

# SENIOREN

## Oasentag für pflegende Angehörige Freitag, 16. September 2022



### **Spätsommerliche Wanderung am Egglburger See und der Ebers- berger Weiherkette**

Raus aus der Stadt, rein in die Natur!

Diesmal gibt es eine kleine Wanderung bei Ebersberg im Osten des Münchner Umlands.

Wir laden Sie herzlich ein, aus der Natur Kraft und Ruhe für Ihren Alltag zu schöpfen und sich im Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen zu stärken.

#### **Information und Anmeldung:**

#### **Beratungsstelle**

**für ältere Menschen und Angehörige**

Gravelottestraße 16, 81667 München

Telefon 089 / 666 16 33-0

E-Mail [beratungsstelle@awo-muenchen.de](mailto:beratungsstelle@awo-muenchen.de)

## Details zum Oasentag

Unsere kleine Seenwanderung (ca. 6 km) wird etwa 2-3 Stunden dauern. Es geht gemütlich über Wald- und Feldwege und geteerte Straßen. Denken Sie an passendes und bequemes Schuhwerk.

Im Anschluss an unsere Wanderung kehren wir in der Ebersberger Alm ein, die mit einer kleinen aber feinen Speisekarte lockt. Gegen 16:00 Uhr werden wir dann voraussichtlich wieder zurück in München sein.

Unsere Mitarbeiterinnen werden Sie wie üblich freundlich und kompetent durch den Tag begleiten.

**Treffpunkt:** 09.45 Uhr, Ostbahnhof auf Gleis 5 beim Aufzug

Eine Teilnahmegebühr wird *nicht* erhoben, allerdings werden Kosten für das Restaurant anfallen.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und eine Anmeldung bis spätestens zum 12.09.2022 erforderlich.

## Pandemiebedingt:

Um einen unbeschwerten Ausflug genießen zu können, empfehlen wir alle Teilnehmer\*innen im vorab einen Schnelltest/Selbsttest durchzuführen.