



# BAYERISCHE DEMENZWOCHE

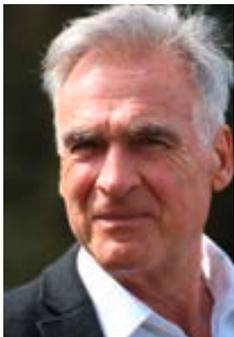
Festhalten,  
was verbindet



**19. – 28. September 2025**

[demenzwoche.bayern.de](https://demenzwoche.bayern.de)





Liebe Bürgerinnen und Bürger,

Demenz ist eine Erkrankung, die uns alle immer mehr, immer öfter begegnet und begleitet. Aktuell leben in Bayern 270.000 Menschen mit dieser Diagnose. Bis 2030 werden es bereits mehr als 300.000 sein. Es ist also wichtig, sich mit diesem Thema zu beschäftigen, diese Erkrankung und alles, was dazugehört, in den Fokus zu rücken.

Das möchte die Bayerische Demenzwoche tun, die heuer vom 19. bis 28. September stattfindet. Auch bei uns im Landkreis sind in diesem Zeitraum gemeinsam mit den Kommunen und der freien Wohlfahrtspflege zahlreiche unterschiedliche Veranstaltungen geplant, die helfen sollen, aufklären, unterstützen und Rat geben sollen – sowohl Betroffenen als auch deren Angehörigen oder Pflegenden. Ihnen allen wollen wir als Gesellschaft die größtmögliche Lebensqualität bieten.

Die Vorträge, Kinofilme, Diskussionsrunden, Aktionen und Kurse im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche im Landkreis Miesbach werden Ihnen auf den nächsten Seiten vorgestellt. Ich möchte Sie alle dazu herzlich einladen.

Denn sicher ist: Mit der Diagnose Demenz ist man nicht allein – nicht als Betroffener, nicht als Angehöriger oder als Pflegender.

Ihr Landrat Olaf von Löwis of Menar

## THOMASSAAL HOLZKIRCHEN „Demenz – wie fühlt sich das eigentlich an?“ Besuchen Sie den DEMENZPARCOURS

Veranstaltungsinhalte: Wie fühlt sich eigentlich Demenz an? Erfahren Sie an verschiedenen Stationen, wie einfache Alltagssituationen zu schier unüberwindbaren Hindernissen werden. Der Demenzparcours von Hands-on Dementia lässt uns einen Tag teilhaben am Leben von Erna Müller.

Veranstalter: Gemeinde Holzkirchen, Barbara Brandhuber, Gemeinde Weyarn, Betty Mehrer, Evang. Kirche Holzkirchen

### Wann? Wo?

11./12./13.09.2025, jeweils stündliche Termine von 10:00-12:00 und 13:00-17:00 Uhr

Thomassaal, Haidstraße 3, 83607 Holzkirchen

Anmeldung: Je Person eine Stunde buchbar, über <https://service.holzkirchen.de/apps/polls/s/NrHPTeQU>

Ansprechpartner bei Fragen: Barbara Brandhuber, Markt Holzkirchen, ☎ 08024 642-1032  
[gemeinwesen@holzkirchen.de](mailto:gemeinwesen@holzkirchen.de)

**Kostenfrei**



## BÜRGERGEWÖLBE WEYARN „Fit im digitalen Alltag“ –

Kaffee und Information“, Referent: Michael Mair

Veranstaltungsinhalte: Hilfe beim Kauf eines neuen TV-Geräts, Unterstützung beim neuen Auto, Online-Banking, ein Buch mit 7 Siegeln. Bei all diesen Dingen findet man Unterstützung durch M. Mair.

Veranstalter: Gemeinde Weyarn – Seniorenarbeit, Betty Mehrer

### Wann? Wo?

11.09.2025, 14:00-15:30 Uhr, Bürgergewölbe Weyarn, J.-B. Zimmermann-Straße 5, 83629 Weyarn

**Ohne Anmeldung | Kostenfrei**



## THOMASHAUS

### Demenz-Screening-Tag in Holzkirchen

mit Digidem Bayern, Referentin: Sandra Lehmann

Veranstaltungsinhalte: Ihre Angehörige/ Ihr Angehöriger wirkt vergesslich und hat Schwierigkeiten, sich an Dinge zu erinnern? Hier erhalten Sie die Möglichkeit, Ihre Gedächtnisleistung überprüfen zu lassen. Gedächtnisbeeinträchtigungen stellen für Betroffene und ihre Familien eine große Herausforderung dar. Sie damit nicht allein zu lassen, sondern Unterstützung zu geben, ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Doch welche Angebote werden am dringendsten benötigt? Vor welchen Herausforderungen stehen Menschen mit Gedächtnisbeeinträchtigungen und deren pflegende Angehörige? Wie können sie besser unterstützt werden?

Das möchten wir mit unserem Forschungsprojekt „digiDEM Bayern“ herausfinden – mit Ihrer Hilfe. Nur durch Ihr Engagement können wir einen Überblick über die Versorgung und mögliche Lücken in Ihrer Heimatregion erhalten – und diese an die Politik übermitteln.

Veranstalter: vhs Oberland e.V.

#### Wann? Wo?

12.09.2025, 09:00-16:00 Uhr

Thomashaus, Haidstraße 3, 83607 Holzkirchen

Anmeldung: notwendig unter vhs Holzkirchen, Anmeldung am 08./09.09. und 11.09.2025 jeweils von 10:00-12:00 Uhr unter ☎ 08024 46789-15 oder E-Mail holzkirchen@vhs-oberland.de

Kostenfrei

## RATSCHILLERS OTTERFING Pflegestammtisch für pflegende Angehörige Otterfing

Veranstaltungsinhalte: Beratung von pflegenden Angehörigen zum Thema Demenz

Veranstalter: Sophia Tagesbetreuung, Gabriele Gröh

#### Wann? Wo?

11./25.09., 09./23.10. und 06.11.2025,

jeweils 14:00-16:00 Uhr,

Ratschillers Otterfing, Tegernseer Straße 7-9,  
83624 Otterfing

Ohne Anmeldung | Kostenfrei

## SOPHIA TAGESBETREUUNG OTTERFING Tag der offenen Tür

Veranstaltungsinhalte: Beratung von pflegenden Angehörigen zum Thema Demenz

Veranstalter: Sophia Tagesbetreuung, Gabriele Gröh

#### Wann? Wo?

13.09.2025, 10:00-15:00 Uhr,

Sophia Tagesbetreuung, Haidfeldstraße 2,  
83624 Otterfing

Anmeldung: Sophia Tagesbetreuung, Gabriele Gröh,  
Haidfeldstraße 2, 83624 Otterfing, ☎ 08024 4743451

Kostenfrei



## VOLKSHOCHSCHULE GMUND

### „Demenz – wie fühlt sich das eigentlich an?“

#### Besuchen Sie den DEMENZPARCOURS

Veranstaltungsinhalte: Wie fühlt sich eigentlich Demenz an? Erfahren Sie an verschiedenen Stationen, wie einfache Alltagssituationen zu schier unüberwindbaren Hindernissen werden. Der Demenzparcours von Handson Dementia lässt uns einen Tag teilhaben am Leben von Erna Müller.

Veranstalter: Gemeinde Gmund a.Teg., Quartiersmanagement Kerstin Putzirer & vhs Oberland e.V.

#### Wann? Wo?

16./17./18. und 19.09.2025,

jeweils stündliche Termine von 10:00-16:00 Uhr,  
Volkshochschule Gmund, Münchner Straße 139,  
83703 Gmund-Dürnbach

Anmeldung: Je Person eine Stunde buchbar über die Homepage der vhs Oberland e.V., ins Suchfeld: „Demenz“ eingeben oder E-Mail senden an [sandra.gensthaler@vhs-oberland.de](mailto:sandra.gensthaler@vhs-oberland.de), ☎ 08024 46789-66

Kostenfrei

## NEUREUTHERSAAL

### „Honig im Kopf“, Kino im Neureuther

Veranstaltungsinhalte: Film

Veranstalter: Gemeinde Gmund am Tegernsee, Quartiersmanagement Kerstin Putzirer

#### Wann? Wo?

17.09.2025, von 16:00-17:30 Uhr,  
Neureuthersaal, Tölzer Straße 4,  
83703 Gmund am Tegernsee

Ohne Anmeldung | Kostenfrei



## Demenz-Screening-Tag in Gmund

### mit Digidem Bayern, Referentin: Sandra Lehmann

Veranstaltungsinhalte: Ihre Angehörige/ Ihr Angehöriger wirkt vergesslich und hat Schwierigkeiten, sich an Dinge zu erinnern? Hier erhalten Sie die Möglichkeit, Ihre Gedächtnisleistung überprüfen zu lassen. Gedächtnisbeeinträchtigungen stellen für Betroffene und ihre Familien eine große Herausforderung dar. Sie damit nicht allein zu lassen, sondern Unterstützung zu geben, ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Doch welche Angebote werden am dringendsten benötigt? Vor welchen Herausforderungen stehen Menschen mit Gedächtnisbeeinträchtigungen und deren pflegende Angehörige? Wie können sie besser unterstützt werden?

Das möchten wir mit unserem Forschungsprojekt „digi-DEM Bayern“ herausfinden – mit Ihrer Hilfe. Nur durch Ihr Engagement können wir einen Überblick über die Versorgung und mögliche Lücken in Ihrer Heimatregion erhalten – und diese an die Politik übermitteln.

Veranstalter: vhs Oberland e.V.

#### Wann? Wo?

18.09.2025, von 10:00-16:00 Uhr,  
Volkshochschule Gmund, Münchner Straße 139,  
83703 Gmund-Dürnbach

Anmeldung: unter [sandra.gensthaler@vhs-oberland.de](mailto:sandra.gensthaler@vhs-oberland.de) oder ☎ 08024 46789-66 am 15./16. und 17.09.25 jeweils von 09:00-12:00 Uhr

Kosten: 10 Euro

## BÜHNENRAUM GRUNDSCHULE OTTERFING Angst vor Alzheimer?

Was ist „Demenz“? Können wir uns schützen?

Wie gelingen Kontakt und Umgang mit Erkrankten?

Veranstaltungsinhalte: Demenz macht Angst. Viele Fragen stehen im Raum: Wird jeden von uns diese Erkrankung treffen? Ist es gar eine „normale“ Alterserscheinung? Kann ich mich davor schützen? Wie kann man eine „Demenz“ erkennen? Wo finde ich Hilfe und Unterstützung? Der Vortrag bietet grundlegende Antworten auf diese Fragen. Verbunden mit einer Lesung aus dem Buch „Demenz ohne Stress“. Die Referentin und Buchautorin, Sabine Tschainer-Zangl, steht Ihnen im Anschluss gern für Fragen zur Verfügung. Die Referentin Sabine Tschainer-Zangl, Dipl.-Theologin und Dipl.-Psycho-Gerontologin ist die ehemalige Erste Vorsitzende der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V., Sie ist Mitglied des fachlichen Beirats der Deutschen Alzheimer Gesellschaft – Selbsthilfe Demenz und Kuratorin des „Kuratoriums Deutsche Altershilfe“.

Veranstalter: Nachbarschaftshilfe Otterfing e.V.,  
Madelaine Strassburg

### Wann? Wo?

20.09.2025, von 16:00-18:00 Uhr,  
Bühnenraum der Aula in der Grundschule Otterfing,  
Schulstraße 10, 83624 Otterfing

Ohne Anmeldung | Kostenfrei

## KBO LECH-MANGFALL-KLINIK AGATHARIED Demenzfrüherkennung –

Ein wichtiger Faktor zum Erhalt der Lebensqualität

Referent: Dr. Florian Ruggaber

Veranstaltungsinhalte: Demenzfrüherkennung

Veranstalter: Kbo Lech-Mangfall-Klinik Agatharied

### Wann? Wo?

22.09.2025, von 16:00-17:30 Uhr ,  
Kbo Lech-Mangfall-Klinik Agatharied, Konferenzraum,  
St. Agatha-Straße 1a, 83734 Hausham

Ohne Anmeldung | Kostenfrei

## VOLKSHOCHSCHULE GMUND

**Vortrag: „Demenz – die Situation pflegender Angehöriger“, Referentin: Monika Bürger**

Veranstaltungsinhalte: Die Betreuung von an Demenz erkrankten Menschen stellt meist eine große Herausforderung für deren Angehörige dar. In dem Vortrag, der von Frau Bürger, Fachstelle für pflegende Angehörige, gehalten wird, erhalten die Teilnehmer Basiswissen über die Erkrankung, Hinweise zur Auseinandersetzung mit der Situation pflegender Angehöriger in den oft schwierigen Situationen der häuslichen Pflege, Tipps zum Umgang mit dem Erkrankten und einen Überblick über Unterstützungsmöglichkeiten sowie Leistungen der Pflegekassen.

Veranstalter: Quartiersmanagement Gemeinde Gmund a. Tegernsee und VHS Oberland e.V.

### Wann? Wo?

22.09.2025, von 16:00-17:30 Uhr,  
VHS, Münchner Straße 139, 83703 Gmund-Dürnbach

Anmeldung: VHS Oberland e.V., Fr. Sandra Gensthaler,  
☎ 08024 4678966, Sandra.gensthaler@vhs-oberland.de

Kostenfrei



## GRUNDSCHULE OTTERFING

### Das Herz wird nicht dement –

**Kreatives Gestalten für und mit Senioren und Angehörigen, Referentin: Cornelia Breu**

Veranstaltungsinhalte: An Demenz zu erkranken wird fast immer als Verlust wahrgenommen. In dem Workshop können Sie kreativ gestalten und dem Leben mit Freude begegnen. Sie sind herzlich eingeladen, dabei zu sein, auszuprobieren und mit Farben und Materialien kreativ zu werden. Alles ist erlaubt und jeder kann mitmachen. Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig. Die Referentin umrahmt das kreative Tun mit hilfreicher Theorie zum Thema.

Veranstalter: Sigrid Speer, Quartiersmanagement Otterfing, Cornelia Breu, Seniorenbeauftragte Otterfing

#### Wann? Wo?

23.09.2025, von 15:30-17:30 Uhr,  
Grundschule Otterfing, Bühnenraum Aula,  
Schulstraße 10, 83624 Otterfing

Ohne Anmeldung: Kontakt ggf. über Cornelia Breu,  
☎ 08024 9029452, senioren@otterfing.de

Kostenfrei

## KRANKENHAUS AGATHARIED

### Kann man Demenz verhindern und wie sicher ist die Diagnose?, Referent: Prof. Dr. Stefan Lorenz

Veranstaltungsinhalte: Podiumsdiskussion

Veranstalter: Krankenhaus Agatharied Neurologie

#### Wann? Wo?

23.09.2025, 18:00 Uhr,  
Krankenhaus Agatharied

Ohne Anmeldung | Kostenfrei



## PFARREI ST. MARTIN WAAKIRCHEN

### „The Father“, Filmvorführung, Kino „Miteinander“

Veranstaltungsinhalte: In diesem packenden Drama geht es um Demenz und Identitätsverlust, das konsequent aus Sicht der Titelfigur erzählt wird. Anschließend erfolgt ein Austausch über den Film.

Veranstalter: Gemeinde Waakirchen, Quartiersmanagement, Monika Klöcker

#### Wann? Wo?

23.09.2025, von 15:30-17:30 Uhr,  
Pfarrei St. Martin, Pfarrheim Waakirchen,  
Glückaufstraße 9, 83666 Waakirchen

Ohne Anmeldung | Kostenfrei

## KIRCHENGEMEINDE ST.MARTIN

### „Du gehst und ich bleibe – Abschiednehmen“, Filmvorführung (60 min) Kino „Miteinander“

Veranstaltungsinhalte: Der Film erzählt vom doppelten Abschiednehmen bei einer Demenzerkrankung des Partners im Laufe der Erkrankung und nach dem Tod. Anschließend erfolgt ein Austausch über den Film.

Veranstalter: Gemeinde Waakirchen, Quartiersmanagement, Monika Klöcker

#### Wann? Wo?

24.09.2025, von 15:30-17:30 Uhr,  
Pfarrsaal der Kirchengemeinde St.Martin (alte Schule)  
Wiesseer Straße 3, 83666 Schaftlach

Ohne Anmeldung | Kostenfrei



## LANDRATSAMT MIESBACH

### Hilfe zum Helfen-Schulungsreihe

für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz,  
Referentin: Monika Bürger

Veranstaltungsinhalte: Modul 1 Wissenswertes über Demenz, Modul 2 Demenz verstehen, Modul 3 Informationen zu Recht, Modul 4 „Den Alltag leben“, Modul 5 Pflegeversicherung und Entlastungsangebote, Modul 6 Herausfordernde Situationen und Pflege, Modul 7 Entlastung für Angehörige, Modul 8 Menschen mit Demenz im Krankenhaus.

Pro Abend werden 2 Themen zusammengefasst. Die Module bauen aufeinander auf, deshalb sollen möglichst alle Module von den Teilnehmern besucht werden.

Veranstalter: Fachstelle für pflegende Angehörige des BRK/Landratsamt Miesbach

#### **Wann? Wo?**

25.09., 02./09./16.10.2025, von 16:00-20:00 Uhr,  
Landratsamt Miesbach, Wendelsteinstraße 1  
83714 Miesbach

Anmeldung: Monika Bürger, Wendelsteinstraße 9,  
83714 Miesbach, ☎ 08025 2825-29  
E-Mail: fachstelle@kvmiesbach.brk.de

Kostenfrei

## THOMASHAUS HOLZKIRCHEN

### Café Zeitlos – Café für einsame Senioren, Demenzranke und deren Angehörige, Referentin: Sandra Lehmann

Veranstaltungsinhalte: An Demenz Erkrankte und auch ihre Angehörige erleiden gleichermaßen multiple Verluste und erfahren oft Stigmatisierung und Ausgrenzung. Die vhs Oberland, der katholische Pfarrverband Holzkirchen-Warngau und die evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Holzkirchen bieten beiden Gruppen einen geschützten Raum zum Austausch, zur Anregung und zur Begleitung, wodurch echte, erfüllende Kommunikation auf beiden Seiten entstehen kann. Ein musikalischer Lichtblick wird die Türen unserer Herzen öffnen. Denn über freudvolle Sinneserfahrung können gerade im Hypercampus neue Nervenzellen verknüpft werden. Die Trauerbegleiterin Sandra Lehmann (BVT) und die Musikerin Gabriele Henn stehen Ihnen im Café Zeitlos und darüber hinaus zur Verfügung.

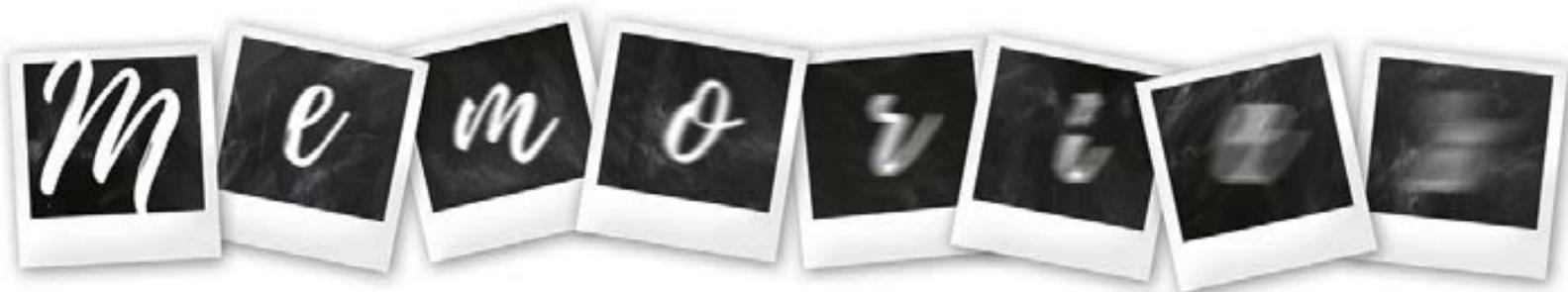
Veranstalter: vhs Oberland e.V.

#### **Wann? Wo?**

25.09., 06.10., 20.11., 01.12.2025,  
jeweils von 15:00-17:00 Uhr,

Anmeldung: nicht notwendig, aber erbeten unter:  
holzkirchen@vhs-oberland.de, ☎ 08024 46789-0

Kostenfrei



## MARKTPLATZ MIESBACH

### Alt sein muss man erst mal können – Was wenn die Seele streikt?

Veranstaltungsinhalte: Wie gehen wir damit um, dass die noch verbleibende Lebensspanne immer kürzer wird? Welche Lebensaufgaben erwarten uns? Was, wenn uns alles über den Kopf wächst? Wir wollen ins Gespräch kommen und Informieren: Was hilft bei der Bewältigung, welche Hilfsangebote gibt es? Informationsstand und Verteilung von Infomaterial.

Veranstalter: Gerontopsychiatrische Fachberatung, Caritas Miesbach, Petra Faßler, Simone Gilch

#### Wann? Wo?

25.09.2025, von 09:00-11:00 Uhr,  
Marktplatz, 83714 Miesbach

Ohne Anmeldung | Kostenfrei

---

## FoolsKINO HOLZKIRCHEN

### „Still Alice – Mein Leben ohne gestern“ Filmvorführung mit anschließender Fragerunde

Veranstaltungsinhalte: Der Film „Still Alice – Mein Leben ohne gestern“ regt zum Nachdenken über die Bedeutung von Erinnerungen, Identität und der Veränderung der eigenen Wahrnehmung an. Julianne Moores beeindruckende schauspielerische Leistung ist Oscarpreis-gekront. Anschließend an den Film gibt es die Möglichkeit, Fragen zum Thema Demenz zu stellen.

Veranstalter: Gemeinde Holzkirchen,  
Gemeinde Weyarn, Gesundheitsamt Miesbach

#### Wann? Wo?

26.09.2025, 17:00 Uhr,  
FoolsKINO Holzkirchen

Anmeldung: Barbara Brandlhuber, Markt Holzkirchen,  
gemeinwesen@holzkirchen.de, ☎ 08024 642-1032

Kostenfrei

---

## LANDKRAMER PLATZ OTTERFING

### Lichtblicke: Demenz im Dialog-Begegnungen an der Hütt`n, Referentin: Connie Seitz

Veranstaltungsinhalte: Das Bürgerforum Otterfing e.V., Arbeitskreis Soziales, lädt im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche zu einem offenen Nachmittag an der „Hütt`n“ am Landkramerplatz ein. In entspannter Atmosphäre möchten wir mit den Bürgerinnen und Bürgern über das Thema Demenz ins Gespräch kommen -offen für alle, die betroffen, interessiert oder einfach neugierig sind. Es gibt Informationsmaterial, Gelegenheit zum Austausch- und für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt. Lassen Sie sich überraschen! Ziel ist es, Erfahrungen zu teilen, Fragen zu stellen und neue Kontakte zu knüpfen – gern auch generationsübergreifend. Mit dabei: Seniorenbeauftragte Cornelia Breu, Gemeinde Otterfing, Quartiersmanagement Sigrid Speer, Gemeinde Otterfing, Nachbarschaftshilfe Otterfing e.V..

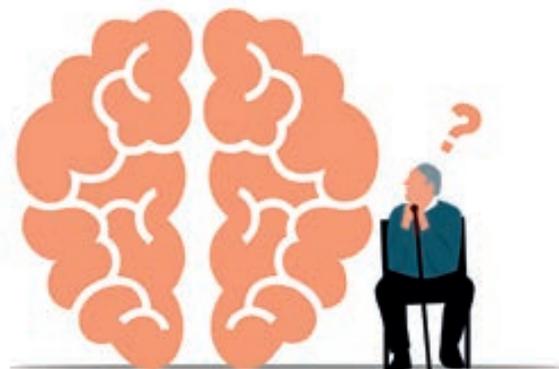
Veranstalter: Bürgerforum Otterfing e.V., Dr. Eva Fuchs

#### Wann? Wo?

27.09.2025, von 14:30-17:30 Uhr,  
Landkramer Platz, 83624 Otterfing

Ohne Anmeldung | Kostenfrei

---



## RATHAUS GMUND

### Klangschalenmassage – eine Auszeit für pflegende Angehörige, Kerstin Putzner

Veranstaltungsinhalte: Entspannungsangebot durch Klangschalenmassage; Stress vorbeugen – Selbstwahrnehmung fördern – zur Ruhe kommen.

Veranstalter: Gemeinde Gmund a. Tegernsee, Quartiersmanagement für Senioren, Kerstin Putzner

#### Wann? Wo?

30.09., 22.10.2025, jew. von 12:00-17:00 Uhr (60 min), nur mit Terminvereinbarung

Rathaus Gmund, Nebengebäude, Kirchenweg 4, Erdg. 83703 Gmund a. Tegernsee, Büro Quartiersmanagement

Anmeldung: Terminvereinbarung per E-Mail an: kerstin.putzner@gmund.de oder ☎ 0173 4128615

Kostenfrei



## REISBERGERHOF TEGERNSEE – Gedächtnis-training mit Bewegung, Ref.: Andreas Vogt

Veranstaltungsinhalte: Dieser Kurs beinhaltet praktische Übungen, insbesondere eine spezielle Koordinations-schulung, die geistige Flexibilität fördern. Die Übungen schaffen neue Verbindungen zwischen den Gehirnzellen und ermöglichen so das „schlummernde“ geistige Potenzial zu wecken. Je mehr Vernetzungen im Gehirn angelegt sind, desto höher ist die Leistungsfähigkeit, Flexibilität und Verarbeitungsgeschwindigkeit des Gehirns. Die positiven Ergebnisse des Trainings sind unter anderem Stressreduzierung, Verbesserung der Aufmerksamkeit, Verbesserung der Handlungsschnelligkeit und vieles mehr. Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet.

Veranstalter: vhs Oberland e.V., vhs Zentrum im Tegernseer Tal

#### Wann? Wo?

Ab Mo 06.10.2025, 10 Termine, jew. 18:00-19:00 Uhr, Reisbergerhof, Max-Josef-Straße 13, 83684 Tegernsee

Anmeldung: vhs Oberland e.V., Max-Josef-Straße 13 83684 Tegernsee, E-Mail: info@vhs-oberland.de

☎ 08024 46789-0

Kosten: 70 Euro



## GGSD-BFS FÜR PFLEGE UND ALTENPFLEGEHILFE „Hilfe bei Alltagsverrichtungen leicht(er) machen“, Referentin: Ana Kukuruzovic

Veranstaltungsinhalte: Es wird in praxisnahen Übungen vermittelt, wie die häusliche Pflege durch pflegende Angehörige, z.B. Unterstützung beim Aufstehen vom Stuhl und aus dem Bett sowie das Anziehen von Pflegebedürftigen, gelingen kann.

Veranstalter: Gesundheitsamt Miesbach

### Wann? Wo?

07.10.2025, von 14:00-15:30 Uhr,  
GGSD- BFS für Pflege und Altenpflegehilfe,  
Haidmühlstraße 30, 83714 Miesbach

Anmeldung: bei Jessica Kreiser, Fachbereich Gesundheit,  
Wendelsteinstraße 1, 83714 Miesbach, ☎ 08025 704-  
4347, E-Mail: [jessica.kreiser@lra-mb.bayern.de](mailto:jessica.kreiser@lra-mb.bayern.de),  
(max. 15 Teilnehmer)

Kostenfrei



## REISBERGERHOF TEGERNSEE Sanfte Kräftigungsgymnastik, Förderung von Beweglichkeit und Mobilität, Reduzierung des Sturzrisikos, Trainer: Christopher Skupke

Veranstaltungsinhalte: Dieser Kurs zielt darauf ab, sowohl die körperliche Fitness zu fördern als auch das Bewusstsein für die eigene Beweglichkeit und Körperwahrnehmung zu schärfen, was insbesondere im Alltag eine wichtige Rolle bei der Sturzprävention spielt. Kräftigung, Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewicht – alles begleitet von Musik und am Ende des Trainings mit Entspannung. Die Übungen können nach Bedarf variiert werden, so dass auch körperlichen Einschränkungen Rechnung getragen.

Veranstalter: vhs Oberland e.V., vhs Zentrum im Tegernseer Tal

### Wann? Wo?

Freitags, 10.10.2025-19.12.2025, 10 Termine  
jeweils von 16:00-17:00 Uhr,  
Reisbergerhof, Max-Josef-Straße 13, 83684 Tegernsee

Anmeldung: vhs Oberland e.V., Max-Josef-Straße 13  
83684 Tegernsee, E-Mail: [info@vhs-oberland.de](mailto:info@vhs-oberland.de)  
☎ 08024 46789-0

Kosten: 100 Euro



## MEHRGENERATIONENHAUS ROTTACH-EGERN „Miteinander leben, liebevoll begleiten: Pflege und Demenz verstehen und gestalten“.

Veranstaltungsinhalte: Infoabend für pflegende Angehörige und Betroffene

Veranstalter: Mehrgenerationenhaus Rottach-Egern/  
Fachstelle für pflegende Angehörige/Ambulante Pflegedienste Caritas & Diakonie Tegernseer Tal

### Wann? Wo?

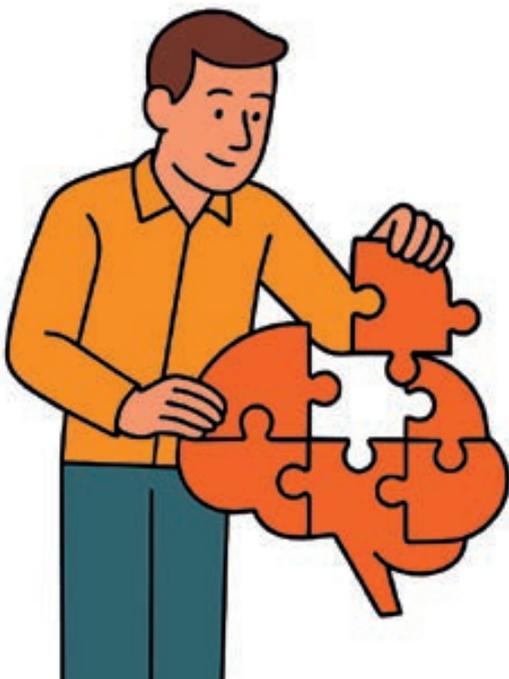
17.11.2025, von 17:30-19:00 Uhr, Mehrgenerationenhaus Rottach-Egern, Leo-Slezak-Straße 8, 83700 Rottach-Egern

Anmeldung: nicht notwendig, zur leichteren Planbarkeit erbeten unter 08022 24949 oder [birgit.schiessl@caritasmuenchen.org](mailto:birgit.schiessl@caritasmuenchen.org)

Kostenfrei



Weitere Informationen erhalten Sie unter:  
[www.demenzwoche.bayern.de](http://www.demenzwoche.bayern.de)



### IMPRESSUM

Landratsamt Miesbach | Abteilung 4  
Soziales, Jugend und Gesundheit  
Fachstelle für soziale Angelegenheiten und Senioren  
Astrid Achterberg | Telefon: +49 8025 704-4004  
[astrid.achterberg@lra-mb.bayern.de](mailto:astrid.achterberg@lra-mb.bayern.de)  
[www.landkreis-miesbach.de](http://www.landkreis-miesbach.de)