

Neueste Nachrichten aus den Städten Unterschleißheim und Garching sowie den Gemeinden Oberschleißheim, Haimhausen, Eching und Neufahrn  
Landkreis-Anzeiger GmbH · Einsteinstr. 4 · 85716 Unterschleißheim/Lohhof · Anzeigenannahme: Tel. (089) 32 18 40-0 · Fax (089) 317 11 76 · 61. Jahrgang Nr. 36 · 10.09.2016  
Verbreitet im nördlichen Landkreis München, im südlichen Landkreis Freising und im östlichen Landkreis Dachau · Gesamtauflage 36525 · Erscheint wöchentlich

## Frauen Union Unterschleißheim Trillerpfeifen für mehr Sicherheit

Verteilaktion zum Wiesnauftakt

Am 16.09.2016 um 6.00 Uhr findet die Verteilaktion „Trillerpfeifen für mehr Sicherheit“ an der S-Bahnstation Unterschleißheim statt.

Trachtentascherl, um den Hals oder an den Schlüsselbund gehängt werden. Sie können z. B. als Hilferuf oder als Abschreckung benutzt werden, je nachdem ob man auf Hilfebedürftige aufmerksam machen möchte oder sich selbst in einer unsicheren Situation wiederfindet“, erklärt

**Bio-Sonnenstudio**  
Med. FUSSPFLEGE – NAGELSTUDIO

**SOMMERAKTION**

**Med. Fußpflege + Fußmassage  
+ Peeling + Nagellack  
und einem Glaserl Sekt  
plus 5 Minuten  
Bio-Solarium gratis**

Bitte um Anmeldung ...  
freu mich ... danke ...

**nur 25,- €**

85748 Garching, Schleißheimer Str. 26  
www.sonne-garching.de · Telefon: 32 62 62 44  
Mo. – Fr. von 10.00 – 20.00 Uhr · Sa. von 11.00 – 16.00 Uhr  
So. von 11.00 – 14.00 Uhr · Feiertage geschl.

**BUROSYSTEME**  
**SCHÖTTL**  
PRINT SYSTEMHAUS

**RICOH**

• drucken  
• scannen  
• kopieren

Bezirksstraße 40  
Unterschleißheim  
www.schoettl.de  
Tel. 089/321 88-0

Vorsitzende Lorena Allwein. „Durch den extrem lauten Pfeifton wird man auch in einiger Entfernung gehört. Gerade nachts kann sich dies positiv auf das persönliche Sicherheitsgefühl auswirken. Kommen Sie gern am Freitag zwischen 6 und 8 Uhr an der Unterschleißheimer S-Bahn bei uns vorbei und holen sich eine Trillerpfeife ab. Ich freue mich natürlich auch auf nette und anregende Gespräche mit Ihnen.“

Die Aktion ist Bestandteil der landesweiten Kampagne „Selbstverständlich kann ich hier frei und selbstbestimmt leben“ der Frauen Union Bayern

## Käseschlemmers Wiesn Wochn

O'zapfd is und z'essn gibt's a no!

<b>Obazda</b>	100 g statt 1,70 €	<b>1,59 €</b>
Der bayrische Brotzeitklassiker schlechthin! Herzhaft würzige Weich-Frischkäse-Variation, pikant gewürzt – zum niedakniggn!		
<b>Orig. Allgäuer Emmentaler</b>	100 g statt 1,59 €	<b>1,39 €</b>
Echtes Wiesn-Feeling zu Hause genießen. Schmeckt wie ein echter Emmentaler schmecken muss – nussig, leichte Salznote, herzhafter Biss.		
<b>Pfefferkäse</b>	100 g statt 2,19 €	<b>1,99 €</b>
Ein traditioneller, ausgewogener, sahnig-halbwürziger, bayrischer Schnittkäse. Schmeckt zu jeder Tageszeit und is(s)t immer a guade Basis.		
<b>Tegernseer Bergkas</b>	100 g statt 2,59 €	<b>2,39 €</b>
Geschmeidiger Schmelz & frischer Geschmack. Aus Heu-Rohmilch, 6 Monate gereift, halbwürziges Aroma. A griabiga Begleiter zum Bier.		
<b>Herrmannsdorfer Pfeffrabeißer</b>	100 g statt 2,89 €	<b>2,59 €</b>
<b>Südtiroler Speck</b>	100 g statt 2,79 €	<b>2,59 €</b>
<b>Schweinsbräu</b>	Flasche 0,5l	<b>1,54 €</b>
Gold, Weisse oder Dunkel – für jedes 8er Tragerl gibt es ein original Schweinsbräu Kriagal umasonst dazua!		

Aktionszeitraum 10.09.2016 bis 07.10.2016

**KÄSESCHLEMMER**

Marktplatz 1, Neufahrn 08165/909290  
Bezirksstraße 30, Unterschleißheim 089/95448590

und wird von zahlreichen Ortsverbänden im Landkreis München aufgegriffen.

Lorena C. Allwein  
Frauen Union Ortsvorsitzende

**INTERSPORT**

**PRO TOUCH  
Kinder-Indoorschuh  
Rebell II Jr.**

statt ~~24,99 €~~ nur  
**14,99 €**

**ADIDAS  
Kinder-T-Shirt**

statt ~~24,99 €~~ nur  
**12,99 €**

**ADIDAS  
Kinder-Shorts**

statt ~~27,99 €~~ nur  
**14,99 €**

**ProTouch  
Kinder-Schultertasche  
Force**

Volumen  
13 Liter

Preis nur  
**12,99 €**

**SPORTIN**  
feel the future...

Inh. Robert Wackerl, Landshuter Straße 20-22  
85716 Unterschleißheim, Tel. 089/321529-25, Fax: -26  
www.sportin.info

**GUTSCHEIN**  
**2,50 €\***

\* einlösbar bei Einkauf ab 10,- €  
(ein Gutschein je Einkauf),  
gültig bis 30. September 2016

Filmreihe Seniorenkino im Capitol-Kino Unterschleißheim

„Das Labyrinth der Wörter“

Start nach der Sommerpause am 15. September um 16.30 Uhr

Es ist wieder so weit: Die neue Seniorenkino-Filmreihe startet zum Ende der Sommerferien. Das Capitol-Kino und die Organisatorinnen freuen sich auf die neue Reihe interessanter Filme und auf viele Zuschauer. Den Anfang macht eine warme französische Produktion „Das Labyrinth der Wörter“. Die Geschichte der Freundschaft zwischen einer alten Dame und einem vierzig Jahre jüngeren, gutmütigen Analphabeten zeigt wie gegenseitige Zuneigung die Menschen bereichern und erfreuen kann. Am 15.09. um 16.30 in der Alleestraße 24 können Sie die rührende Geschichte auf der Leinwand erleben.

Danach geht es genauso interessant und gut gelaunt weiter. „Birnenkuchen mit Lavendel“, „Willkommen im Hotel Mama“, „Schweinskopf al dente“ sind nur drei von den vielen Titeln, die wir für jeden dritten Donnerstag des Monats ausgewählt haben.

Zusätzlich zu den regulären Vorstellungen hat das Kinoteam diesmal generationsübergreifende Sondervorstellungen vorbereitet. „Big friendly giant“ oder „Paddington“ sind Filme, die sehr gut von Jung und Alt besucht werden können. Da können die Großeltern zusammen mit den Enkelkindern ihren Spaß haben. Auch Eltern mit Kindern können die Vorstellungen besuchen. Das Angebot gilt für alle.

Der aktuelle Flyer mit genauen Informationen über die Termine und Inhalte der Filme ist an vielen Stellen in Unterschleißheim ausgelegt. Im Rathaus, in der Bibliothek und Ticket Shop, im AWO-Begegnungszentrum, in der vhs und natür-

lich auch in (oder vor) dem Kino können Sie die Broschüren finden. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und bitten um Reservierungen unter Tel. 089/18 91 19 21 oder E-Mail info@capitol-lohof.de. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen!

Annegret Harms und Jolanta Wrobel



JOYCE PFLEGETEAM

Ihr häusliches Kranken- und Altenpflegeteam für Unterschleißheim und Oberschleißheim

Sie brauchen Hilfe bei:

Grundpflege, Behandlungspflege, hauswirtschaftlicher Versorgung oder eine Pflegeberatung nach §37.3 SGB XI.

Wir sind für Sie da, auch mehrmals täglich.

Wir kümmern uns auch um Ihre ärztliche Verordnung **kostenfrei!**

**Pflegedienstleitung Joyce Leahy**  
exam. Altenpflegerin Palliative Care Fachkraft

Landshuter Str. 20 85716 Unterschleißheim  
T. 089-37 06 69 42 [www.joyce-pflegeteam.de](http://www.joyce-pflegeteam.de)

Auf geht's zum Karaoke-Abend in Riedmoos

Am Freitag, den 23. September ist es wieder so weit: Für die Freunde der textgestützten Sanges-

kunst gibt es wieder ab 20.00 Uhr in der Sportgaststätte Riedmoos den Karaoke-Abend. Dazu laden wir gemeinsam mit Helmut „Helly“ Gallmeier (Sänger der Band „Go Ahead“) und Christian Betz (Wirt der Sportgaststätte) ein.

Wann: Freitag, 23. September 2016, 20.00 Uhr (Einlass: 18.00 Uhr)

Wo: Sportgaststätte Riedmoos, Zum Hirschdamm

Die Musikauswahl ist bunt gemischt, von Pop, Rock, Funk und Soul aus vier Jahrzehnten über Austropop, Schlager bis hin zu aktuellen, stark nachgefragten Klassikern wie „Atemlos“ haben wir alles dabei. Bei schönem Wetter sind wir im Biergarten, haben aber mit der Sportgaststätte eine ideale Ausweichmöglichkeit.

Der Eintritt ist natürlich frei und wir freuen uns auf viele Mit-Sänger und Zuschauer.

Stefan Krimmer



V.l.n.r.: Helmut „Helly“ Gallmeier (Sänger der Band „Go Ahead“), Christian Betz (Wirt der Sportgaststätte), Stefan Krimmer (2. Bürgermeister Unterschleißheim)



HELIOS Amper-Klinikum Dachau

Gesundheitsforum Dachau

Gesund werden. Gesund bleiben.

Mittwoch, 14.09., 18.00 Uhr

Veranstaltungsort: Tagungszentrum (UG)

Husten, Schnupfen, Heiserkeit:  
Was steckt dahinter?

Eintritt frei!

Prof. Dr. Horst-Günter Rau,  
Chefarzt Viszeral- und Thoraxchirurgie/  
Dr. Suna Schmitz, Oberärztin HNO

Krankenhausstraße 15 • 85221 Dachau • Telefon (0 81 31) 76-0  
info.dachau@helios-kliniken.de • www.helios-kliniken.de/dachau

**Münchens Größter Schmuck-Ankauf**  
ZAHN- & ALTGOLD GOLDANKAUF Wir kaufen Altgold  
SCHMUCK-UHREN in jeder Form z.B. 18k/750  
Juwelier G. Mayer GmbH Feingold- 38,13 € p. Gramm\*  
Karlstrasse 45 barren 26,03 € p. Gramm\*  
☎ 089/595105 IHRE FREUNDLICHE ANKAUFSTELLE \*Grammpreise 08.09.2016 10:00Uhr - ständig aktuell

Aktion Aktion Aktion

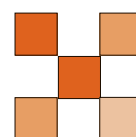


Raiffeisenstraße 60  
85716 Unterschleißheim  
Tel.: 089/310 13 10

Ab dem 15. September bis zum Jahresende bieten wir bei unserer Jungfriseurin „Sabrina“ Haarschnitte zum Aktionspreis von

50% an!

Sichert Euch einen Termin!



CHRISTIAN HEMPEL

Fliesenfachbetrieb • Fugensanierung

■ Fliesenarbeiten ■ Maurer- und Verputzarbeiten

Kiebitzstr. 1 • 85716 Unterschleißheim  
Tel.: 0 89/35 38 98 45 • Mobil: 01 74/24 36 874  
fliesen-hempel@web.de

Ihr zuverlässiger Partner für Renovierungen im Haus

## Auf geht's zum Tag der Vereine in Oberschleißheim

Kommen, schauen, staunen, genießen und sich inspirieren lassen, vielleicht gleich selber mitmachen und reden mit den Leuten.

Am Sonntag, den 11. September 2016 ab 10 Uhr startet der Tag der Vereine auf der Sportanlage an der Jahnstraße in Oberschleißheim.

Über 30 Oberschleißheimer Vereine zeigen ihr Können, ganz unabhängig, ob im Brauchtum oder der Kultur, im Gemeinwesen, in der Kinder- und Jugendarbeit, in der Nachbarschaftshilfe oder natürlich im Sport in all seiner Vielfalt.

Jede Menge Aktionen bieten die Vereine unter dem Motto Spiel, Sport und Spaß, sei es Torwandschießen, Beachhandball oder -volleyball, Ruderergometer, Kleinfeldtennis, im Segelflug-



## Tag der Vereine

11.09.2016, ab 10 Uhr  
Sportanlage Jahnstraße

10 Uhr: Ökumenischer Gottesdienst

Vereine und Institutionen von Oberschleißheim laden herzlich ein

Veranstalter: Gemeinde Oberschleißheim  
Organisiert durch die Mitglieder des Vereinsrats Ausschuss Oberschleißheim

PR-Anzeige

## Herzerl für die Shopping-Homepage

(MF) – Wer durch die Bezirksstraße in Unterschleißheim-Lohhof bummelt, wird immer wieder Wies'n-Herzen in den Schaufenstern entdecken. Die Herzen weisen aber nicht aufs Oktoberfest hin und grüßen auch nicht mit herzigen Kosenamen, sondern auf den Herzen wurde mit Zuckerguss die Homepage-Adresse [www.einkaufen-ush.de](http://www.einkaufen-ush.de) verewigt.

Die Internet-Seite der Werbegemeinschaft Bezirksstraße hat viel zu bieten: Ob Einzelhandel, Dienstleister, Gaststätten oder Cafés – die Geschäftsleute stellen sich und ihre vielfältigen Geschäfte vor. Auf einen Blick sind auch die einzelnen Adressen und Telefonnummern zu finden. Ein Kalender für Termine und Aktionen sowie News aus der Stadt runden das Info-Angebot auf der Homepage ab und auch für die Partner der Werbegemeinschaft Bezirksstraße wurde ein Plätzchen gefunden. Unvorbereitet bummeln war gestern: Wer vorher auf die Internetseite schaut, kann gezielt auf Shopping- und Genuss-Tour gehen.



zeug oder im Rettungsboot erste Eindrücke sammeln und ein Spiel im Lebendkicker.

Kultur und Sport in einem umfangreichen Showprogramm erwartet die Besucher. Mit dabei die Blasmusik, die Schlosspfeiffer, Volkstanz- und Volksmusikgruppen, eine Balletttruppe – und sportlich wird's bei der Kunst- und Einradshow und den Handballern.

Hungern und dursten muss niemand, ein umfangreiches Angebot an Speisen und Getränken sorgt fürs leibliche Wohl.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage zum Tag der Vereine:

[www.vereine-osh.jimdo.com](http://www.vereine-osh.jimdo.com) Josef Kobold

## „Geschichten aus dem Münchner Land – im Norden“

Erstausstrahlung im Bayerischen Rundfunk

Am kommenden Samstag, 10.09. um 16.15 Uhr wird der aktuelle Film „Geschichten aus dem Münchner Land – im Norden“ (Dauer: 30 Minuten) im Bayerischen Rundfunk erstmals ausgestrahlt. Außerdem gibt es am 30.09. um 13.30 Uhr auf 3sat die Wiederholung des gleichnamigen 45-Minütlers zu sehen. *Gemeinde Oberschleißheim*



### METEG

KACHELÖFEN & KAMINE

Schulstr. 21 · Pfaffenhofen/Ilm  
08441/80850 · [www.meteg.de](http://www.meteg.de)

Für behagliche Wärme!

25 Jahre

BEMAX

Häuslicher Krankenpflagedienst

menschlich · freundlich · kompetent

Behandlungspflege

Grundpflege

Zusätzliche Betreuungsleistungen

Tel: 089/319 36 77

Eching · Garching · Unterschleißheim

Alle Kassen und Privat · [www.bemax-eching.de](http://www.bemax-eching.de)

## IMPRESSUM

Landkreis-Anzeiger GmbH  
Einsteinstraße 4  
85716 Unterschleißheim-Lohhof  
Telefon 0 89/32 18 40-0  
Telefax 0 89/3 17 11 76  
[info@landkreis-anzeiger.de](mailto:info@landkreis-anzeiger.de)

Druck: Mayer & Söhne Druck- und Mediengruppe GmbH & Co. KG  
Oberbarnbacher Weg 7  
86551 Aichach

Zurzeit ist Preisliste Nr. 67 gültig.  
Alle mit Namen gezeichneten Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder und erscheinen ausschließlich unter dessen Verantwortung. Für alle übrigen Artikel ist im Sinne des Pressegesetzes Herr Peter Zimmermann, Einsteinstr. 4, 85716 Unterschleißheim, verantwortlich. – Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Berichte übernimmt der Verlag keine Gewähr, es erfolgt keine Rücksendung.  
© für Texte und von uns gestaltete Anzeigen beim Verlag. Nachdruck, Vervielfältigung und elektronische Speicherung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags.  
Gedruckt auf 100% Recyclingpapier.

UNABHÄNGIG – ÜBERPARTEILICH

**DKMS**  
WIR BESIEGEN BLUTKREIS



## SEI EIN HELD – RETTE ALEX!

„Hallo, ich bin Alex. Statt der schönen Sommerferienzeit zu Hause mit meinen Schwestern und Eltern, liege ich seit meiner 11. Lebenswoche im Krankenhaus und bekomme ganz starke Medikamente und Chemotherapie. Am liebsten möchte ich nur nach Hause und in Ruhe groß werden, das ist aber leider nicht möglich.“

Ich habe eine sehr seltene genetisch bedingte Immunkrankheit namens Hämophagozytische Lymphohistiozytose, kurz gesagt greift mein Immunsystem meinen eigenen Körper an. Meine fast 6-jährige Schwester hat angeboten, dass die Ärzte sie piksen und ihr Blut nehmen dürfen, weil meines kaputt ist. Sie ist aber noch viel zu klein und ihr Blut passt leider nicht zu meinem. Deswegen brauche ich DICH!

Meine einzige Rettung ist eine Stammzellspende, sei ein Held und komm zur Registrierung. Vielleicht bist Du es, der mein Leben rettet. Bitte hilf mir!“

WERDE  
STAMMZELLSPENDER!

FÜR ALEXANDER UND  
ANDERE

**REGISTRIERUNG**  
Sonntag, 11.09.2016  
von 11:00 bis 16:00 Uhr  
Mehrzweckhalle  
Richtofenstr. 3  
85622 Feldkirchen

**DKMS-SPENDENKONTO**  
IBAN DE38 7025 0150 0028 1575 92  
BIC BYLADEM3305  
Verwendungszweck: Alex



[dkms.de](http://dkms.de) Folgen Sie uns auf

## Begegnungszentrum für Senioren



85716 Unterschleißheim  
Pegasusstraße 18  
Telefon 089/3 107461

### PROGRAMM:

Programm vom 10.09.2016 – 23.09.2016

## Selbstbehauptungstraining für Frauen

Die Ereignisse der letzten Zeit verursachen bei vielen Frauen ein ungutes Gefühl. Unser Selbstbehauptungstraining möchte Sie darin unterstützen, dass Sie sich in Ihrem Lebensumfeld selbstsicher und ohne Angst bewegen können. Es stärkt Sie in Ihrem Alltag und verhilft so zu mehr Lebensqualität. Im Training erwarten Sie einfache, aber wirkungsvolle Selbstbehauptungstechniken, die leicht zu lernen und sofort anzuwenden sind; außerdem viele praktische Tipps und Tricks für den Alltag, Erfolgsgeschichten und –erlebnisse anderer Frauen und die Gelegenheit, Fragen zu stellen und über eigene Erfahrungen zu berichten. Körperliche Fitness oder Sportlichkeit sind nicht notwendig, das Training ist auch für Frauen mit körperlichen Einschränkungen geeignet. Termin: Mittwoch, 14. September von 10.30 – 16.30 Uhr. Es gibt noch freie Plätze, bitte melden Sie sich im Büro an.

## Lechwanderung

Kommen Sie mit auf eine neue Wanderung in unserem Programm: mit dem Zug fahren wir nach Landsberg. Von dort geht's auf schattigen Wegen umig schön am Lech entlang (Wegstrecke ca. 12 km mit wenig Steigungen). Wir passieren ein idyllisch gelegenes kleines Kircherl, schauen in der „Teufelsküche“ vorbei und genießen die Natur und die Bewegung an der frischen Luft. Termin: Mittwoch, 21. September, Treffpunkt ist um 8.50 Uhr. Bitte melden Sie sich im Büro an.

## Erste Hilfe: Einführung in die Benutzung des Defibrillators

In Unterschleißheim stehen seit letztem Jahr einige Notrufsäulen, in denen ein Defibrillator enthalten ist. Diese kleinen Geräte können Leben retten, wenn sie in einer Notsituation von den Ersthelfern benutzt werden. Im Grunde sind die Defis einfach in der Handhabung, dennoch besteht häufig in der Bevölkerung eine große Unsicherheit. Um dieser entgegenzuwirken, wurde ein Schulungskonzept entwickelt, mithilfe dessen in einer persönlichen Einführung der Gebrauch des Defibrillators gezeigt und erläutert wird. Damit werden Hemmschwellen abgebaut, um in einer Notsituation wichtige Hilfe leisten zu können. Am Freitag, 23. September findet um 14.00 Uhr eine kostenlose Einführung für Senioren im Begegnungszentrum statt. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Anmeldung.

### Vorschau

## Geburtstagscafé für alle im September Geborenen

Bei unserem Geburtstagscafé haben alle Geburtstagskinder des jeweiligen Monats die

Möglichkeit, ihren Geburtstag im Begegnungszentrum zu feiern. Ab 14.00 Uhr laden wir Sie – allein oder zusammen mit Ihren Freunden und Bekannten – dazu ein, sich bei uns einen gemütlichen Nachmittag zu machen und sich mit einer guten Tasse Kaffee sowie frisch gebackenen Kuchen und Torten verwöhnen zu lassen. Die Jubilare erhalten Kaffee und Kuchen gratis als kleines Geburtstagsgeschenk von uns. Nutzen Sie die Möglichkeit und treffen Sie sich mit Ihren Freunden und Bekannten zum gemütlichen Beisammensein am Mittwoch, 28. September. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Anmeldung.

## Münchner Stadtrundgang

Kennen Sie das „Brienner Quartier“ in München? Bestimmt sind Sie schon einige Male vorbeigekommen, aber wer weiß schon Genaueres über die Geschichte und Zusammenhänge einzelner Münchner Stadtviertel? Unser kurzweiliger Stadtrundgang führt uns von der Feldherrnhalle über den Odeonsplatz mit der Theatinerkirche zum Wittelsbacher Platz und weiter über den Luitpoldblock zum Literaturhaus. Lernen Sie München kennen und entdecken Sie interessante Details und Hintergründe am Donnerstag, 6. Oktober um 12.50 Uhr. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an.

## Spiel & Spaß mit Bingo

Herzliche Einladung an alle Seniorinnen und Senioren zu dem vergnüglichen Zahlenlotto, bei dem jeder mitspielen kann. Die Regeln sind schnell erklärt und der Nachmittag vergeht wie im Flug, wenn Sie mitspielen. Zwischen den Bingo-Runden verwöhnen wir Sie natürlich mit Kaffee und Kuchen. Das nächste Bingo findet am Freitag, 7. Oktober um 14.00 Uhr im Begegnungszentrum statt. Wir freuen uns immer über neue Gesichter. Probieren Sie es aus und spielen Sie mit, denn nur wer mitmacht, kann gewinnen.

## Tanznachmittag

Das Begegnungszentrum öffnet endlich wieder seine Pforten für einen Tanznachmittag! Zu der mitreißenden Musik von Alois Piterna und seiner Band können Sie das Tanzbein schwingen oder sich einfach von den fröhlichen Liedern begeistern lassen. Selbstverständlich ist auch für Ihr leibliches Wohl gesorgt. Wir freuen uns auf Sie am Donnerstag, 13. Oktober von 14.00 – 17.00 Uhr und bitten um Ihre Anmeldung.

### Mo., 12.09.

09.15 – 10.15 Uhr Englisch IV  
12.00 Uhr Senioren-Mittagstisch

### Di., 13.09.

09.30 – 11.30 Uhr Kreativ-Werkstatt

### Mi., 14.09.

09.30 Uhr Basarvorbereitungstreffen  
10.30 – 16.30 Uhr Selbstbehauptungstraining für Frauen  
12.00 Uhr Senioren-Mittagstisch  
13.00 Uhr Radtour zum Mühlenpark Garching

### Do., 15.09.

13.45 – 15.45 Uhr Aktivierungsgruppe

### Fr., 16.09.

09.00 – 10.00 Uhr Gymnastik und Entspannung  
12.00 Uhr Senioren-Mittagstisch  
13.30 Uhr Treffpunkt für Schlaganfallbetroffene

### Mo., 19.09.

09.00 – 09.45 Uhr Englisch I  
09.15 – 10.15 Uhr Englisch II  
10.00 – 10.45 Uhr Englisch III  
10.45 – 11.45 Uhr Sturzprävention I  
12.00 Uhr Senioren-Mittagstisch  
13.45 – 14.30 Uhr Fit durch Bewegung I  
14.15 – 15.15 Uhr Veeh-Harfe  
14.30 – 15.15 Uhr Fit durch Bewegung II

### Di., 20.09.

09.15 – 09.55 Uhr Aquatraining im Hallenbad

### Mi., 21.09.

08.50 Uhr Lechwanderung  
09.30 – 10.30 Uhr Englisch III  
12.00 Uhr Senioren-Mittagstisch  
14.00 Uhr Singkreis

### Do., 22.09.

10.00 – 11.00 Uhr Internationale Tänze  
13.45 – 15.45 Uhr Aktivierungsgruppe  
13.45 – 14.30 Uhr Parkinsongymnastik I  
14.45 – 15.30 Uhr Parkinsongymnastik II

### Fr., 23.09.

09.00 – 10.00 Uhr Gymnastik und Entspannung  
10.15 – 11.45 Uhr Literatur- und Gesprächskreis  
12.00 Uhr Senioren-Mittagstisch  
13.30 Uhr Treffpunkt für Schlaganfallbetroffene  
14.00 Uhr Erste Hilfe: Einführung Defibrillator

## Aquatraining für Senioren

Das Aquatraining im Hallenbad beginnt nach der Sommerpause am Dienstag, 20. September um 9.15 Uhr. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich willkommen. Im Wasser werden Muskulatur und Gelenke schonend trainiert. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Mittagstisch für Senioren

Das Begegnungszentrum für Senioren bietet montags, mittwochs und freitags einen Mittagstisch in geselliger Runde an. Gesunde, ausgewogene Ernährung, die gerade im Alter eine wichtige Rolle spielt, ist bei der Auswahl und Zubereitung der Gerichte oberstes Kriterium. Das frisch in unserer Küche zubereitete Essen servieren wir pünktlich um 12.00 Uhr. Probieren Sie es aus und lassen Sie sich von uns verwöhnen. Eine vorherige Anmeldung ist notwendig (Tel. 3107461).

## Kartenspieler aufgepasst!

Wenn Sie Lust haben, sich regelmäßig mit Gleichgesinnten zum Kartenspielen zu treffen, haben Sie bei uns an zwei Nachmittagen die Möglichkeit dazu: montags wird Canasta gespielt, dienstags Schafkopf. Neue Mitspieler sind herzlich willkommen! Bei Interesse melden Sie sich bitte im Büro.

## Mobil mit unserem Fahrtendienst

Sie würden gerne zu unserem Mittagstisch kommen? Oder zu anderen Veranstaltungen im Begegnungszentrum? Ein Anruf genügt und wir holen Sie mit dem AWO-Bus von daheim ab und bringen Sie wieder zurück, Tel. 089/3107461.