
(Heinrich Heine)*

## **Besuch der „Kumpfmühle“ in Prien**

Die Kumpfmühle ist eine Mahlmühle und eine der wenigen Getreidemühlen, die noch vollständig erhalten und ausgestattet sind. Die Mühle war in der Lage, 1 Tonne Getreide pro Tag zu verarbeiten. Angetrieben wird die Mühle über Wasserkraft mit einer Freistrahlturbine, mit einem eigenen Generator wird selber Strom erzeugt. Herr Schuster wird uns durch seine historische Mühle führen und uns Wissenswertes über das alte Handwerk berichten. Anschließend Kaffee und Kuchen dafür herzlichen Dank im Voraus.

**Dienstag, 26. April 2022**

Treffpunkt: 14:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark zur Bildung von Fahrgemeinschaften

Teilnehmerzahl: 20

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende für soziale Zwecke wird gebeten.

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 19.04.2022**



*„Einmal einem Alpaca in die Augen geschaut und Du kommst nicht mehr davon los.“*

31

## **Alpaca-Wanderung „ein Erlebnis der besonderen Art“ mit Anneliese Rosenwink**

Sie wandern gemeinsam mit Anneliese Rosenwink und ihren Prial-Alpacas im ehemaligen Wildenwarter Gemeindegebiet. Zuerst machen Sie natürlich Bekanntschaft mit diesen besonderen und edlen Tieren, von denen Alpaca-Besitzer sagen: „Wenn man einmal in diese ausdrucksvollen Augen geschaut hat, dann ist man den Alpacas für immer verfallen“. Sie werden feststellen, wie beruhigend eine Wanderung mit Alpacas ist, denn die Tiere gehen immer ganz gemächlich, bleiben auch einmal stehen, weil sie gerne neugierig sind. Genießen Sie einen entspannten Spaziergang mit ihrem wolligen Weggefährten.

Die Wanderung findet auch bei leichtem Regen statt.  
Festes Schuhwerk erforderlich

**Donnerstag, 28. April 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr in Prutdorf oder 14:15 Uhr Beilhackparkplatz zur Bildung von Fahrgemeinschaften (Adresse: Ludwigstr. 32, Prutdorf)

Teilnehmerzahl: 4

Kosten: 10 €

Veranstalter: Anneliese Rosenwink, Prutdorf

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 21.04.2022**



„Der Schlüssel zum Glück ist Träume zu haben,  
der Schlüssel zum Erfolg ist sie wahr zu machen“  
(James Alle)

## Traunsteiner Stadtspaziergang

1245 wurde Traunstein erstmalig urkundlich erwähnt. Ursprünglich im Besitz von Salzburg gelangte der Ort im Jahre 1275 endgültig zu Bayern. Stattliche Bürgerhäuser sowie idyllische Straßen und Plätze künden noch heute von Traunsteins Vergangenheit als mittelalterliche Stadt des Salzhandels. Tauchen Sie ein in die Geschichte Traunsteins - beim Stadtspaziergang, einem Rundweg, bei dem erfahrene Gästeführer Ihnen die historischen Plätze und Sehenswürdigkeiten näherbringen.

**Donnerstag, 5. Mai 2022**

Treffpunkt: 09:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportplatz

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 20 € (Bus und Führung)

Veranstalter: Tourist-Information Traunstein

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 28.04.2022**



**RIEDER**  
Druckservice GMBH

Seit über 40 Jahren  
Ihr zuverlässiger Partner  
für Drucksachen & Stempel

Prospekte Plakate Flyer Briefpapier Formulare Visitenkarten Einladungen Dankkarten  
Bücher Kataloge Broschüren Briefkuverts Versandtaschen Postkarten Aufkleber Etiketten  
Blöcke Direktmailing Kalender Urkunden Zeugnisse Hochzeitszeitungen Seminararbeiten  
Präsentationsmappen Kunstdrucke Speisekarten Eintrittskarten Gutscheine Trauerdrucksachen  
Spiral- und Klebebindungen Trodat-Stempel Holz- & Spezialstempel **und vieles mehr**

Hallwanger Straße 2 | Prien a. Ch. | Tel. 08051-1511 | [www.rieder-druckservice.de](http://www.rieder-druckservice.de)

*"Weithin weht der Glockenklang von den Türmen nieder.  
Und der See hallt süß und bang das Geläute wider."  
(Emanuel von Bodman)*

## **Westlicher Bodensee (08.05.-10.05.2022)**

Nach der Anreise über Ulm und die schwäbische Alb besuchen wir die Burg Hohenzollern bei Hechingen. Am zweiten Tag unternehmen wir einen Ausflug an den Bodensee und besichtigen zuerst Konstanz bevor am Nachmittag die Klosterinsel Reichenau auf dem Programm steht, die zur Liste des UNESCO Welterbes zählt. Am Heimreisetag fahren wir entlang der sogenannten Sauschwänzlebahn und durch das landschaftlich schöne Schweizer Weinbaugebiet um Hallau bis zum imposanten Naturschauspiel des Rheinfalls. Von dort geht es weiter rheinaufwärts nach Stein am Rhein (kurzer Aufenthalt) mit den schmucken Fassaden, den stattlichen Fachwerkhäusern und der einladenden Uferpromenade. Von dort fahren wir weiter über die Halbinsel Höri und entlang des nördlichen Bodenseeufers Richtung Heimat. Im Preis enthalten sind: 2 Übernachtungen mit Frühstück pro Person im Doppelzimmer im Hotel „Charlys House“ in Tuttlingen, Fahrt im Reisebus, Eintritt und Führung Burg Hohenzollern, Stadtführung Konstanz, Insel Reichenau sowie Schifffahrt Rheinfall.

### **Sonntag, 8. Mai 2022**

Treffpunkt: 07:30 Uhr Einsammelrunde Beilhack und Sportplatz

Rückkehr: Dienstag, 10.05.2022 19:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 240 € (EZ +60,-- €)

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bis 01.04.2022 bei  
Busunternehmen Krumrey, Tel. Nr. 08051/64686

**-Änderungen des Programmablaufs sind möglich-**



*"Manchmal ist es besser tief einzuatmen und zu schweigen"*

**34**

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Schweigen"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 12. Mai 2022**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)



*„Ich kann alles klar erkennen,  
wie der Falke, der über allem schwebt.“  
(Richard Carpenter)*

## **Besuch der Falknerei auf Schloss Hohenaschau**

Seit jeher faszinieren Adler und Falken den Menschen. Der Mut, die Schnelligkeit, die scharfen Augen und ihre Wildheit machten sie für den Menschen zu „Vögeln der Krieger“. Auch heute noch wird mit Greifvögeln gejagt, auf der Burg Hohenaschau haben wir die Gelegenheit diese alte Kunst zu erleben. Bei den Flugvorführungen werden die verschiedenen Jagd- und Ausbildungsmethoden an Beuteattrappen nachgestellt. Sie erleben hautnah atemberaubende Flugvorführungen mit Falken, Bussarden und Adlern, den „Königen der Lüfte“.

Anschließend runden wir den interessanten Nachmittag mit einer gemütlichen Einkehr ab.

**Samstag, 14. Mai 2022**

Treffpunkt: 14:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 20 € (Bus und Eintritt Falknerei)

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 07.05.2022**



„Die längste Reise ist jene  
nach sich selbst“

36

## Besuch Kloster „Maria Eck“ und Einkehr

Das Kloster wurde im 17. Jahrhundert durch Benediktinermönche vom Kloster Seeon gegründet und im Rahmen der Säkularisation (1803) aufgelöst. Die Gründung der Wallfahrtskirche Maria Eck geht auf eine alte Legende zurück. So sollen Holzfäller beobachtet haben, dass gerade in den Nächten vor großen Marienfesttagen Lichtstrahlen vom Himmel auf den Kirchenhügel fielen. Darin sahen sie einen göttlichen Hinweis zur Errichtung einer Wallfahrtskirche zu Ehren der Hl. Mutter Gottes. Die erste kleine Kapelle auf dem Gebiet der heutigen Kirche entstand 1618-35 als das Kloster Seeon einige Alfhöfe kauft und eine Kapelle errichtet. Bereits zu dieser Zeit entwickelte sich unter den Bedingungen des Dreißigjährigen Krieges die erste Wallfahrt nach Maria Eck. Auf dem Platz dieser ersten Kapelle entsteht im Jahre 1636 eine größere Kirche. 1891 konnten die ersten Franziskaner Minoriten auf dem Gut Maria Eck einziehen.

Nach der Führung kehren wir noch gemütlich ein.

**Dienstag, 17. Mai 2022**

Treffpunkt: 13:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportplatz

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 18 € Bus und Spende Wallfahrtskirche Maria Eck

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 10.05.2022**



*Wer mich kennen lernen will, muss meinen Garten kennen,  
denn mein Garten ist mein Herz.  
(Hermann Fürst Pückler-Muskau)*

## Kräuterwanderung

Bei der kleinen Wanderung erfahren Sie, wie man die Kräuter in unserer Region erkennen, sammeln und verarbeiten kann. Maria Zierer freut sich, ihr Wissen an Sie weiter zu geben, denn das Verwenden der Pflanzen ist bei richtiger Bestimmung denkbar einfach. Anschließend wird sie noch bei einer Einkehr auf einige Pflanzen eingehen und deren gesundheitliche Wirkung, Anwendung sowie Möglichkeiten der Verarbeitung aufzeigen.

**Mittwoch, 18. Mai 2022**

Treffpunkt: 14:00 Uhr Beilhackparkplatz zur Bildung von Fahrgemeinschaften

Teilnehmerzahl: 15

Kosten: 0 €

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldung bis 11.05.2022**



*"Den Pilgerstab in der Hand,  
die Sehnsucht im Gepäck,  
im Haar den Wind der Begeisterung  
und tief im Herzen das ewige Ziel-  
was kann mir schon passiern!"  
(Carola Matthiesen)*

## **Besichtigung der Basilika Tuntenhausen**

Die Wallfahrtskirche Tuntenhausen zählt zu den ältesten Frauenkirchen Altbayerns und wurde bereits 1226 erwähnt. Erstmals für das Jahr 1441 wurde sie mit einem Mirakel belegt. Wegen des zunehmenden Pilgerstroms wurde sie 1470/80 durch eine größere Hallenkirche ersetzt, die 1513- 1533 um die Doppeltürme erweitert wurde. Nach den Bränden von 1548 und 1584 wurde die Kirche jeweils wieder instandgesetzt. 1942 erhob Papst Pius XII die Wallfahrtskirche zu einer Basilika. Heute gehört sie zu den bedeutendsten Wallfahrtskirchen Bayerns.

Anschließend kehren wir noch gemütlich ein.

**Mittwoch, 25. Mai 2022**

Treffpunkt: 09:30 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Rückkehr: 16:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 22 € Bus + Spende Kloster

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 18.05.2022**



*„Gib einem Menschen einen Fisch  
und er wird einen Tag lang satt.  
Lehre ihm das Fischen und er wird  
ein Leben lang satt“  
Sprichwort*

## Fischessen in der Fischhütte

Wir treffen uns an der Fischhütte Steinbeißer-Reiter und genießen in fröhlicher Runde den köstlich zubereiteten Fisch.  
Guten Appetit und viel Spaß!

**Freitag, 27. Mai 2022**

Treffpunkt: 12:00 Uhr Fischhütte Steinbeißer-Reiter, Forellenweg 29, Osternach

Teilnehmerzahl: 30

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 20.05.2022**



*"Erinnerungen sind kleine Sterne, die tröstend in das Dunkel unserer Trauer leuchten"*

40

## **Gesund durch Entspannungsmeditation mit dem Motto "Trauer"**

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. Im Rahmen des Seniorenprogrammes freut sich Petra Lanzinger auf Sie und lädt Sie ins Rathaus in den Großen Sitzungssaal ein. Wir widmen uns jedes Mal einem neuen Motto und lernen verschiedene Methoden der Entspannung zum "Ruhe finden" kennen.

Die Meditationen finden immer donnerstags von 15:00-17:00 im Großen Sitzungssaal statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung.

**Donnerstag, 2. Juni 2022**

Treffpunkt: 15:00 Uhr Großer Sitzungssaal, Rathaus Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 10

Kosten: 0 € Um eine kleine Spende wird gebeten. Danke!

Veranstalter: Petra Lanzinger, Systemisch-therapeutische Gerontoberaterin

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bei Petra Lanzinger unter: Tel.: 08051/606-58 oder: [petra.lanzinger@prien.de](mailto:petra.lanzinger@prien.de)





*„Kommt der Wind von Osten,  
lass den Haken rusten.  
Kommt der Wind aus Westen,  
beißt der Fisch am besten“*

## Fischessen

Beim Chiemsee-Fischer Stephan wartet auf Sie ein Mittagstisch mit schmackhaften Fischgerichten. Guten Appetit!

Wer gerne zu Fuß gehen möchte:

Treffpunkt: 10.30 Uhr Beilhackparkplatz, Weg durch's Eichental

**Freitag, 3. Juni 2022**

Treffpunkt: 11:00 Uhr Fischerei Stephan, Alte Rathausstr. 31, Prien a. Chiemsee

Teilnehmerzahl: 30

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 27.05.2022**



*„Auf den Wegen der Freundschaft  
soll man kein Gras wachsen lassen“  
(Marie-Therese Geoffrin)*

## Große Chiemsee-Rundfahrt

Bei dieser Schifffahrt auf dem Bayerischen Meer genießen wir das besondere Flair des Chiemsees und lassen Kloster Frauenchiemsee, Schloss Herrenchiemsee sowie die schönen Orte am Chiemseeufer an uns vorüberziehen. Wir erkunden den Chiemsee, eingerahmt von unseren heimischen Bergen und lassen uns den Wind um die Nase wehen.

Im Anschluss an die Schifffahrt kehren wir noch gemütlich ein.

**Mittwoch, 8. Juni 2022**

Treffpunkt: 14:30 Uhr an der Schiffsanlegestelle. Das Schiff fährt um 15:00 ab. Falls Sie eine Fahrgelegenheit zum See benötigen, melden sie sich gerne.

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 13 € Kosten können je nach Gruppengröße abweichen

Verpflegung: Einkehr

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 01.06.2022**



*„Man muss sein Leben aus dem Holz schnitzen,  
das man zur Verfügung hat“  
(Theodor Storm)*

43

## **Besuch des Holztechnischen Museums Rosenheim**

Das „Holztechnische Museum“ widmet sich dem Werkstoff Holz und seiner Bearbeitung von der Holzgewinnung bis zu den erstaunlichsten Holzprodukten. Auch im Zeitalter von Stahl, Beton und Kunststoff bleibt Holz mit seinen einzigartigen Eigenschaften ein äußerst bedeutsamer Rohstoff, der immer noch Handwerker, Ingenieure, Wissenschaftler, Künstler, auch viele Menschen interessiert und herausfordert. Den Anstoß für die Gründung des Museums gaben Vertreter von Ausbildungsstätten für Holzberufe in Rosenheim mit der Gründung des Vereins „Holztechnisches Museum e.V.“ im Jahre 1979. Im sogenannten „Ellmaier-Haus“ im Rosenheimer Stadtzentrum boten sich die geeigneten Räume und zusätzliche Sonderausstellungen sind der Garant für die vielen Besucher.

**Freitag, 10. Juni 2022**

Treffpunkt: 09:00 Uhr Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 25 € Eintritt, Führung + Busfahrt

Verpflegung: Einkehr

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 03.06.2022**



## **„Mein schönes Innsbruck am grünen Inn“**

Ein geführter Spaziergang durch Innsbruck ist gleichzeitig eine Reise durch die Jahrhunderte. Der Name „Innsbruck“ kommt, wie zu vermuten, von der Brücke über den Inn, welche seit dem 12. Jahrhundert besteht. Die Altstadt von Innsbruck blickt auf eine bewegte Vergangenheit von 800 Jahren zurück. Sehen wir uns nur die Ottoburg an mit ihren vielen Erkern und Nischen. Dabei bekommen wir schon den ersten Eindruck vom mittelalterlichen Innsbruck. Dann zeigt sich uns das „Goldene Dachl“ erbaut von Kaiser Maximilian I. und vielen markanten Bauwerken aus der Kaiserzeit (1490). Kaiser Maximilian I. hielt sich besonders gerne in Innsbruck auf. Ein besonderer Blickfang ist die Häuserzeile von Maria Hilf und auch die barock gestaltete Fassade des Helblinghauses. Eindrucksvoll ist auch die Hofkirche mit den 28 „Mandern“, die Wache halten. Die interessante Führung mit Besichtigung der Hofburg runden wir mit einer gemütlichen Einkehr ab. Auf der Rückfahrt besuchen wir noch den ältesten Wallfahrtsort von Tirol, die Marien-Basilika in Absam.

**Dienstag, 14. Juni 2022**

Treffpunkt: 08:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 32 € (Bus und Eintritt Hofkirche)

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 07.06.2022**



## Wanderung am Rauschberg

Der majestätische Rauschberg hat seinen Namen nicht vom „Alkohol“, sondern deshalb, weil in früheren Zeiten hier bleihaltiges Dolomitgestein geschürft wurde, das die Arbeiter „den Rausch“ genannt haben. Die beiden Rauschberggipfel sind deswegen bei Wanderern so „gefragt“, weil man sich gar nicht entscheiden kann, wo man zuerst hinschauen soll: Entweder hinaus ins flache Land Richtung Ruhpolding, über den Chiemsee und bei guter Fernsicht sogar bis zum Bayerischen Wald. Oder, wenn wir uns umdrehen, präsentiert sich das gesamte Alpenpanorama von den Loferer Steinbergen über die Kitzbühler- und Berchtesgadener Alpen mit dem Watzmann und im Hintergrund die Berge der Hohentauern mit dem Großen Venediger. Auf dem Weg gibt es noch die „Kunstmeile“ zu bestaunen mit deren größter Skulptur, die 6 m hohe „Adams-Hand“, die auch exakt nach Rom zeigt.

Betreut wird dieser Programmpunkt von Waltraud Stöberl.

**Freitag, 17. Juni 2022**

Treffpunkt: 09:00 Uhr Beilhackparkplatz oder Sportpark

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 36 € Berg- und Talfahrt+Bus

Ausrüstung: Festes Schuhwerk

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 10.06.2022**



*Wer Freundschaften  
pflegt, wird Blüten ernten“*

46

## **Besuch der Kristallmanufaktur von Monika Riedl in Thalgau**

„Glaskunst begreift man nicht, wenn sie in Vitrinen steht, man muss diesen Zauber aus Feuer, Farben und Kristall miterleben“.

In der Kristallmanufaktur von Monika Riedl verbindet sich nicht nur Kunst und Gesundheit, sondern auch Schönheit und Ästhetik in einzigartigen Glaserzeugnissen. Jedes ist für sich ein einzigartiges Unikat. Das alte Handwerk der Glasmacherei wird am offenen Glasofen von Monika Riedl und ihrem Team ausgeführt. Sie können bei der Arbeit zusehen und sich dann als „Glasbläser“ Ihr eigenes „Meisterstück“ erstellen. Viel Freude in der neuen Erlebniswerkstatt von Monika Riedl und genießen Sie die Fahrt durch das Salzburger Land.

**Dienstag, 21. Juni 2022**

Treffpunkt: 08:00 Uhr Beilhackparkplatz und Sportpark

Rückkehr: ca. 16:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 40

Kosten: 22 € Bus, zzgl. 25,- € Gießkugel wenn jemand möchte

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 15.06.2021**



*„Müde macht uns die Arbeit,  
die wir liegen lassen, nicht die,  
die wir tun“!*

*Marie von Ebner-Eschenbach*

47

## **Frühschoppen zum Saisonende**

Ein „griabiger“ Frühschoppen zum Start des Wochenendes und zum Abschluss des Seniorenprogrammes 2021/2022 ist in großer Runde noch einmal so schön. So treffen wir uns - wie alle Jahre zuvor – im Biergarten der Gastwirtschaft „Schützenhaus“ und genießen die gute Brotzeit.

**Samstag, 2. Juli 2022**

Treffpunkt: 11:00 Uhr Gaststätte „Schützenhaus“, Au 1

Anmeldung: Schriftliche Anmeldung bitte bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Rathaus Zi. 1.08 abgeben od. E-Mail: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Weitere Informationen bei Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06

**Anmeldeschluss 25.06.2022**





*"Ein Schauspielhaus ist unsere Welt;  
für jeden ist eine Rolle bestellt."*

48

## **Festspielstadt Bayreuth (05.- 07.07.22)**

Wer an Bayreuth denkt, denkt an Richard Wagner. Sein Leben und Wirken in Bayreuth hat viele Spuren und Gedenkstätten hinterlassen, die jährlich tausende Besucher anziehen. Aber Bayreuth hat weit mehr zu bieten. Da ist an erster Stelle das zum Welterbe zählende markgräfliche Opernhaus zu nennen, das im Jahr 2018 nach mehrjähriger Restaurierung wiedereröffnet wurde. Und zu guter Letzt ist natürlich das Bier in Bayreuth zu Hause, was wir bei einem Besuch in Maisels Biererlebniswelt vertiefen werden. Selbstverständlich bleibt auch noch Zeit für eigene Erkundungen. Am Heimreisetag machen wir noch einen Abstecher in die Fränkische Schweiz. Dort besuchen wir neben der Basilika von Balthasar Neumann in Gößweinstein die bekannte Teufelshöhle in Pottenstein, eine der bekanntesten Tropfsteinhöhlen Deutschlands.

**Dienstag, 5. Juli 2022**

Treffpunkt: 08:00 Uhr Einsammelrunde Beilhack und Sportplatz

Rückkehr: Donnerstag, 07.07.2022 19:00 Uhr

Kosten: 240 € (EZ + 50,00 €)

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bis 01.06.2022 bei  
Busunternehmen Krumrey, Tel. Nr. 08051/64686

**Im Preis enthalten: 2 Übernachtungen mit Frühstück im Hotel „Rheingold“ in Bayreuth, 1 Abendessen im Hotel, Fahrt im Reisebus, Stadtführung Bayreuth, Eintritt und Führung im Markgräflichen Opernhaus, Bayreuther Festspielhaus, Maisels Biererlebniswelt und der Teufelshöhle.**

# Für ein zufriedenes Leben braucht man neun Dinge:

**Genügend Gesundheit,**

*dass die Arbeit Freude macht;*

**genügend Wohlstand,**

*um seine Bedürfnisse zu befriedigen;*

**genügend Kraft,**

*um mit seinen Schwierigkeiten zu kämpfen und sie zu besiegen;*

**genügend Gnade,**

*um seine Sünden zu bekennen und zu überwinden;*

**genügend Geduld,**

*um sich zu bemühen, bis etwas Gutes zustande gekommen ist;*

**genügend Nächstenliebe,**

*um in seinen Nachbarn etwas Gutes zu entdecken;*

**genügend Liebe,**

*um sich zu entschließen, anderen zu helfen;*

**genügend Glaube,**

*um die wahren Werke Gottes zu tun;*

**genügend Hoffnung,**

*dass all die angstvollen Zukunftsgedanken schwinden.*

*Johann Wolfgang von Goethe*

Mit „Abstand“ eine gute Zeit

Tradition neu erleben!

## zum Sterzer

- ◆ Wirtshaustradition  
im Hotel Bayerischer Hof
- ◆ Bernauer Straße 3 · Prien
- ◆ 08051 6030
- ◆ [zumsterzer-prien.de](http://zumsterzer-prien.de)



... gemeinsam mit Tradition, Herz und Erfahrung!



# GEORG HARTL®

BESTATTUNGEN

GMBH

„Gute Ausbildung und stetige  
Weiterbildung ist uns wichtig.“

Thomas Hartl - Bestattermeister

**08051 - 90 68 0** | Beilhackstraße 9 | 83209 Prien

[www.hartl-bestattungen.de](http://www.hartl-bestattungen.de)



# Anmeldung

Wir bitten ausschließlich um **schriftliche Anmeldung**. Abgabe der ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldung bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Zi.108, Briefkasten am Rathaus oder per E-Mail an: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Abmeldungen unter 606-12  
Weitere Informationen über die Programmpunkte erhalten Sie von Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06 - jeweils Montag – Freitag 8:00 – 12:00 Uhr -

**-Bitte pro Person eine Anmeldung ausfüllen-**

<b>NAME</b>	
<b>STRASSE+ HAUSNR.</b>	
<b>PLZ +ORT</b>	
<b>TELEFON</b>	
<b>E-MAIL</b> (wenn vorhanden)	

<b>NR oder DATUM</b>	<b>PROGRAMMPUNKT</b>

Mit der Anmeldung zu den Programmpunkten im Rahmen des Seniorenprogrammes erklärt sich der/die Teilnehmer/-in automatisch mit den nachfolgenden Bestimmungen einverstanden. Er/Sie erklärt damit seine/ihre Einwilligung in die beschriebenen Erhebungen, Verarbeitungen und Nutzungen seiner/ihrer Daten. Von den Hinweisen dieser Einwilligungserklärung zur Verarbeitung, Speicherung und Übermittlung seiner/ihrer personenbezogenen Daten hat er/sie Kenntnis genommen und erklärt dazu ebenfalls seine/ ihre Einwilligung. Er/Sie hat zur Kenntnis genommen, dass diese Einwilligung freiwillig ist und dass seine/ ihre Einwilligung, soweit nicht Ergänzendes vereinbart ist, jederzeit ohne Angabe von Gründen formlos telefonisch oder schriftlich, per E-Mail oder Telefax unter [datenschutz@prien.de](mailto:datenschutz@prien.de) widerrufen werden kann.

.....  
Datum, Unterschrift

# Anmeldung



Wir bitten ausschließlich um **schriftliche Anmeldung**. Abgabe der ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldung bei Petra Stoib, Tel. 606-12, Zi.108, Briefkasten am Rathaus oder per E-Mail an: [seniorenprogramm@prien.de](mailto:seniorenprogramm@prien.de) - Abmeldungen unter 606-12  
Weitere Informationen über die Programmpunkte erhalten Sie von Renate Schuderer Tel. 606-15, Zi. 3.06 - jeweils Montag – Freitag 8:00 – 12:00 Uhr -

**-Bitte pro Person eine Anmeldung ausfüllen-**

<b>NAME</b>	
<b>STRASSE+ HAUSNR.</b>	
<b>PLZ +ORT</b>	
<b>TELEFON</b>	
<b>E-MAIL</b> (wenn vorhanden)	

<b>NR oder DATUM</b>	<b>PROGRAMMPUNKT</b>

Mit der Anmeldung zu den Programmpunkten im Rahmen des Seniorenprogrammes erklärt sich der/die Teilnehmer/-in automatisch mit den nachfolgenden Bestimmungen einverstanden. Er/Sie erklärt damit seine/ihre Einwilligung in die beschriebenen Erhebungen, Verarbeitungen und Nutzungen seiner/ihrer Daten. Von den Hinweisen dieser Einwilligungserklärung zur Verarbeitung, Speicherung und Übermittlung seiner/ihrer personenbezogenen Daten hat er/sie Kenntnis genommen und erklärt dazu ebenfalls seine/ihre Einwilligung. Er/Sie hat zur Kenntnis genommen, dass diese Einwilligung freiwillig ist und dass seine/ihre Einwilligung, soweit nicht Ergänzendes vereinbart ist, jederzeit ohne Angabe von Gründen formlos telefonisch oder schriftlich, per E-Mail oder Telefax unter [datenschutz@prien.de](mailto:datenschutz@prien.de) widerrufen werden kann.

.....  
Datum, Unterschrift



Es sind die Begegnungen mit Menschen,  
die das Leben lebenswert machen.

Guy de Maupassant

# Mayer-Reif-Scheck

**ambulant** Ambulante Pflege und Betreuung GmbH

*Für ein sicheres Gefühl und ein  
aktives Leben bis ins hohe Alter.*

- Altenhilfe
- Grund- und Behandlungspflege
- Hauswirtschaftliche Tätigkeiten
- Mobile Dienste
- Service Wohnen daheim
- Tagespflege
- Betreutes Wohnen
- Behindertenhilfe

## Beratungsbüro

Hochriesstraße 26 – 83209 Prien am Chiemsee  
Email: [info@mrs-ambulant.de](mailto:info@mrs-ambulant.de)  
Telefon 08051/9677970

*Informieren Sie sich,  
wir beraten Sie gerne!*







**Weil es  
Wichtigeres gibt  
als Geld.**

**Morgen  
kann kommen.**

**Wir machen den Weg frei.**

Wir finden, die Welt braucht mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die den Mut haben, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen. Anpacker und Frühaufsteher, die Familien oder Start-ups gründen, Hausbauer, Pläneschmieder - gemeinsam schauen wir nach vorn und sagen: Morgen kann kommen. Wir machen den Weg frei.

**Volksbank Raiffeisenbank  
in Prien am Chiemsee**

