

Angebote für's aktive Alter

1. Halbjahr 2025



Januar 2025

Freitag, 3. Januar
14 – 16 Uhr



„Das kleine Café“
selbstgebackener Kuchen, nette
Gesellschaft

Treffpunkt:
Nachbarschaftshilfe Dorfen
Haager Str. 22

Mittwoch, 8. Januar
19 – 20.30 Uhr



Demenzstammtisch
für Angehörige

Treffpunkt:
Marienstift – Raum der Begegnung
Ruprechtsberg 18

Dienstag, 14. Januar
ab 12 Uhr



Senioren-Mittagstisch
Anmeldung bis Freitag. 10.01.:
08081 9577260 (Nachbarschaftshilfe Dorfen)

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 15. Januar
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis
Anmeldung ist erforderlich:
08081/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

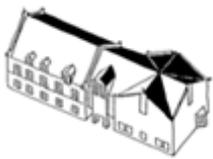
Mittwoch, 15. Januar
14 – 16 Uhr



Offener Handarbeitskreis
zum Stricken, Häkeln, Unterhalten

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Dienstag, 21. Januar
14 – 16 Uhr



Senioren musizieren für Senioren
musikalische Unterhaltung bei Kaffee
und Kuchen

Treffpunkt:
im evangelischen Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 22. Januar
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis
Anmeldung ist erforderlich:
0808 1/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 29. Januar
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis
Anmeldung ist erforderlich:
0808 1/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

**Donnerstag, 30. Januar
ab 14 Uhr**



Offener Stammtisch
zum Ratschen und Genießen

Treffpunkt:
Kostas Tages-Café
Unterer Marktplatz 17

Februar 2025

Mittwoch, 5. Februar
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
0808 1/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 5. Februar
19 – 20.30 Uhr



Demenzstammtisch

für Angehörige

Treffpunkt:

Marienstift – Raum der Begegnung
Ruprechtsberg 18

Freitag, 7. Februar
14 – 16 Uhr



„Das kleine Café“

selbstgebackener Kuchen, nette
Gesellschaft

Treffpunkt:

Nachbarschaftshilfe Dorfen
Haager Str. 22

Dienstag, 11. Februar
ab 12 Uhr



Senioren-Mittagstisch

Anmeldung bis Freitag, 07.02.:
0808 1 9577260 (Nachbarschaftshilfe Dorfen)

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Dienstag, 11. Februar
19 – 20 Uhr



Infoabend:
Patientenverfügung und
Vorsorgevollmachten

Treffpunkt:
Marienstift
Ruprechtsberg 18

Mittwoch, 12. Februar
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis
Anmeldung ist erforderlich:
0808 1/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

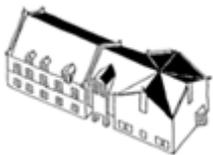
Mittwoch, 12. Februar
15 Uhr



Überraschungsfilm
Karten können online reserviert werden

Treffpunkt:
Kino im Jakobmayer
Unterer Marktplatz 34

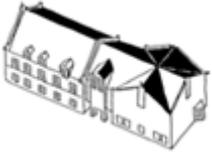
Dienstag, 18. Februar
14 – 16 Uhr



Senioren musizieren für Senioren
musikalische Unterhaltung bei Kaffee
und Kuchen

Treffpunkt:
im evangelischen Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 19. Februar
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
0808 1/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 19. Februar
14 – 16 Uhr



Offener Handarbeitskreis

zum Stricken, Häkeln, Unterhalten

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Donnerstag, 20. Februar
14 – 17 Uhr



Seniorentanz - Faschingstanz

mit Livemusik und Auftritt der
Jugendgarde der KG Dorfen

Treffpunkt:

Jakobmeyersaal
Unterer Marktplatz 34

Donnerstag, 20. Februar
ab 14 Uhr



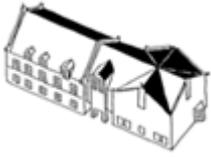
Offener Stammtisch

zum Ratschen und Genießen

Treffpunkt:

Kostas Tages-Café
Unterer Marktplatz 17

Mittwoch, 26. Februar
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
0808 1/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

VORANKÜNDIGUNG



Vortrag - Hausnotruf

Der Hausnotruf ist eine vorsorgende Sicherheitsmaßnahme, die es älteren, kranken und behinderten Menschen, aber auch Menschen mit erhöhtem Gesundheitsrisiko ermöglicht, in der eigenen Wohnung ein eigenständiges und unabhängiges Leben in Sicherheit zu genießen. Sie können darauf vertrauen, dass sich im Notfall jemand um sie kümmert.

Im Vortrag erfahren Sie, wie der Hausnotruf genau funktioniert, wie hoch die Kosten sind und vieles mehr

Informationen:

08081 411 121 - Frau Dietrich

März 2025

Mittwoch, 5. März
15 Uhr



Überraschungsfilm

Karten können online reserviert werden

Treffpunkt:

Kino im Jakobmayer
Unterer Marktplatz 34

Mittwoch, 5. März
19 – 20.30 Uhr



Demenzstammtisch für Angehörige

Treffpunkt:

Marienstift – Raum der Begegnung
Ruprechtsberg 18

Freitag, 7. März
14 – 16 Uhr



„Das kleine Café“

selbstgebackener Kuchen, nette
Gesellschaft

Treffpunkt:

Nachbarschaftshilfe Dorfen
Haager Str. 22

Montag, 10. März
Montag, 17. März
Montag, 24. März
14 - 17 Uhr



Gefördert durch das
Bayerische Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Dienstag, 11. März
ab 12 Uhr



Mittwoch, 12. März
10 – 11.30 Uhr



Handy Einsteigerkurs

Tauchen Sie mit uns in die Welt der digitalen Möglichkeiten ein! Wir bringen Ihnen auf praktische Art und Weise den Umgang mit Android Tablets und Smartphones bei. Lernen Sie in entspannter Atmosphäre, wie Sie Bilder teilen, Nachrichten senden und vieles mehr. Keine Vorkenntnisse nötig!
Dauer: 3 Nachmittage

Anmeldung bis 07.03.2025:
08081 411 121 - Frau Dietrich

Senioren-Mittagstisch

Anmeldung bis Freitag, 07.03.:
08081 9577260 (Nachbarschaftshilfe Dorfen)

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

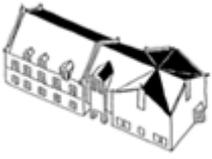
Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
08081/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

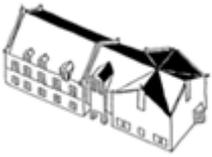
Dienstag, 18. März
14 – 16 Uhr



Senioren musizieren für Senioren
musikalische Unterhaltung bei Kaffee
und Kuchen

Treffpunkt:
im evangelischen Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 19. März
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis
Anmeldung ist erforderlich:
0808 1/9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 19. März
14 – 16 Uhr



Offener Handarbeitskreis
zum Stricken, Häkeln, Unterhalten

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Donnerstag, 20. März
15 – 16.30 Uhr



Vortrag **Ernährung ab der Lebensmitte**

Ab der Lebensmitte verändern sich Körper und Stoffwechsel und es ergeben sich neue Anforderungen an den persönlichen Lebensstil. Eine ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung spielen eine immer wichtigere Rolle. Welche Lebensmittel sollten bevorzugt auf dem Speiseplan stehen? Wie lassen sich eine ausgewogene Ernährung und Genuss verbinden und praktisch im Alltag umsetzen?

Anmeldung bis 07. 03.2025:
08081 411 121 - Frau Dietrich

Mittwoch, 26. März
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
08081 9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Donnerstag, 27. März
ab 14 Uhr



Offener Stammtisch

zum Ratschen und Genießen

Treffpunkt:

Kostas Tages-Café
Unterer Marktplatz 17

April 2025

Mittwoch, 2. April
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
08081 9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 2. April
15 Uhr



Überraschungsfilm

Karten können online reserviert werden

Treffpunkt:

Kino im Jakobmayer
Unterer Marktplatz 34

Mittwoch, 2. April
19 – 20.30 Uhr



Demenzstammtisch

für Angehörige

Treffpunkt:

Marienstift – Raum der Begegnung
Ruprechtsberg 18

Freitag, 4. April
14 – 16 Uhr



„Das kleine Café“

selbstgebackener Kuchen, nette
Gesellschaft

Treffpunkt:

Nachbarschaftshilfe Dorfen
Haager Str. 22

Dienstag, 8. April
ab 12 Uhr



Senioren-Mittagstisch

Anmeldung bis Freitag, 04.04.:

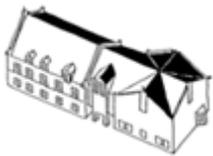
08081 9577260 (Nachbarschaftshilfe Dorfen)

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum

Rathausplatz 16

Mittwoch, 9. April
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:

08081 9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum

Rathausplatz 16

Donnerstag, 10. April



Führung Firmenzentrale

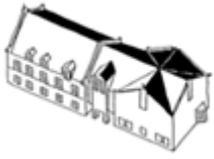
Robert Decker

mit Besichtigung der neuen Timber
Homes Produktion und anschließen-
dem Zusammensein in der Noah-
Rooftopbar

Anmeldung bis 28.03.2025:

08081 411 121 - Frau Dietrich

Dienstag, 15. April
14 – 16 Uhr



Senioren musizieren für Senioren
musikalische Unterhaltung bei Kaffee und Kuchen

Treffpunkt:
im evangelischen Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Dienstag, 15. April
14.30 – 16.00 Uhr



Jung trifft Alt – Osterkerzen verzieren
Freizeitaktivität für Senioren und Kinder
ab 6 Jahren
Anmeldung 08081 9322 15

Treffpunkt:
Marienstift Dorfen
Ruprechtsberg 18

Mittwoch, 16. April
14 – 16 Uhr



Offener Handarbeitskreis
zum Stricken, Häkeln, Unterhalten

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Donnerstag, 24. April
ab 14 Uhr



Offener Stammtisch
zum Ratschen und Genießen

Treffpunkt:
Kostas Tages-Café
Unterer Marktplatz 17

Mai 2025

Freitag, 2. Mai
14 – 16 Uhr



„Das kleine Café“
selbstgebackener Kuchen, nette
Gesellschaft

Treffpunkt:
Nachbarschaftshilfe Dorfen
Haager Str. 22

Mittwoch, 7. Mai
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis
Anmeldung ist erforderlich:
08081 9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:
Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 7. Mai
19 – 20.30 Uhr



Demenzstammtisch
für Angehörige

Treffpunkt:
Marienstift – Raum der Begegnung
Ruprechtsberg 18

Donnerstag, 8. Mai
14 – 17 Uhr



Seniorentanz - Maitanz
mit Livemusik

Treffpunkt:
Jakobmeyersaal
Unterer Marktplatz 34

Dienstag, 13. Mai
ab 12 Uhr



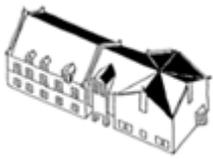
Senioren-Mittagstisch

Anmeldung bis Freitag, 09.05.:
08081 9577260 (Nachbarschaftshilfe Dorfen)

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 14. Mai
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
08081 9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Dienstag, 20. Mai
14 – 16 Uhr



Senioren musizieren für Senioren

musikalische Unterhaltung bei Kaffee
und Kuchen

Treffpunkt:

im evangelischen Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Dienstag, 20. Mai
14.30 – 15.30 Uhr



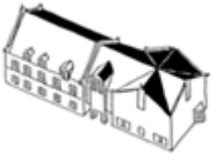
Denken bewegt – Training für Senioren

für Körper, Geist und Sinne

Treffpunkt:

Marienstift Dorfen
Ruprechtsberg 16

Mittwoch, 21. Mai
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
08081 9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 21. Mai
14 – 16 Uhr



Offener Handarbeitskreis

zum Stricken, Häkeln, Unterhalten

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Donnerstag, 22. Mai
ab 14 Uhr



Offener Stammtisch

zum Ratschen und Genießen

Treffpunkt:

Kostas Tages-Café
Unterer Marktplatz 17

Mittwoch, 28. Mai
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
08081 9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Juni 2025

Mittwoch, 4. Juni
10 – 11.30 Uhr



Offener Singkreis

Anmeldung ist erforderlich:
08081 9570950 - Frau Scheffler

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 4. Juni
19 – 20.30 Uhr



Demenzstammtisch

für Angehörige

Treffpunkt:

Marienstift – Raum der Begegnung
Ruprechtsberg 18

Freitag, 6. Juni
14 – 16 Uhr



„Das kleine Café“

selbstgebackener Kuchen, nette
Gesellschaft

Treffpunkt:

Nachbarschaftshilfe Dorfen
Haager Str. 22

Dienstag, 10. Juni
ab 12 Uhr



Senioren-Mittagstisch

Anmeldung bis Freitag, 06.06.:
08081 9577260 (Nachbarschaftshilfe Dorfen)

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Montag, 16. Juni
14.30 – 16.00 Uhr



Jung trifft Alt – Blumen- und Sament Teppich gestalten

Freizeitaktivität für Senioren und Kinder ab 6 Jahren

Anmeldung 08081 9322 15

Treffpunkt:

Marienstift Dorfen,
Ruprechtsberg 18

Dienstag, 17. Juni
14 – 16 Uhr



Senioren musizieren für Senioren

musikalische Unterhaltung bei Kaffee und Kuchen

Treffpunkt:

im evangelischen Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Mittwoch, 18. Juni
14 – 16 Uhr



Offener Handarbeitskreis

zum Stricken, Häkeln, Unterhalten

Treffpunkt:

Evangelisches Pfarrzentrum
Rathausplatz 16

Donnerstag, 26. Juni
ab 14 Uhr



Offener Stammtisch

zum Ratschen und Genießen

Treffpunkt:

Kostas Tages-Café
Unterer Marktplatz 17

Serviceseiten

Pflegestützpunkt Landkreis Erding – Ihre Anlaufstelle für alle Fragen zum Thema Pflege

Der Pflegestützpunkt Landkreis Erding bietet eine Außensprechstunde in Dörfen an. Sie erhalten Beratung zu folgenden Themen:

- Sämtliche Themen der Pflege und des Älterwerdens
- Mögliche Sozialleistungen
- Informationen zu ambulanten, teilstationären und stationären Angeboten
- Beratung zu Hilfsangeboten im Landkreis
- Entlastung von pflegenden Angehörigen und Pflegepersonen
- Pflegeberatung nach § 7a SGB XI

Die Außensprechstunde findet 2-mal im Monat jeweils mittwochs von 15 – 17 Uhr im Rathaus Dörfen, Rathausplatz 2, 84405 Dörfen statt.

Wir bitten um eine vorherige Terminvereinbarung unter Tel: 08 122/58- 1800 oder per E-Mail unter pflegestuetzpunkt@lra-ed.de.

Landratsamt Erding, Alois-Schießl-Platz 6, 85435 Erding

Anita Herz, Tanja Folger & Stephanie Ahlgrim

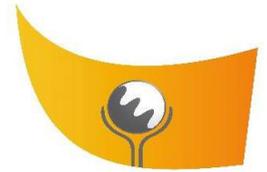
Tel. 08 122 58- 1800

E-Mail: pflegestuetzpunkt@lra-ed.de

<https://www.landkreis-erding.de/psp>



Informationen zu Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht



Diese kostenlosen Sprechstunden des Christophorus Hospizverein Erding e.V. finden im Caritas-Zentrum, Johannisplatz 10 in Dorfen statt und sollen Ihnen eine Hilfestellung rund um das Thema Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht bieten. (*)

Eine telefonische Anmeldung ist dringend erforderlich, da es sich um Einzelsprechstunden handelt. Wenn Sie einen Termin nicht einhalten können, bitten wir dringend um Abmeldung!

(*) Hinweis: Es findet keine Rechtsberatung statt!

Termine vereinbaren Sie bitte mit Frau Jüde unter ☎ 0808 1/25 37 oder über Frau Minet ☎ 0808 1/33 49

Freitag 17.01.2025

Freitag 21.02.2025

Freitag 21.03.2025

Freitag 11.04.2025

Freitag 16.05.2025

Freitag 20.06.2025

Freitag 18.07.2025

Freitag 19.09.2025

Freitag 17.10.2025

Freitag 21.11.2025

Termine immer zwischen 14 und 16 Uhr.

Sprechtage des Bezirks Oberbayern: wohnortnah und kompetent



Der Bezirk Oberbayern ist für die Bürgerinnen und Bürger im Landkreis Erding wohnortnah erreichbar:

Beim wöchentlichen Sprechtag im Pflegestützpunkt beraten wir vertraulich und kompetent zu unseren sozialen Leistungen. Unsere Beratung vor Ort richtet sich an Menschen mit Pflegebedarf und Menschen mit Behinderungen sowie deren Angehörige.

Wir informieren und unterstützen bei allen Fragen rund um die Antragstellung, bei der Suche nach einer geeigneten Einrichtung sowie zur Art und Dauer der Hilfestellung. Im Mittelpunkt der Beratung steht das individuelle Wunsch- und Wahlrecht – mit dem Ziel, die Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft bestmöglich zu verwirklichen. Selbstverständlich arbeiten wir intensiv mit dem Landratsamt und dem örtlichen Sozialwesen zusammen.

Die Vor-Ort-Beratung ist jeden Mittwoch persönlich erreichbar:

Pflegestützpunkt Erding Alois-Schießl-Platz 6, 85435 Erding

Wir bieten Ihnen eine offene Sprechzeit von 10-12 Uhr an.

Auch außerhalb dieser Sprechzeit stehen wir Ihnen jeden Mittwoch für persönliche Beratungstermine zur Verfügung.

Terminvereinbarung:

Telefon: 089 2198-21055 (Montag bis Freitag) oder

E-Mail: beratung-ed@bezirk-oberbayern.de

Die Beratung ist für alle Bürgerinnen und Bürger kostenlos.

Büchertieferservice



Sie leben im Gemeindegebiet Dorfen und lesen gerne, können aber nicht mehr selbst in die Bücherei kommen?

Immer am 1. Samstag des Monats liefern die Helfer der Nachbarschaftshilfe bestellte Bücher aus und holen gelesene wieder ab. Auch Hörbücher und Zeitschriften sind ausleihbar.

Die Bücher können Sie telefonisch oder per E-Mail bei der Stadtbücherei Dorfen bestellen. Die Mitarbeiter der Bücherei helfen Ihnen auch gern bei der Auswahl.

Der Service ist kostenfrei, es wird nur die Jahresgebühr für den Bücherei-Ausweis berechnet.

Kontakt:

☎ 0808 1 959403

✉ info@buecherei-dorfen.de



Fit im Alter

Der **TSV Dorfen** bietet ein reichhaltiges Angebot, um auch im Alter die Leichtigkeit und den Schwung nicht zu verlieren.



Abteilung Turnen:

- Fitness Damengymnastik
montags 19:30 – 20:30 Uhr, Turnhalle Grund- und Mittelschule Dorfen
Ansprechpartnerin: Brigitte Mayer-von Hubatius 08081 1853
- Well-Fit-Mix Gymnastik
mittwochs 18:30 – 19:30 Uhr, Turnhalle Oberdorfen
Ansprechpartnerin: Hermine Brugger 08081 4692

Auch der **Skiclub Dorfen** bietet Bewegungskurse an:
Ansprechpartnerin: Gitte Widl 08081 1645



- Fit Mix
dienstags 18:30 – 19:30 Uhr, Turnhalle Grund- und Mittelschule Dorfen
- ALPIN-FIT
dienstags 19:30 – 20:30 Uhr, Turnhalle Grund- und Mittelschule Dorfen
- Happy WinterMix
donnerstags 19 – 20 Uhr, Turnhalle Grund- und Mittelschule Dorfen.

Notfalltafel

Polizeinotruf

Telefon: 110

Feuerwehr und Rettungsdienst

Telefon: 112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst Bayern

Telefon: 116117

Frauenhaus

Telefon: 08081 1738

Telefonseelsorge

Telefon: 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222

Stadtwerke Dorfen:

Strom, Wasser, Wärme, Glasfaser

Telefon: 08081/9317-0

Stadtwerke Dorfen: Gas

Telefon: 08081 9317-88

Schlüsseldienst

A. Blüml

Telefon: 0160 92729149

Verantwortlich:

Stadt Dorfen

Frau Sylvia Dietrich

Telefon: 08081 411 – 121

dietrich.sylvia@dorfen.de