



Sauerlach natürlich



Impressum:
Gemeinde Sauerlach
Gemeindeverwaltung
Erste Bürgermeisterin Barbara Bogner
Bahnhofstraße 1 · 82054 Sauerlach
Telefon 08104/6646-0 · Telefax 08104/7926
gemeinde.sauerlach@sauerlach.bayern.de
Auflage 5.500 Stück
Fotos Titelseite: Wolfgang Muck, Markus Kausch

Autogrammstunde

mit Antje Hagen und Sepp Schauer
15. Okt., 11–12 Uhr



Für das leibliche Wohl sorgen:

- Kath. Frauenbund Sauerlach
- Herr Aschauer, Sulag



Kostenloser Fahrdienst unter:

0173-8 64 01 37



Eintritt frei

Gut versorgt im Alter Wissenswertes ab 50

Info-Messe



Sauerlach

Mehrzweckhalle Am Otterloher Feld
Ausstellungen · Vorträge · Aktionen

Freitag, 14. Okt. 2011, 15–20 Uhr
Samstag, 15. Okt. 2011, 10–18 Uhr

Aussteller

Agenda 21 Sauerlach – AK Soziales; Alzheimer-Gesellschaft Landkreis München Süd e.V.; Ambulante Alltagsbegleitung; Ambulanter Pflegedienst Kranken- und Altenpflegeverein Sauerlach e.V.; Andreas Apotheke; AS-Experts GmbH; AWO-Seniorenzentrum Sauerlach; Bio-Naturkostmarkt; BRK-Bereitschaft Sauerlach mit Rotkreuzförderverein Sauerlach e.V.; Bürgerstiftung Sauerlach; Caritas-Pflegedienst; Caritas-Zentrum für Ambulante Hospiz- und Palliativ-Versorgung; Claudia Simmel, Heilpraktikerin; Elke Pfeiler-Goldschmiede; Fachstelle für pflegende Angehörige Landkreis München; Förderverein Heimatfreunde Sauerlach e.V.; Freiraum UG; Freudenstein GmbH, Bädertechnik; Garten und Natur, Michael Grätz; Gemeindebücherei Sauerlach; Generali Versicherungen, Bezirksdirektion Schuchmann; Häckel Reisen GmbH; Harald Seitz, Innenausbau; INCAP GmbH; Ingo Schwenzfeger, Der Knochenschmied; Johanniter Unfallhilfe e.V.; jutbiz Limited, Elektromobile; Karin Reitmaier FHS-Friseurheimservice; Kath. Frauenbund Sauerlach; Köstlin-Optik; Kreissparkasse München-Starnberg-Ebersberg; Kultur im Oberbräu; Malteser-Hilfsdienst gGmbH; Modetaxi; Monika Pfisterer, Channoine-Vertretung; Nachbarschaftshilfe Sauerlach e.V.; Orthopädietechnik Sanitätshaus Udo Messinger; Praxisgemeinschaft Faure-Steinmetz / Osteopathie, Nocker / Psychotherapie HPG; Rad-Raum GmbH; Raul – Fun+Sports; Renner & Fischer, Hausgemachte Feinkost; RR-Textilpromotion Robert Reitmaier; SANA Treppenlifte AG; Sauerlacher Künstlerkreis; Senioren-Wohngemeinschaft, Leben wie zu Hause; tecnet Pistorius; Teehaus Sauerlach; Turm-Apotheke; VdK Ortsverband Oberhaching/Sauerlach; Videlis Seniorenreisen e.V.; vhs Sauerlach e.V.; VR Bank München-Land e.G; Weinhandel Spinnler; Wilhelm Ihnen, Kunstschmiede; Zeitungsgruppe Münchner Merkur/tz

Programm

Uhrzeit	Vorträge im Mehrzweckraum	Aktionen in der Messehalle
Freitag, 14. 10. 2011, 15–20 Uhr		
15:00	Einlass	
15:30		Fit im Alter mit Kinesiologie (vhs: Frau Hessel)
15:45		Beweglich ins Alter (vhs: Frau Böhling-Spinnler)
16:00	Eröffnung und Grußworte (Erste Bürgermeisterin Barbara Bogner, Nachbarschaftshilfe Sauerlach e.V., Agenda 21 AK Soziales)	
16:30		Kraft und Balance (AWO: Frau Vogler-Matauschek)
17:00	Zivilcourage – was kann ich tun? (Polizei: Herr Stoiber, Herr Wunsch)	Qigong für Senioren (vhs: Frau Rothmüller-Schwankner)
17:30		Zumba-Gold (vhs: Frau Martin)
18:00	Caritas: Podiumsdiskussion mit Susanna Tausendfreund MdL, stellv. Landrätin „Was ist uns das Alter wert?“ Moderation: Stefan Brainbauer, Bayerischer Rundfunk	
Samstag, 15. 10. 2011, 10–18 Uhr		
10:00	Hospiz (Caritas)	
10:15		Livemusik mit Stephan Kahl und Johannes Schmid
11:00	Patientenverfügung (Herr Dr. Guggemoos)	Theraband – das kleine Fitnessstudio für zuhause, Zilgrei (vhs: Frau Krebs-Mönnich)
11:30	Pflegeversicherung (Frau Spannig)	Musikschule Sauerlach
13:00	Psychische Erkrankungen im Alter (Herr Bacher-Maurer)	
14:00	Ernährung im Alter (vhs: Frau Schaaf)	Herzsportgruppe (TSV Sauerlach)
15:00	Wohnen im Alter (Freiraum UG: Herr Klemens)	Gedächtnistraining (vhs: Frau Veitl)
15:30		Fit und gesund in jedem Alter (vhs: Frau Löwentraut)
16:00	Demenz (AWO SZ Wolfratshausen: Herr Käufer)	Modenschau
17:00	Erben und vererben (Bürgerstiftung: Herr von Borries, Rechtsanwalt)	
<i>Der Besuch der Ausstellungen ist durchgehend möglich.</i>		

Zusammen...



...alt werden