



# Die Seniorenvertretung Hadern

im 20. Stadtbezirk  
der Landeshauptstadt München

*Verbunden sein -  
besser als allein*

## Seniorenbeirat der Landeshauptstadt München

Burgstr.4 / 1.Stock

Telefon 089 / 233-21166

Email: [seniorenbeirat.soz@muenchen.de](mailto:seniorenbeirat.soz@muenchen.de)

Internet: [www.seniorenbeirat-muenchen.de](http://www.seniorenbeirat-muenchen.de)

Der Seniorenbeirat ist das Beratungs- und  
Beschlussorgan der Seniorenvertretung.

### Kontakte:

Seniorenbeirätin

**Ingrid Appel**

Tel. 089-7140077

Mail: [ingrid.appel@gmx.de](mailto:ingrid.appel@gmx.de)

**Dieter Kreuz**

Tel. 089-80926142

**Irmgard Gerken**

Mail: [imgerken@t-online.de](mailto:imgerken@t-online.de)

**Dr. Dagmar Herwig**

Tel. 089-71056709

**Ruth Albrecht**

Mail: [albrechtfarben@aol.com](mailto:albrechtfarben@aol.com)

**Christian Reinhold**

Tel. 089-8633469

**Alfred Keseberg**

Tel. 0172-7401123

**Claus Kumutat**

Tel. 0157-59228669

**Tini Helm**

Tel. 089-711222



Ingrid Appel

Dieter Kreuz

Irmgard Gerken



Dr. Dagmar Herwig

Ruth Albrecht

Christian Reinhold



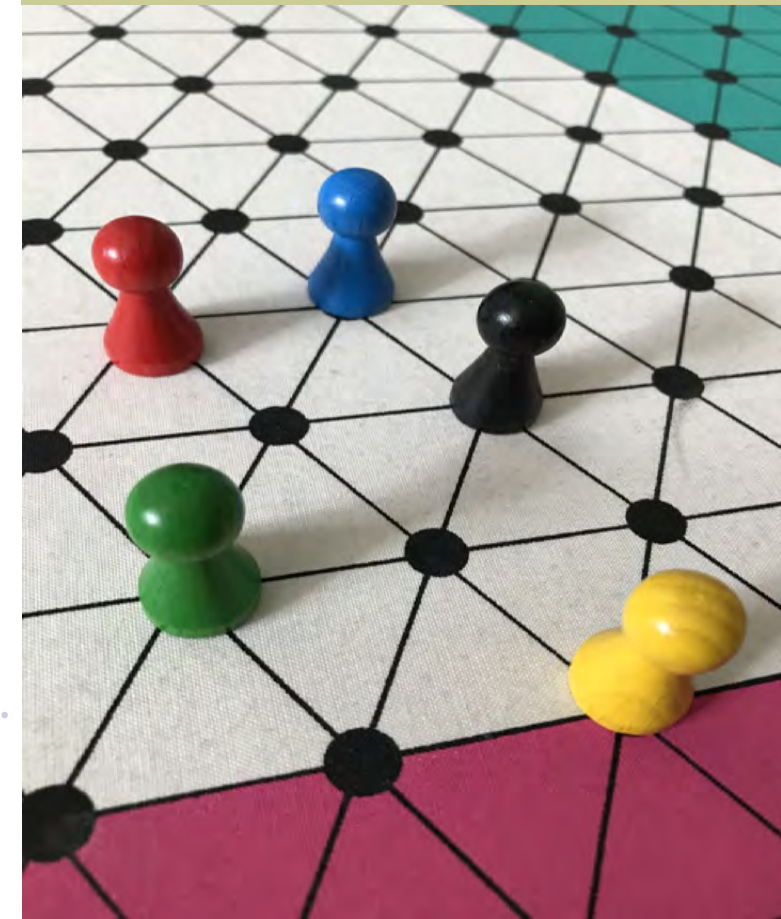
Alfred Keseberg

Claus Kumutat

Tini Helm

Wir wurden 2022 für 4 Jahre von den über  
60-Jährigen in unserem Stadtbezirk 20 Hadern  
direkt gewählt.

Über unsere Angebote hinaus stehen wir Ihnen  
gern auch persönlich mit Auskunft und Rat zur  
Seite.







# HADERN Wir verbinden Senioren in unserem Stadtbezirk HADERN



## Unsere Aufgabe unsere Zielsetzung

Wir setzen uns aktiv in der Landeshauptstadt und in der Öffentlichkeit für die Interessen und Anliegen der Generation der über 60-Jährigen ein und möchten Verbesserungen im Alltagsleben erreichen.

Wir arbeiten ehrenamtlich, überparteilich, überkonfessionell und verbandsunabhängig.

Wir halten regelmäßigen Kontakt zur Polizei, zum Bezirksausschuss Haderern, zu den Alten- und Service-Zentren und zum Seniorenbeirat der LHM, unserem übergeordneten Gremium, dem wir Anregungen, Empfehlungen, Wünsche oder Anträge und Stellungnahmen übermitteln.

Wir pflegen auch den Kontakt zu unseren gewählten Repräsentanten in Stadtrat, Landtag und Bundestag.

### Cafe „ZWANGLOS“



Sie möchten mal wieder unter Menschen gehen oder neue kennenlernen? Sich ganz zwanglos treffen ohne Programm und Anmeldung?

Dazu möchten wir Sie ermuntern!

Kommen Sie zum Nachbarschaftstreff im Restaurant Faros am Haderner Stern zum Plaudern bei Kaffee und Kuchen oder zum geselligen „Spielen“.

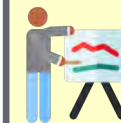
Jeden 3. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr. Im Sommer auch im Biergarten vor dem Restaurant.

### SPRECHSTUNDE



Bei Bedarf können Sie sich mit *Ingrid Appel* oder jedem anderen Mitglied telefonisch in Verbindung setzen. In der Regel findet die Sprechstunde an jedem 2. Freitag im Monat im Guardini90 statt.

### THEMEN DER 2. LEBENSHÄLFTE



In unserer Veranstaltungsreihe informieren Experten Sie zu aktuellen sozial- und gesellschaftspolitischen Themen.

Jeden 1. Mittwoch im Monat um 17 Uhr im GUARDINI 90 am Haderner Stern.

### TEILNEHMEN UND FEIERN



Wir möchten Sie auch zu interessanten Unternehmungen einladen:

- \* Musikveranstaltungen
- \* Filmvorführungen
- \* Besuche im Tierpark oder Deutschen Museum
- \* zu einer Weihnachtsfeier oder einem Osterfrühstück.

Ankündigungen bzw. Einladungen dazu erfolgen jeweils gesondert.