

ASZ/MGH Eching

Programm

Mai

Juni

2019

Veranstaltungen

→ Mai / Juni 2019

Kurse und Treffs

→ wöchentlich



**Mehr
Generationen
Haus**
Wir leben Zukunft vor

Weitere Angebote und Hilfen im ASZ/MGH Eching

Betreutes Wohnen/unterstützte Altenwohnungen

34 barrierefreie Wohnungen-Hausnotruf – Unterstützung durch ambulante Pflege – Organisation von weiteren Wahlleistungen, z.B. Einkaufshilfen, Betreuung

Alltagshilfen für Senioren

Vermittlung von Hilfen für Haus und Garten – Fahr- und Begleitdienste

Sozialstation/Ambulanter Pflegedienst

Behandlungspflege nach ärztlicher Verordnung – Grundpflege gemäß Pflegeversicherungsgesetz

Information und Beratung für alte Menschen und Angehörige

Themen: Pflegeversicherung – Betreuung von demenzkranken Menschen – sonstige Serviceleistungen, z.B. Hilfe bei Anträgen

Hausbesuche

Auf Wunsch Beratung zu Hause

Wohngemeinschaft für demenzkranke Ältere

8 Apartments mit Betreuung 24/7 von qualifizierten Pflegekräften

Nachmittagsbetreuung für Menschen mit Demenz und hilfebedürftige Senioren – Café Auszeit

2 Stunden Betreuung durch geschultes Personal in der Gruppe: Spiele, Bewegung, Singen, Unterhaltung

Bücher-Tauschbörse

ASZ-Foyer und Bibliothek

Raumvermietung

Miete gegen Gebühr möglich – private Feiern über das Café Central (Tel. 089/31971462)

Projekt „Echinger Paten“

Patinnen und Paten begleiten Jugendliche beim Übergang von der Schule in den Beruf

Liebe Echingerinnen und Echinger,

wir freuen uns, Ihnen auch für Mai und Juni 2019 wieder ein interessantes Programm bieten zu können. Der Verein „Älter werden in Eching“ feiert im Mai 2019 sein 30-jähriges Bestehen. Dieses besondere Ereignis begehen wir mit einem Festakt und einem Tag der offenen Tür.

Alle Informationen rund um die Anmeldung erhalten Sie auf den letzten Seiten.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des ASZ/MGH freuen sich über Anregungen zum Programm. Sie können uns Touren, Besichtigungen, Vorträge empfehlen – vielleicht wollen Sie selbst Veranstaltungen anbieten, eine Gruppe gründen etc. oder auch uns bei Veranstaltungen unterstützen. Sprechen Sie uns an!

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des ASZ/MGH



Veranstaltungen → Mai 2019

Donnerstag 2.5. 15 – 16.30 Uhr	Gruppe für pflegende Angehörige In einem ungezwungenen Rahmen haben Sie Gelegenheit zum Austausch mit Gleichgesinnten und erhalten fachliche Informationen. Leitung: Barbara Hammrich. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Donnerstag 2.5., 19 Uhr Eintritt frei	ECHINGER KREATIVZIRKEL Arbeiten mit Textilien und Wolle <i>Ohne Anmeldung.</i>
Freitag 3.5. 10 – 12 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN Mediensprechstunde Sie haben eine Frage zu Fernsehen, Radio, CD- und DVD-Player, Festnetz und Mobiltelefon, Internet, PC, Notebook oder Tablet? Wenn Sie uns vorher informieren, um was es bei Ihrer Frage geht, erhöhen Sie die Chance, dass wir Ihre Fragen beantworten können.
Montag 6.5., 11 Uhr 2 €, Tp: ASZ	Gemütliche Radltour nach Garching Länge ca. 30 km. Gemeinsame Einkehr. Mit Begleitung. <i>Mit Anmeldung.</i>
Montag 6.5. 16 Uhr Eintritt frei	SEMINAR Sicher im Alter mit dem Auto unterwegs Mit zunehmendem Alter wird die Teilnahme am Straßenverkehr durch altersbedingte Veränderungen beeinflusst. Gemeinsam werden schwierige Verkehrssituationen und Verhältnisse besprochen. Referent: Dr. Michael Stanglmaier, DVR-zertifizierter Moderator für Bildungsarbeit. Das Seminar dauert 90-120 Minuten. <i>Mit Anmeldung.</i>
Mittwoch 8.5. 9 Uhr 7 € (m. eigener Fahrkarte 2 €) Tp: Bhf	S-BAHN-WANDERUNG Rundwanderung von Fürstenfeldbruck über Schöngesing Länge ca. 12 km. Mit kurzer Steigung. Begleitung: Werner Kießling. Gemeinsame Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>
Mittwoch 8.5., 19 Uhr Eintritt frei	Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde Für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Norbert Nieß. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Donnerstag 9.5. 9 Uhr 13 € (Fahrt, Führung) (mit eigener Fahrkarte 8 €) Tp: Bhf	SPAZIERGÄNGE IN MÜNCHEN Reif für die (Isar-) Inseln? Auf einer künstlich angelegten Insel stationierte die österreichische Besatzungsmacht anno 1711 ihre Soldaten in Münchens erster Kaserne. 1925 entstand hier der Sammlungsbau des Deutschen Museums. Auf der Praterinsel eröffnete Anton Gruber 1810 einen Vergnügungsplatz. Von 1867 bis 1988 war die Insel mit dem Namen Riemerschmid verbunden, der hier Fabrikationsanlagen betrieb. Führung: Rudolf Hartbrunner. Gemeinsame Einkehr im Hofbräukeller (wer mag). <i>Mit Anmeldung.</i>
Donnerstag 9.5. 15 – 17 Uhr 5 €	CAFÉ AUSZEIT Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i>
Samstag 11.5. 14 – 16 Uhr Eintritt frei	REPARATUR- CAFÉ Reparieren statt Wegwerfen ist das Motto des Reparatur- Cafés. Nicht mehr funktionierende Geräte können mitgebracht und vor Ort repariert werden. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Montag 13.5. 14.30 Uhr 1 € Vortrag 2 € mit Kaffee 4,60 € mit Kuchen	LICHTBILDERVORTRAG Namibia Das Land mit den höchsten Sanddünen in der Wüste Namib, die Tier- und Pflanzenwelt in der Etosha-Pfanne und die Sehenswürdigkeiten haben uns von Anfang an fasziniert. Begleiten Sie uns auf unserer dreiwöchigen Fahrt durch das ehemalige Deutsch-Südwestafrika. Gudrun und Wolfgang Edlinger zeigen Bilder über Namibia. <i>Mit Anmeldung.</i>

Veranstaltungen → Mai 2019

Montag 13.5. 19.30 Uhr Eintritt frei	Film-Club „Cinema Paradiso“ Monatliche Filme mit Traudl Mandausch und Bernd Becker-Gebhard in gemütlicher Runde mit Wein, Saft, Wasser und Knabberereien. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Dienstag 14.5. 10 Uhr Eintritt frei	Offener Näh- und Handarbeitstreff für Jung und Alt Mit Ruth Bause und Uta Patzelt (Har-danger-Technik). Hier wird gehäkelt, gestrickt und genäht. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Dienstag 14.5. 10 Uhr Eintritt frei	ASZ-Kochgruppe Gemeinsam kochen und essen. Nähere Infos bei Theresia Thiel. Tel. 089/32731530. <i>Mit Anmeldung.</i>
Mittwoch 15.5. 15 Uhr Eintritt frei	Tanztee – Musikcafé Ein beschwingter Nachmittag zum Tanzen, Lauschen, Ratschen, Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Mittwoch 15.5. 16 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN Smartphone-Sprechstunde Schülerinnen und Schüler der Mittelschule Eching stehen bereit, um interessierten Senioren Smartphones zu erklären. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Donnerstag 16.5. 9 Uhr 7 € (mit eigener Fahrkarte 2 €) Tp: Bhf	DIE LÄNGERE WANDERUNG Auf den Hochufern rechts und links der Isar – von Harlaching über Grünwald nach Großhesselohle Länge ca. 15 km. Gemeinsame Einkehr. Begleitung: W. Voepel. <i>Mit Anmeldung.</i>
Freitag 17.5. Abfahrt 12.30 Uhr 15 € (Fahrt) Tp: Untere Hauptstr./Ecke Heidestrasse	Mit großem Bus zur Therme Bad Gögging Kooperation ASZ/MGH und AWO Ortsverband Unterschleißheim. Auch für Nichtschwimmer geeignet. Infos bei Margret Michel, Tel. 089/3102873. Rückfahrt Gögging: 17 Uhr. Eintritt Therme 10 €. Mit Anmeldung bei Frau Michel.

30 Jahre
 „Älter werden
 in Eching
 e.V.“

Freitag 17.5. 18.30 Uhr	Aktionswoche Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales „Zu Hause daheim 2019“. Festakt zum 30-jährigen Bestehen des Vereins „Älter werden in Eching e.V.“ Festrede Frau Staatsministerin Kerstin Schreyer. Vereinsmitglieder haben die Möglichkeit sich eine Eintrittskarte abzuholen (Anzahl begrenzt).
Montag 20.5. 14.30 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN Praktischer Umgang mit Smartphone und Tablet Sie lernen die wesentlichen Einstellungen und Bedienmöglichkeiten von Smartphone und Tablet kennen, erfahren mehr über Apps, den Umgang mit ihrem Telefonbuch, Dateien, Fotos usw. Die Inhalte werden auf den Bedarf der Teilnehmer zugeschnitten. Falls vorhanden, bitte eigene Geräte mitbringen. Einige wenige Geräte können bei Bedarf ausgeliehen werden. Referent: Wolf-Dieter Hille. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Dienstag 21.5. 17 – 18.30 Uhr Eintritt frei	Offener Gesprächskreis für Trauernde Geleitet von einer ausgebildeten ehrenamtlichen Trauerbegleiterin. Anmeldung ist nicht erforderlich, aber wünschenswert über den Hospizverein Freising Tel. 08161/532525
Mittwoch 22.5. 12 Uhr 7 € (inkl. Kaffee/ Wasser)	Echinger kochen für Echinger Gertrud und Manfred Peruzzi kochen ein leckeres Menü. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i>

Veranstaltungen → Mai / Juni 2019

Donnerstag 23.5.
8 Uhr
26 €
(Fahrt, Eintritt, Führungen)
Tp: ASZ

DER BEQUEME AUSFLUG
Mammut-Museum Siegsdorf und Traunstein
Am Vormittag begeben wir uns auf eine Zeitreise im Naturkunde- und Mammut-Museum in Siegsdorf, wo wir in einer Führung Wissenswertes über die Eiszeit erfahren. Mittags kehren wir in Siegsdorf bei der „Alten Post“ ein. Danach geht unsere Fahrt nach Traunstein, dort erhalten wir eine Stadtführung (zwei Varianten: bequem und flott). Im Anschluss kehren wir zum Kaffeetrinken oder einem Bierchen im Bräustüberl in Traunstein ein. *Mit Anmeldung.*

Samstag 25.5.
10 – 15 Uhr
Eintritt frei

Aktionswoche Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales „Zu Hause daheim 2019“
Tag der offenen Tür im Alten Service Zentrum/Mehr Generationen Haus
Information und Beratung rund ums Betreute Wohnen und Vorstellung der Angebote des ASZ/MGH zur Unterstützung im eigenen Haushalt u.a. mit einem Kurzvortrag „Quartierskonzept – das innovative Beispiel Eching“ und Hausführungen. Zum Abschluss gibt es um 15 Uhr ein Platzkonzert des Musikvereins St. Andreas Eching. *Ohne Anmeldung.*

Montag 27.5.
9.15 Uhr
9 €
(mit eigener Fahrkarte 5 €),
Tp: Bhf

RADLTOUR
Wümradweg ab Gauting
Länge ca. 55 km. Hinfahrt mit der S-Bahn. Gemeinsame Einkehr.
Begleitung: Else Diesing. Maximal 10 Teilnehmer. *Mit Anmeldung.*

Dienstag 28.5., 9 Uhr
16 €
(Fahrt, Führung, Verkostung), Tp: ASZ

UNTERWEGS IM LANDKREIS FREISING
Brauereiführung Weihenstephan
Mit den Kleinbussen geht in die älteste Brauerei der Welt. Wir begeben uns auf dem Weg von der Entstehung des Bieres

bis zum Genuss. Es geht durch das Brauereimuseum, durch das Brauhaus. Anschließend gibt es eine Verkostung (jeder erhält ein kleines Weißbierglas als Andenken). Im Anschluss kehren wir im Bräustüberl in Freising zum Mittagessen ein. *Mit Anmeldung.*

Mittwoch 29.5.
15 Uhr
Eintritt frei

ASZ-Bewohner-Stammtisch
Bewirtung: Café Central.
Ohne Anmeldung.

Freitag 31.5.
9.30 Uhr
Eintritt frei

UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN
Treffpunkt Digitalfotografie
Mit Werner Kießling.
Ohne Anmeldung.

Montag 3.6.
9.30 Uhr
Eintritt frei

Besuch der Kindergruppe „Max und Moritz“
Die Kindergruppe Max und Moritz besucht das ASZ/MGH und bringt selbstgebackenen Kuchen mit. Alle Besucher/innen und Bewohner/innen sind herzlich zu Kaffee und Kuchen eingeladen. *Ohne Anmeldung.*

Dienstag 4.6.
10 Uhr
2 €, Tp: ASZ

Radltour nach Alt München
Länge ca. 56 km. Gemeinsame Einkehr. Mit Begleitung.
Mit Anmeldung.

Mittwoch 5.6.
19 Uhr
Eintritt frei

Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde
Für Anfänger und Fortgeschrittene.
Mit Norbert Nieß.
Ohne Anmeldung.

Donnerstag 6.6.
12 Uhr
7 € (inkl. Kaffee/Wasser)

Echinger kochen für Echinger
Frau Katharina Vogt und Frau Ute Sicker kochen ein leckeres Menü für Sie. Essen Sie mit in geselliger Runde.
Mit Anmeldung.

30 Jahre
„Älter werden
in Eching
e.V.“

Veranstaltungen → Juni 2019

<p>Donnerstag 6.6. 15 – 17 Uhr 5 €</p>	<p>CAFÉ AUSZEIT Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i></p>	<p>Donnerstag 13.6. 8.50 Uhr 11 € (mit eigener Fahrkarte 5 €) Tp: Bhf</p>	<p>EXTRARADLTOUR Kreuzstrasse – Gmund – Holzkirchen Länge ca. 55 km. Hinfahrt und Rückfahrt mit der S-Bahn. Gemeinsame Einkehr. Mit Begleitung. Maximal 8 Teilnehmer. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p>Donnerstag 6.6. 19 Uhr Eintritt frei</p>	<p>ECHINGER KREATIVZIRKEL Arbeiten mit Textilien und Wolle <i>Ohne Anmeldung.</i></p>	<p>Donnerstag 13.6. 14.30 Uhr 1 € Vortrag 2 € mit Kaffee 4,60 € mit Kuchen</p>	<p>LICHTBILDERVORTRAG Syrien – nur Steinhaufen und Wüstensand? Tagebuch einer individuellen Reise im März/April 2009 durch ein heute geschundenes Land, kurz vor Ausbruch des Bürgerkriegs. Referent: Gert Graßl. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p>Freitag 7.6. 10 – 12 Uhr Eintritt frei</p>	<p>UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN Mediensprechstunde Sie haben eine Frage zu Fernsehen, Radio, CD- und DVD-Player, Festnetz und Mobiltelefon, Internet, PC, Notebook oder Tablet? Wenn Sie uns vorher informieren, um was es bei Ihrer Frage geht, erhöhen Sie die Chance, dass wir Ihre Fragen beantworten können.</p>	<p>Samstag 15.6. 14 – 16 Uhr Eintritt frei</p>	<p>REPARATUR- CAFÉ Reparieren statt Wegwerfen ist das Motto des Reparatur- Cafés. Nicht mehr funktionierende Geräte können mitgebracht und vor Ort repariert werden. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p>Dienstag 11.6. 10 Uhr Eintritt frei</p>	<p>ASZ-KOCHGRUPPE Gemeinsam kochen und essen Nähere Infos bei Theresia Thiel. Tel. 089/32731530. <i>Mit Anmeldung.</i></p>	<p>Montag 17.6. 14.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p>VORTRAG Das kostbare Gedächtnis und wie wir es erhalten können... Den heiligen Antonius anzurufen, wenn wir wieder mal etwas verlegt haben und nicht mehr finden, kann nur manchmal hilfreich sein... Die Natur liefert uns viele Substanzen, die die Durchblutung im Gehirn erheblich verbessern z.B. ätherische Öle, einheimische und ausländische Pflanzen, Schüssler Salze. Referentin: Sieglinde Schuster-Hiebel, Pro Senior. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p>Dienstag 11.6. 10 Uhr Eintritt frei</p>	<p>Offener Näh- und Handarbeitstreff für Jung und Alt Mit Ruth Bause und Uta Patzelt (Hardanger-Technik). Hier wird gehäkelt, gestrickt und genäht. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>		
<p>Mittwoch 12.6. 17 Uhr 17 € (Fahrt, Eintritt, Führung) (mit eigener Fahrkarte 12 €) Tp:Bhf</p>	<p>SPAZIERGANG IN MÜNCHNER MUSEEN Polizeimuseum München Im Münchner Polizeimuseum erhalten Besucher Informationen über den Beruf und die Geschichte der Münchner Polizei. In einer Führung (ca. 2 Stunden) erfahren wir mehr über die tägliche Arbeit der Münchner Sicherheitsbeamten, historische Kriminalfälle und aktuelle Themen. Ohne Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i></p>		

Veranstaltungen → Juni 2019

<p>Dienstag 18.6. 9 Uhr, 7 € (mit eigener Fahrkarte 2 €), Tp: Bhf</p>	<p>S-BAHN-WANDERUNG Rundwanderung von Aying über Kleinhelfendorf ca. 12 km. Ohne Steigung (und ohne Hund). Begleitung: Werner Kießling. Gemeinsame Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i></p>	<p>Hütte“. Im Anschluss bleibt etwas Zeit, bevor es wieder mit der Bergbahn ins Tal geht. Weiterfahrt zum Arbersee. Dort besteht die Möglichkeit Kaffee zu trinken oder den See zu Fuß zu umrunden. <i>Mit Anmeldung.</i></p>	
<p>Mittwoch 19.6. 15 Uhr Eintritt frei</p>	<p>Tanztee – Musikcafé Ein beschwingter Nachmittag zum Tanzen, Lauschen, Ratschen, Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>	<p>Dienstag 25.6. 17 – 18.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p>Offener Gesprächskreis für Trauernde Geleitet von einer ausgebildeten ehrenamtlichen Trauerbegleiterin. Anmeldung ist nicht erforderlich, aber wünschenswert über den Hospizverein Freising Tel. 08161/532525</p>
<p>Mittwoch 19.6. 16 Uhr Eintritt frei</p>	<p>UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN Smartphone-Sprechstunde Schülerinnen und Schüler der Mittelschule Eching stehen bereit, um interessierten Senioren Smartphones zu erklären. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>	<p>Mittwoch 26.6., 15 Uhr Eintritt frei</p>	<p>ASZ-Bewohner-Stammtisch Bewirtung/Ort: Café Central. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p>Freitag 21.6. Abfahrt 12.30 Uhr 15 € (Fahrt) Tp: Untere Hauptstr./Ecke Heidestr.</p>	<p>Mit großem Bus zur Therme Bad Gögging Kooperation ASZ/MGH und AWO Ortsverband Unterschleißheim. Auch für Nichtschwimmer geeignet. Infos bei Margret Michel, Tel. 089/3102873. Rückfahrt Gögging: 17 Uhr. Eintritt Therme 10 €. <i>Mit Anmeldung bei Frau Michel.</i></p>	<p>Donnerstag 27.6. 14.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p>UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN Tablets zum Anfassen Alle Interessierte, die sich überlegen ein Tablet anzuschaffen, können hier Geräte ausprobieren. Außerdem wird darüber gesprochen, welche Punkte bei der Entscheidung für ein bestimmtes Gerät bedacht werden sollten.</p>
<p>Montag 24.6. 19 Uhr</p>	<p>Mitgliederversammlung des Vereins „Älter werden in Eching“ Mit Neuwahl der Vorstandschaft. Alle Mitglieder des Vereins sind herzlich eingeladen. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>	<p>Donnerstag 27.6. 15 – 17 Uhr 5 €</p>	<p>CAFÉ AUSZEIT Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p>Dienstag 25.6. 7.30 Uhr 33 € (Fahrt, Berg-/Talfahrt, Führung) Tp: ASZ</p>	<p>DER BEQUEME AUSFLUG Der Große Arber – ein Ausflug um und auf den Berg (barrierefrei) Unser Ausflug führt uns in den Bayerischen Wald zum Großen Arber. Dort besichtigen wir im Rahmen einer Führung die Arber-Bergbahn-Anlage. Danach geht es mit den 6er-Gondeln auf den Berg. Einkehr zum Mittagessen in die „Einsteiner</p>	<p>Donnerstag 27.6. 19.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p>Film-Club „Cinema Paradiso“ Monatliche Filme mit Traudl Mandausch und Bernd Becker-Gebhard in gemütlicher Runde mit Wein, Saft, Wasser und Knabbereien. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
		<p>Freitag 28.6. 11 Uhr 2 €, Tp: ASZ</p>	<p>Gemütliche Radltour nach Amperpettenbach Länge ca. 30 km. Gemeinsame Einkehr. Begleitung: Else Diesing. <i>Mit Anmeldung.</i></p>

Kurse und Treffs → wöchentlich

Montag

8.30 – 9.45 Uhr
à 2 €
BRK – Bewegung am Morgen
Senioren-Gymnastik
Frau Graetz, Frau Tschuk,
ab 11.3., 6x
Tel. 089/3291311, 089/3191173

10 – 11 Uhr
5 € / Monat
BRK – Gymnastik im Sitzen
Gymnastik „auf die sanfte Art“
Fr. Graetz, Tel. 089/3291311,
ab 6.5., 6x

10 – 11 Uhr
à 3 €
Offenes Singen „Chor Silberklang“
Für jeden, der gern singt oder zuhört.
Leitung: Kayao Katsuta-Grandy
06.5. / 13.5. / 20.5. / 24.6.

15 Uhr
Eintritt frei
Schafkopf im Stüberl
Nachbarschaftshilfe Eching

15 Uhr
Eintritt frei
Offener Spieletreff im ASZ
Eingeladen sind alle, die Lust an
Brettspielen, Kartenspielen etc. haben

18 Uhr
Ausgleichsgymnastik BRK Dietersheim
Frau Nagl,
Tel. 089/3203676

19 Uhr
Eintritt frei
Schafkopfrunde

Dienstag

9 Uhr
31,20 €
Englisch für Fortgeschrittene *
Frau Gaube-Simon,
ab 7.5., 6x

10.30 Uhr
31,20 €
English conversation *
Für alle geeignet, die keine Anfänger
sind. Frau Gaube-Simon,
ab 7.5., 6x

13.30 – 16.30 Uhr
à 2,50 €
Offene Kegelgruppe
Im Gasthaus Gumberger, Neufahrn.
Fahrgemeinschaften sind möglich.
Auch in den Schulferien.
Franz Wittmann, Tel. 089/3194593
Zur Zeit sind leider keine Neuaufnahmen möglich.

14 – 17 Uhr
Auch in den
Schulferien
Material-
kosten
Offene Mosaikwerkstatt
Mit Asylbewerbern und Einheimischen
im Werkraum des ASZ. Es werden
dekorative Gartensäulen mit Mosaik
aus Scherben von Wandfliesen und
Keramikgeschirr oder sonstigem „Krim-
krams“ hergestellt; es können auch
eigene Gegenstände, wie Blumentöpfe,
Flaschen u.v.m. verziert werden.
Vorkenntnisse nicht erforderlich, nur
Freude am Gestalten. Anleitung:
Margret Lösch. *Ohne Anmeldung.*

15 Uhr
Eintritt frei
Offene Bridgegruppe
Mit Paul Günther

17 – 18.15 Uhr
30 €
Gymnastik für Herren *
Ina Gürke, ab 7.5. 6x

13.30 und 14.45 Uhr
BRK-Seniorengymnastik im ASZ
Anmeldung: Frau Pfeiffer,
Frau Schneider,
Tel. 089/3192853, 089/3192774,
ab 7.5., 6x

Kurse und Treffs → wöchentlich

Mittwoch

9 – 12 Uhr
à 10 €
Offene Töpferwerkstatt
Für Anfänger und Fortgeschrittene
Heide Prötel,
ab 8.5., 6x

9 – 10 Uhr
34,20 €
Muskelaufbau *
Kräftigen und Dehnen der Muskulatur
für Damen und Herren. In Zusammen-
arbeit mit Praxis Setzwein,
ab 8.5., 6x

**10 –
10.30 Uhr**
**10.30 –
11 Uhr**
35,40 €
Wassergymnastik im ASZ *
Bad: 30° – 32°.
Leitung Physiotherapeut,
ab 8.5., 6x

Ab 15 Uhr
Eintritt frei
Skatrunde für Damen
Information bei Frau Seifarth,
Tel. 089/31200422

14 – 16 Uhr
24,80 €
Malkurs *
Mit Ischy Kampa.
Für Anfänger und Fortgeschrittene.
8. / 22.5., 12. / 26.6.

**14 –
15.30 Uhr**
31,20 €
**Sanftes Yoga für Seniorinnen
und Senioren ***
Gisela Carstens, Yogalehrerin,
ab 8.5., 6x

15 Uhr
Eintritt frei
Skatrunde für Herren
Anmeldung bei Dr. Lösch,
Tel. 089/3192670

Donnerstag

**9 –
9.30 Uhr**
**9.30 –
10 Uhr**
**15 –
15.30 Uhr**
**15.30 –
16 Uhr**
35,40 €
Wassergymnastik im ASZ *
Bad: 30° – 32°.
Leitung Physiotherapeut,
ab 2.5., 6x

14 Uhr
Eintritt frei
ASZ – Schachgruppe
Näheres bei Helga Kaufmann,
Tel. 089/97893308

Freitag

Eching ab:
9 Uhr
Gymnastik:
**9.45 –
10.15 Uhr**
Abfahrt Bad:
11.15 Uhr
à 2 €
(Fahrt)
Wassergymnastik/Schwimmen *
Im Hallenbad Neufahrn.
Frau Pfeiffer,
Tel. 089/37979080
Zur Zeit leider keine Neuaufnahmen möglich.

*

Um Anmeldung im ASZ wird gebeten.

Kurse finden nicht in den Schulferien statt.
Schnupperstunde zum Kennenlernen ist möglich.
Bitte bei der Anmeldung am Empfang Bescheid sagen.

Anmeldung

→ zu den Veranstaltungen Mai / Juni 2019

Um die Wartezeit bei der Anmeldung abzukürzen, bitten wir um **schriftliche Anmeldung** zu den Einzelveranstaltungen.

Spätestens eine Woche vor der Anmeldung liegt im ASZ/MGH ein eigenes Anmeldeformular aus, das dann ausgefüllt am Anmeldetag abgegeben werden kann.

Ab Montag, 29. April 2019, 9 Uhr können Sie Ihre Anmeldung persönlich abgeben.

Ihre Wünsche werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet. Am Nachmittag teilen wir auf Anfrage mit, an welchen Veranstaltungen Sie teilnehmen können.

Ab 14 Uhr und allen folgenden Tagen nehmen wir auch telefonische, elektronische oder persönliche Anmeldungen entgegen.

Die Kosten für Veranstaltungen, die vom Teilnehmer am Veranstaltungstag abgesagt werden (Ausnahme: Wanderungen und Radtouren) können leider nicht erstattet werden.

Wir bitten um Verständnis, dass bei Absagen zuerst die Damen und Herren auf der Warteliste berücksichtigt werden. Freie Plätze können daher nicht direkt weitergegeben werden.

→ zu den wöchentlichen Kursen und Treffs

Die Anmeldung zu den wöchentlichen Kursen und Treffs ist **sofort nach Erscheinen** des Programms möglich.

Letzte Anmeldemöglichkeit ist Montag, der 29. April 2019.

Sollten bis dahin nicht genügend Anmeldungen eingegangen sein, müssen wir die Kurse leider absagen.

Für Kurse werden zunächst die Teilnehmer berücksichtigt, die den vorangegangenen Kurs besucht haben. Freie Plätze werden nach Reihenfolge des Eingangs vergeben. Sollte ein Kurs ausgebucht sein, werden Wartelisten geführt, um gegebenenfalls einen neuen Kurs einzurichten.

Anmeldungen für Kurse sind nur für die gesamte Kursdauer möglich.

Eine Zahlung der Kurse ist auch per Überweisung möglich:

Sparkasse Eching
IBAN: DE18 7005 1003 0000 1112 78
BIC: BYLADEM1FSI

Freisinger Bank eG
IBAN: DE33 7016 9614 0005 7825 11
BIC: GENODEF1FSR

ASZ – Alten Service Zentrum
MGH – Mehr Generationen Haus

ADRESSE

Älter werden in Eching e.V.
Bahnhofstraße 4
85386 Eching

KONTAKT

Telefon: 089/327142-0
E-Mail: info@asz-eching.de
www.asz-eching.de

BÜROZEITEN

Montag – Freitag → 9 – 12 Uhr
Montag – Donnerstag → 13 – 16 Uhr
(und nach Vereinbarung)

INTERNET-CAFE

Dienstag 9 – 11 Uhr
Donnerstag 10 – 12 Uhr