



**Gemeinschaftliches Angebot für bewegungsfreudige Menschen mit Demenz und deren pflegende und sorgende Angehörige.**

*Mit Herz und Geduld - Gemeinsam in München auf dem Jakobsweg unterwegs sein und Schönes erleben. Dankbar sein für das, was wir haben, besinnen auf das Wesentliche und Mut schöpfen für Neues.*

Bei diesem geführten Jakobsweg achten wir auf jeden Einzelnen und nehmen Rücksicht auf die individuellen Bedürfnisse. Ob im Gespräch oder in der Stille – jeder kann in der Bewegung in der Natur für sich Kraft schöpfen und vielleicht auch seine Sorgen auf dem Weg lassen.

Sinnbildlich fällt uns ein (Isarkiesel-)Stein vom Herzen, der uns belastet.

## Kontakt

**Malteser Hilfsdienst e.V.  
Fachstelle für pflegende Angehörige**

Martina Watzlaw  
Streitfeldstr. 1  
81673 München

☎ 089 43 608 536

✉ [martina.watzlaw@malteser.org](mailto:martina.watzlaw@malteser.org)

**Dekanat München Südost  
Leitung der Seniorenpastoral**

Marion Mauer-Diesch  
Johann-Michael-Fischer-Platz 1  
81673 München

☎ 0171 99 56 850

✉ [MMauerDiesch@eomuc.de](mailto:MMauerDiesch@eomuc.de)



**Festhalten,**  
  
**was verbindet.**  
Bayerische Demenzstrategie

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit, Pflege und Prävention



Fotos: Martina Watzlaw/Malteser &  
Marion Mauer-Diesch/Dekanat München



ERZDIOZESE MÜNCHEN  
UND FREISING

 **Malteser**  
...weil Nähe zählt.



**Pilgern TrotzDEMenz  
auf dem Münchner Jakobsweg**

## 1. Teil: Von Jakob zu Maria

Wir gehen mit kleinen Etappenzielen und Pausen entlang des Münchner Jakobswegs. Start ist die Kirche St. Jakob am Anger, von wo aus wir entlang der Isar über die Marienklause bis zur Wallfahrtskirche St. Maria Thalkirchen laufen. Unterwegs kehren wir an der Isar Alm ein.

**Samstag, 26. April 2025**

**Beginn:** 9.30 Uhr St. Jakob/  
Anger Jakobsplatz München mit einem Pilgersegen

**Ziel:** Wallfahrtskirche St. Maria Thalkirchen; Heimkehr mit der U-Bahn Thalkirchen U3/ U6

**Wegstrecke:** ca. 8 km

**Gehzeit:** ca. 3 Stunden

**Hinweise:** kostenfreies Angebot; bitte Proviant für unterwegs mitnehmen; findet auch bei leichtem Regen statt.

**Anmeldung bis 24. April 2025** unter [malteser.muenchen@malteser.org](mailto:malteser.muenchen@malteser.org) oder telefonisch 089 / 43 608 500



## 2. Teil: von Anna zu Jakobus

Wir beginnen unsere nächste Etappe mit einem Segen im Annakircherl in Harlaching, einer beliebten Wallfahrtskirche an der Hochleite der Isar.

Von dort pilgern wir bequem bis zur Großhesseloher Brücke und überqueren die Isar. An der Waldwirtschaft in Großhesselohe kehren wir ein und setzen unseren Weg gestärkt nach Pullach über Burg Schwaneck zur evangelischen Jakobuskirche fort.

Dort wartet ein erfrischendes Getränk auf uns.

**Samstag, 28. Juni 2025**

**Beginn:** 9.30 Uhr St. Anna/ Harlaching, Haltestelle Tiroler Platz/ Tram 25

**Ziel:** Jakobuskirche Pullach; Heimkehr mit S7 möglich

**Wegstrecke:** ca. 8 km

**Gehzeit:** ca. 3 Stunden

**Hinweise:** kostenfreies Angebot; bitte Proviant für unterwegs mitnehmen; findet auch bei leichtem Regen statt.

**Anmeldung bis 26. Juni 2025** unter [malteser.muenchen@malteser.org](mailto:malteser.muenchen@malteser.org) oder telefonisch 089 / 43 608 500

## 3. Teil: Vom Brückenwirt nach Kloster Schäftlarn

Diese Etappe ist etwas anspruchsvoller als die beiden ersten.

Wir beginnen unseren knapp 10 km langen Teil vom Jakobsweg am Brückenwirt und laufen entlang der Isar inmitten der Natur bis nach Kloster Schäftlarn. Unterwegs gibt es keine Einkehrmöglichkeit, dafür aber wunderschöne Stellen, um eine Pause einzulegen. Bitte sorgen Sie für ausreichend Proviant.

Mit Herz und Geduld schaffen wir auch diese Herausforderung gemeinsam.

Zurecht haben wir uns dann einen segensreichen Abschluss mit anschließender kulinarischer Einkehr im Kloster Schäftlarn verdient.

**Samstag, 18. Oktober 2025**

**Beginn:** 9.30 Uhr Brückenwirt/ An der Grünwalder Brücke in Höllriegelskreuth

**Ziel:** Kloster Schäftlarn; Heimkehr mit der S7 ab Bahnhof Ebenhausen-Schäftlarn

**Wegstrecke:** ca. 10 km

**Gehzeit:** ca. 4 Stunden

**Hinweise:** kostenfreies Angebot; bitte Proviant für unterwegs mitnehmen; findet auch bei leichtem Regen statt.

**Anmeldung bis 16. Oktober 2025**

unter [malteser.muechen@malteser.org](mailto:malteser.muechen@malteser.org) oder telefonisch 089 / 43 608 500

