

# Kraillinger Senioreninitiative

## Programm Frühjahr – Sommer 2025

Sehr geehrte Damen und Herren, für ihr vielfältiges Interesse möchten wir Ihnen in unserem neuen Halbjahresprogramm wiederum einige Angebote unterbreiten.

### **Für alle Veranstaltungen sind Anmeldungen erforderlich!**

Teilnahme auf eigene Verantwortung. Die Bezahlung muss 10 Tage vor dem Veranstaltungstermin erfolgt sein. Für die Durchführung der Veranstaltungen können wir keine Garantie übernehmen.

#### **Ab Montag, den 03.02.2025 von 14.00 Uhr – 17.00 Uhr**

finden in der Seniorenhilfe Würmtal e.V., Margaretenstr. 22, Krailling, jeweils am 1. und 3. Montag im Monat unverbindliche Treffen statt. Bei Kaffee/Kuchen, Gedächtnistraining und Spielen bieten wir Ihnen einen unterhaltsamen Nachmittag. Wir lernen in einer Gruppe voneinander und miteinander. Dass das Denken in der Gruppe viel mehr Spaß macht und auch effektiver ist als allein, z.B. Kreuzworträtsel zu lösen, ist wissenschaftlich erwiesen.

**Ansprechpartnerin:** Jutta Beyerl, Tel. 850 83 06

**Kosten:** Mitglieder 4,00 €, Gäste 6,00 € mit Anmeldung

#### **Dienstag, den 18.03.2025 von 18.00 – 19.30 Uhr**

##### **Erste Hilfe bei Alterserkrankungen, Referent: Walter Mungel, Ausbilder beim Malteser Hilfswerk**

Zu den typischen Alterserkrankungen gehören u.a. chronische Rücken- und Gelenkschmerzen. Stürze und Unfälle können Knochenbrüche, Verstauchungen und Prellungen verursachen. Wir zeigen auf, welche Erste-Hilfe-Maßnahmen im Akutfall notwendig sind und zur Linderung von chronischen Schmerzen beitragen können. Auch werden wir praxisnah mit der Handhabung des Defibrillators vertraut gemacht.

**Treffpunkt:** Dienstag, den 18.03.2025 von 18.00 – 19.30 Uhr,  
VHS-Zentrum, Am Marktplatz 10a, Planegg, Raum 9

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Dienstag, den 25.02.2025 bei Dagmar Riedel, Tel. 859 73 16

**Kosten:** 6,00 €, vor Ort zu bezahlen

#### **Samstag, den 22.03.2025 von 14.30 – 16.30 Uhr**

##### **Flohmarkt im Caritas-Altenheim, Rudolf-von-Hirsch-Str. 27, Krailling**

Bei unserem beliebten Flohmarkt können Sie nicht nur verkaufen oder günstige Schnäppchen finden, sondern auch bei Kaffee und Kuchen Bekannte treffen.

**Standgebühr:** Mitglieder und Altenheimbewohner frei, Gäste 8,00 €

**Treffpunkt:** 14.15 Uhr, Speiseraum

**Anmeldung:** sofort bei Hannelore Louis-Schmitz, Tel. 0172-855 80 55

#### **Montag, den 24.03.2025 von 15.00 – 16.30 Uhr in der Kraillinger Brauerei, Kaffeenachmittag**

##### **Über die Schwelle – Referent: Gerd Holzheimer**

Die Familie Haushofer: Eine bayerische Familie zwischen Glanz und Abgrund. Es gibt viele bemerkenswerte Familien in Bayern - die Familie Haushofer ist seit langer Zeit eine, in der über Generationen hinweg immer wieder herausragende Persönlichkeiten von sich reden machen.

Autor Gerd Holzheimer stellt in diesem Band einige Mitglieder der Familie vor, so Max Haushofer (1811-1866), Landschaftsmaler und Gründer einer Künstlerkolonie auf der Fraueninsel im Chiemsee.

**Anmeldung:** ab sofort bei Hannelore Louis-Schmitz, Tel. 0172-855 80 55

**Kosten:** 8,00 €/ Gäste 12,00 €/inkl. Kaffee und Kuchen, vor Ort bezahlen

#### **Dienstag, den 01.04.2025 von 11.30 - 13.00 Uhr in der Kraillinger Brauerei**

##### **Weißwurstessen**

Wir möchten uns zum Gedankenaustausch treffen und köstliche Weißwürste genießen.

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Dienstag, den 04.03.2025  
bei Hannelore Louis-Schmitz, Tel. 0172-855 80 55

**Kosten:** 8,00 €/plus Getränke, Gäste 12,00 €/plus Getränke, vor Ort bezahlen

### **Freitag, den 11.04.2025 von 9.00 – 15.00 Uhr, ESO Garching Supernova**

Das Herz der ESO stellt ein digitales Planetarium dar, das dank seiner modernen Visualisierungstechnik ein einmaliges Erlebnis ermöglicht. Vorfürhungen werden in der 360-Grad-Kuppel projiziert, die über einen Durchmesser von 14 Metern verfügt. Die klare, digitale Projektion und die dreidimensionale astronomische Datenbank ermöglichen ein einmaliges und beeindruckendes Erlebnis. Im Anschluss folgt eine Führung durch die Ausstellung „Das lebendige Universum“. Kleiner Imbiss oder Kaffee und Kuchen sind evtl. auf dem Gelände möglich.

**Treffpunkt:** 9.00 Uhr, S-Bahn Planegg (Kiosk) Bus X 208 nach Großhadern  
um 9.09 Uhr, U6 Garching Forschungszentrum, Abfahrt 9.38 Uhr

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Montag, den 24.03.2025 bei Christa Wolski, Tel. 859 79 70

**Kosten:** 20,00 €/plus Ticket/plus Kaffee/Kuchen

### **Ab Samstag, den 12.04.2025 – 17.05.2025 von 10.00 – 11.00 Uhr**

**6 x Wirbelsäulengymnastik** mit und ohne Stuhl zur Kräftigung, Dehnung und Koordination und mit Yogaelementen. Es kommen auch Kleingeräte zum Einsatz. Jeder kann und sollte in dem Umfang mitmachen, wie es ihm möglich ist. Teilnahme auf eigene Verantwortung.

Turnschuhe oder rutschfeste Socken mitbringen. Bei Bedarf kann eine zweite Stunde von 11.00 – 12.00 Uhr angeboten werden.

**Treffpunkt:** 10.00 Uhr im Hubertus, Krailling

**Anmeldung:** ab Samstag, den 22.02.2025 bei Jutta Beyerl, Tel. 850 83 06

**Kosten:** 25,00 €

### **Mittwoch, den 30.04.2025 von 8.00 – 19.00 Uhr, Tagesfahrt nach Bad Reichenhall mit Bus**

Bad Reichenhall blickt auf eine viertausendjährige Siedlungsgeschichte zurück, die eng mit der Gewinnung von Salz aus Sole verknüpft ist.

Wir beginnen mit einer Stadtführung. Möglichkeit zum Mittagessen im Gasthaus „Bürgerbräu“. Salinenführung: Beschwerlich da 275 Stufen. Alternativ zur Führung in der Saline, ist ein Besuch des Reichenhallmuseums möglich. Besprechung und Entscheidung bei Anmeldung.

Zum Ausklang treffen wir uns im bekannten Café Reber, Schlaraffenland für Liebhaber süßer Gaumenfreunden und Fans der Reber Mozart-Kugeln.

**Treffpunkt:** 7.45 Uhr, S-Bahn Planegg, (Kiosk)

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Montag, den 31.03.2025 bei Bärbel Mehnert-Galla, Tel. 740 380 46

**Kosten:** 40,00 €/plus Mittagessen

### **Dienstag, den 06.05. 2025 um 15.00 Uhr, Kaffeenachmittag in der Kraillinger Brauerei**

#### **Vortrag von Frau Sabine Bachmair: Die Kinder der Familie Mann**

Thomas Mann sagte selbst: „Jemand wie ich sollte keine Kinder in die Welt setzen.“ Dieser Anspruch des Verzichts, an die sich der große Schriftsteller natürlich nicht gehalten hat, führte dazu, dass er mit Frau Katja Pringsheim sogar sechs Kinder in die Welt setzte! Jedes mit einem schwierigen väterlichen Erbe, das nicht immer zu einem guten Ende führte.

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Freitag, den 04.04.2025 bei Hannelore Louis-Schmitz, Tel.0172-855 80 55

**Kosten:** 8,00 €, Gäste 12,00 €, inkl. Kaffee und Kuchen, vor Ort zu zahlen

### **Mittwoch, den 28.05.2025 von 8.00 – 19.00 Uhr Tagesfahrt nach Füssen mit dem Bus**

#### **Rund um die romantische Stadt Füssen**

Einfach atemberaubend! Wer über die Dächer der malerischen Stadt blickt, fühlt sich direkt ins Mittelalter zurückversetzt.

Wir nehmen an einer Stadtführung teil. Möglichkeit zum Mittagessen im Restaurant „Schwanen“. Besichtigung des Museums der Stadt Füssen im ehemaligen Benediktinerkloster St. Mang. Hier tauchen wir in die Vergangenheit ein und lernen die bewegte Geschichte Füssens kennen. Hervorzuheben sind die kostbaren historischen Musikinstrumente, die Füssen als einstige Metropole des Lauten- und Geigenbaus im neuen Licht erstrahlen lässt. Falls gewünscht, anschließend Freizeit für Stadtbummel in Füssen.

**Treffpunkt:** 7.45 Uhr, S-Bahn Planegg, (Kiosk)

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Montag, den 28.04.2025 bei Bärbel Mehnert-Galla, Tel. 74 03 80 46

**Kosten:** 35,00 €

**Donnerstag, den 05.06.2025 um 15.00 Uhr, Kaffeenachmittag in der Kraillinger Brauerei**

**Musikalische Unterhaltung – Anna Veit**

Die Sängerin und Schauspielerin Anna Veit präsentiert mit Kontrabass und Stimme Chansons aller Facetten von Georg Kreisler, Jacques Brel, Hermann van Veen, um nur einige zu nennen. Lustige und traurige Lieder, nachdenkliche, freche und solche, bei denen auch mitgesungen werden darf, gestalten diesen Nachmittag.

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Montag, den 05.05.2025 bei Hannelore Louis-Schmitz, Tel. 0172-855 80 55

**Kosten:** 8,00 €, vor Ort bezahlen

**Dienstag, den 24.06.2025 von 8.00 -19.00 Uhr, Tagesfahrt Schongau/Wieskirche mit dem Bus**

Das mittelalterliche Stadtbild mit seinen Mauern, Toren und Türmen ist ein lebhafter Beweis für die reiche Geschichte Schongaus. Eine Stadtführung eröffnet uns die bayerische Grenzfestung am schwäbischen Lech. Nach dem Mittagessen fahren wir weiter zur berühmten Wieskirche, wo wir eine Führung erhalten und uns danach zum Kaffee im naheliegenden Gasthof einfinden.

**Treffpunkt:** 7.45 Uhr, S-Bahn Planegg, (Kiosk)

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Montag, den 25.05.2025 bei Christa Wolski, Tel. 859 79 70

**Kosten:** 32,00s €/plus Mittagessen

**Donnerstag, den 03.07. – Dienstag, den 08.07.2025, Kulturreise Würzburg und Umgebung mit dem Bus,**

**Reiseleiter: Herr Thomas Huth, Begleitung: Hannelore Louis-Schmitz**

**Schatzkästlein Mainfranken**

Der Main und Zuflüsse bilden die Lebensadern Frankens. Hier entfaltet sich seit dem Mittelalter eine eindrucksvolle Kulturlandschaft. Eingebettet in eine harmonische Landschaft lassen sich hier gepflegte historische Stadtbilder wie die von Iphofen, Ochsenfurt, Wertheim oder Sommerhausen erleben.

Bamberg und Würzburg beeindrucken mit ihren Domen und den Residenzen. Rothenburg ob der Tauber kündigt vom selbstbewussten Stolz der einstigen Freien Reichstadt. Den Kontrapunkt zu diesem Land der sanften Hügel setzt die herbe Schönheit des Vulkangebirges Rhön mit ihren „offenen Fernen“. Bei der sechstägigen Busreise erkunden wir die Region zwischen Steigerwald, Spessart und Rhön vom zentralen Standquartier, dem Hotel „Weisses Lamm“ in Veitshöchheim.

**Treffpunkt:** 7.45 Uhr, S-Bahn Planegg (Kiosk)

**Anmeldung:** ab sofort bei Hannelore Louis-Schmitz, Tel. 0172-855 80 55

**Kosten:** DZ 895,00 €, EZ 1.095,00 €, jeweils pro Person

**Mittwoch, den 16.07.2025 um 15.00 Uhr, Musiknachmittag im Caritas-Altenheim**

**Klassische, irische und bayerische Harfenmusik**

Konzert der Harfenspielerin Ingrid Fladerer

**Treffpunkt:** 14.45 Uhr im Caritas-Altenheim, Rudolf-von-Hirsch-Str. 27, Krailling

**Anmeldung:** nicht erforderlich, Eintritt frei

**Dienstag, den 22.07.2025, Alpines Museum von 12.30 – ca. 18.00 Uhr**

Das Alpinmuseum des DAV auf der Praterinsel in München wurde bis Frühjahr 2024 umgebaut. Ein Besuch des Museums eröffnet uns die Welt der Berge. Im Anschluss kehren wir ein ins Café Isarlust, das uns in einzigartiger Lage mit Kaffee und Kuchen verwöhnt.

**Treffpunkt:** 12.30 Uhr, S-Bahn Planegg, Kiosk

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Montag, den 23.06.2025 bei Christa Wolski, Tel. 859 79 70

**Kosten:** 10,00 €/plus Ticket und Verzehr

**Montag, den 28.07.2025 von 12.00 – 14.00 Uhr in der Kraillinger Brauerei**

**Abschlussessen – nur für Mitglieder**

Wir blicken zurück auf das Programm des vergangenen Halbjahres und präsentieren unsere nächsten Veranstaltungen. Haben Sie noch Ideen und Wünsche für unsere Events, so bringen Sie diese mit!

**Anmeldung:** ab 9.00 Uhr, Mittwoch, den 07.05.2025

bei Hannelore Louis-Schmitz, Tel. 0172 – 855 80 55

## Allgemeine Anmerkungen

Unsere **Kaffeenachmittage** mit Vorträgen finden im großen Saal der **Kraillinger Brauerei** in der Margaretenstr. 59 statt. Der Saal ist für Sie ab 14.15 Uhr geöffnet. Die Kosten belaufen sich für Sie auf 8,00 € (inklusive Kaffee und Kuchen). **Bei Nichtmitgliedern** beträgt der Kostenbeitrag 12,00 €.

Die Teilnahmegebühren an unseren **Tagesveranstaltungen** müssen **10 Tage vorher** auf unserem Konto sein. Wenn Sie nach der Anmeldung und Bezahlung an der Veranstaltung nicht teilnehmen können, so verständigen Sie uns bitte umgehend, damit jemand aus der Warteliste nachrücken kann.

**Der Jahresbeitrag beträgt für eine Einzelperson 15,00 €, für Ehepaare 30,00 €.**

Zahlen Sie bitte den Mitgliedsbeitrag am Jahresanfang auf unser Konto bei der VR-Bank Krailling ein.

**IBAN: DE36 7009 3200 0000 5177 71, BIC: GENODEF1STH**

Wir empfehlen Ihnen einen Dauerauftrag einzurichten.

### **Dieses Programm haben gestaltet:**

**Jutta Beyerl**, Rudolf-von-Hirsch-Str. 3d, 82152 Krailling, Tel. 850 83 06

**Hannelore Louis-Schmitz**, Albrecht-Dürer-Str. 18 a, 82152 Krailling, Tel. 899 300 10, Handy: 0172-855 80 55

**Werner Noé**, Pentenriederstr. 30, 82152 Krailling, Handy: 0171-226 73 29

**Dagmar Riedel**, Georgenstraße 6, 82152 Planegg, Tel. 859 73 16

**Christa Wolski**, Franzstr. 22, 82152 Krailling, Tel. 859 79 70

**Die Vorsitzende ist:** Hannelore Louis-Schmitz.

**E-Mail:** hannelore.louis-schmitz@gmx.de

**Homepage:** www.kraillinger-senioreninitiative.de

**Wir danken der Gemeinde Krailling für ihre Unterstützung, die uns einen kostenlosen Programmdruck ermöglicht.**