

Programm

FRÜHSTÜCK

Dienstag von 8 Uhr bis 10 Uhr
Keine Teilnahmegebühr, gerne eine Spende.
Dieses Angebot spricht alle Menschen an, die ein Frühstück in netter Atmosphäre möchten. Anmeldung unter
Tel. 08122 / 88 01 56-8

MITTAGSTISCH

Donnerstag von 11.30 bis 13.30 Uhr
Wer ein warmes Mittagessen in netter Atmosphäre möchte, ist herzlich eingeladen. Bitte anmelden unter
Tel. 08122 / 88 01 56-8

LONG-COVID-SELBSTHILFEGRUPPE

Die Gruppe steht allen offen, die mit Corona und deren Folgen zu kämpfen haben. Auch als Angehöriger, nicht nur als Erkrankter können Sie an der Gruppe teilnehmen.
Nächster Termin am 25.01.2023 im Haus der Begegnung
Info: Prell Nadja 0175 2468128

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Jeden dritten Dienstag im Monat von 18.30 Uhr bis 20 Uhr, nächster Termin: 28. Februar 2023; Angehörige von Demenzkranken und pflegende Angehörige erhalten hier Hilfe und Unterstützung. Leitung der Gruppe durch Heilpraktikerin Stefanie Böhler 0176 63201759 und Heilpraktiker Gerhard Moser 0160 9528865

Haus der Begegnung

SENIORENGYMNASTIK

Das Gehirn und der Körper sollen fit bleiben! Mit Bewegung und Gedächtnistraining finden sie hier ein spannendes Angebot. Montag von 15.00 – 16.00 Uhr
Info unter 08122 / 88 01 56-8. Anmeldung erforderlich

DEMENZGRUPPE „GEMÜTLICHE STUBE“

Mit unserem Angebot im Haus der Begegnung sprechen wir als Zielgruppe Menschen an, die an Demenz erkrankt sind und eine eingeschränkte Alltagskompetenz haben.
Wir möchten mit Ihnen einen schönen und individuell auf sie zugeschnittenen Nachmittag gestalten und somit auch die pflegenden Angehörigen für ein paar Stunden entlasten.
Jeden Dienstag von 13.30 Uhr bis 16.30 Uhr
Info: 08122/88 01 56 8

MAMMA-CAFÈ

Treffpunkt und Austausch für Brustkrebspatientinnen.
Jeden zweiten Donnerstag im Monat. Termin: 09. Februar ab 16 Uhr

YOGA

Dienstag, Mittwoch Donnerstag um 8.30 Uhr, Info: Heike Zilker 08122 / 97620
YOGA Vinyasa Flow Yoga, 31.01.-28.03.2023, 9-10.15 Uhr
Yin & Yang Yoga, 01.02.-29.03.2023, 9-10.15 Uhr
Yin Yoga, 02.02.-30.03.2023, 9-10.15 Uhr
Anmeldung: 08122 / 976210 oder 976238

TINITUS SELBSTHILFEGRUPPE

Info: 08122/ 73 69 0



**Bayerisches
Rotes
Kreuz**

Haus der Begegnung:
Am Rätschenbach 12
85435 Erding