

ASZ/MGH Eching

# Programm

## März

## April

## 2020

### Veranstaltungen

→ März / April 2020

### 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 März und April 2020 wieder ein interessantes Programm bieten zu können. Alle Informationen rund um die Anmeldung erhalten Sie auf den letzten Seiten. Sollten Sie die Angebote des Alten Service Zentrums/Mehr Generationen Hauses unterstützen wollen, können Sie für einen Mitgliedsbeitrag von 20 € pro Jahr dem Verein „Älter werden in Eching“ e.V. beitreten. Beitrittserklärungen erhalten Sie im ASZ/MGH oder auf unserer Internetseite [www.asz-eching.de](http://www.asz-eching.de).

Die Mitarbeiterinnen und  
Mitarbeiter des ASZ/MGH



## Veranstaltungen → März 2020

<b>Mittwoch</b> <b>4.3.</b> 13 Uhr 17 € (Fahrt, Eintritt, Füh- rung),Tp: ASZ	GEMÄLDEGALERIE DACHAU <b>Philipp Röth – Ein Romantiker unter den Landschaftsmalern</b> Durch die Ausstellung führt Bettina Best. Ohne Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>4.3.</b> 19 Uhr Eintritt frei	<b>Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde</b> Für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Norbert Nieß. <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>4.3.</b> 19.30 Uhr Eintritt frei	<b>Film-Club „Cinema Paradiso“</b> Monatliche Filme mit Traudl Mandausch und Bernd Becker-Gebhard in gemütli- cher Runde mit Wein, Saft, Wasser und Knabbereien. Gezeigt wird der Film „Früchte des Zorns“. <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Donnerstag</b> <b>5.3.</b> 15 – 17 Uhr 5 €	CAFÉ AUSZEIT <b>Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz</b> Ursula Schramm gestaltet einen anre- genden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Freitag</b> <b>6.3.</b> 10 – 12 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN <b>Mediensprechstunde</b> Sie haben eine Frage zu Fernsehen, Radio, CD- / DVD-Player, Festnetz, Mo- biltelefon, Internet, PC, Notebook oder Tablet? <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Samstag</b> <b>7.3.</b> 14 – 18 Uhr Eintritt frei Tp: ASZ Foyer	<b>Spinn- und Handarbeitstreffen</b> Alle, die am Handarbeiten Freude haben, sind herzlich eingeladen. Informationen bei Frau Saller, Tel. 0170/7768232. <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Samstag</b> <b>7.3.</b> 14 – 16 Uhr Eintritt frei	REPARATUR-CAFÉ <b>Reparieren statt Wegwerfen</b> ist das Motto des Reparatur-Cafés. Nicht mehr funktionierende Geräte können mitgebracht und vor Ort repariert werden. <i>Ohne Anmeldung.</i>

<p><b>Dienstag</b> <b>10.3.</b> 10 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Offener Näh- und Handarbeitstreff für Jung und Alt</b> Mit Ruth Bause und Uta Patzelt (Hardanger-Technik). Hier wird gehäkelt, gestrickt und genäht. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>11.3.</b> 8 Uhr 31 € (Fahrt, Eintritt, Führungen) Tp: ASZ</p>	<p>DER BEQUEME AUSFLUG <b>Museum Brot und Kunst in Ulm, Führung Ulmer Münster</b> Vormittags Führung über die Bedeutung von Getreide und Brot für die kulturelle Entwicklung der Menschheit. Mittags Einkehr im Gasthaus „Drei Kannen“. Danach Führung im Ulmer Münster. Anschließend Kaffeetrinken im „Café Tröglen“. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Donnerstag</b> <b>12.3.</b> 12 Uhr 7 € (inkl. Wasser und Kaffee)</p>	<p><b>Echinger kochen für Echinger</b> Monika und Siegfried Freinberger kochen gefüllte Tomaten, russischen Eintopf Borschtsch und Blätterteigschnitten. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Donnerstag</b> <b>12.3.</b> 19 Uhr Eintritt frei</p>	<p>ECHINGER KREATIVZIRKEL <b>Arbeiten mit Textilien und Wolle</b> <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Montag</b> <b>16.3.</b> 13.45 Uhr 3 € (Fahrt) Tp: ASZ</p>	<p>THEMA PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT <b>Pichlmayr Senioren-Zentrum Neufahrn</b> Infoveranstaltung und Besichtigung. Wissenswertes über den Heimaltag. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Dienstag</b> <b>17.3.</b> 9 Uhr 19 € (Fahrt, Eintritt, Führung) (mit eigener Fahrkarte 14 €) Tp. Bhf</p>	<p>SPAZIERGÄNGE IN MÜNCHNER MUSEEN <b>Bayerisches Nationalmuseum – Barocksammlung</b> Im Zeitalter des Barocks war Macht und Pracht untrennbar miteinander verbunden. Führung: Bettina Best. Gemeinsame Einkehr (wer mag). <i>Mit Anmeldung.</i></p>

## Veranstaltungen → März 2020

<b>Dienstag</b> <b>17.3.</b> 10 Uhr Eintritt frei	<b>ASZ-Kochgruppe</b> Gemeinsam kochen und essen. Nähere Infos bei Theresia Thiel. Tel. 089/32731530. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Dienstag</b> <b>17.3.</b> 17 – 18.30 Uhr Eintritt frei	<b>Offener Gesprächskreis für Trauernde</b> Geleitet von einer ausgebildeten ehrenamtlichen Trauerbegleiterin. Anmeldung ist nicht erforderlich, aber wünschenswert über den Hospizverein Freising Tel. 08161/532525.
<b>Mittwoch</b> <b>18.3.</b> 9 Uhr 7 € (mit eigener Fahrkarte 2€), Tp: Bhf	S-BAHN-WANDERUNG <b>Wanderung von Ebersberg über Elkofen nach Grafing Bahnhof</b> Länge ca. 12 km. Wenig Steigung. Begleitung: Werner Kießling. Gemeinsame Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>18.3.</b> 15 Uhr Eintritt frei	<b>Kaffeeklatsch mit Musik</b> Ein beschwingter Nachmittag zum Tanzen, Lauschen, Ratschen, Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>18.3.</b> 16 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN <b>Smartphone-Sprechstunde</b> Schülerinnen und Schüler der Mittelschule Eching stehen bereit, um interessierten Senioren Smartphones zu erklären. <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Donnerstag</b> <b>19.3.</b> 14.30 Uhr 1 € Vortrag 2 € mit Kaffee 4,60 € mit Kuchen	BILDERVORTRAG <b>Radtour 2019 auf dem Kocher-Jagst-Weg</b> Am 18.6. startete unsere Radlgruppe des ASZ in Crailsheim nach Bad Wimpfen. Edith Gässler zeigt Bilder von der Tour. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Donnerstag</b> <b>19.3.</b> 15 – 17 Uhr 5 €	CAFÉ AUSZEIT <b>Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz</b> Mit Ursula Schramm. <i>Mit Anmeldung.</i>

<p><b>Donnerstag</b> <b>19.3.</b> 15 – 16.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Gruppe für pflegende Angehörige</b> In einem ungezwungenen Rahmen haben Sie Gelegenheit zum Austausch mit Gleichgesinnten und erhalten fachliche Informationen. Leitung: Barbara Hammrich. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Freitag</b> <b>20.3.</b> 10 – 11.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Lesekreis</b> Für alle die gerne Bücher lesen und darüber sprechen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Freitag</b> <b>20.3.</b> Abfahrt 12.30 Uhr 17 € (Fahrt) Tp: Untere Hauptstr./Ecke Heidestrasse</p>	<p><b>Mit dem Bus zur Therme Bad Gögging</b> Auch für Nichtschwimmer geeignet. Infos bei Margret Michel, Tel. 089 / 3102873. Rückfahrt Gögging: 17 Uhr. Eintritt Therme 11 €. <i>Mit Anmeldung bei Frau Michel.</i></p>
<p><b>Samstag</b> <b>21.3.</b> 15 Uhr Einlass 14.30 Uhr Eintritt frei ASZ-Saal</p>	<p><b>15 Jahre Après-Midi-Musiknachmittag mit Echinger Musikgruppen</b> Die ASZ-Chorgemeinschaft „Silberklang“ lädt Sie zum Jubiläumskonzert ein. Leitung: Kayao Katsuta-Grandy. <i>Mit Anmeldung, Abholung Eintrittskarte.</i></p>
<p><b>Montag</b> <b>23.3.</b> 9 Uhr</p>	<p><b>Dreiländereck Deutschland – Frankreich – Schweiz</b> ASZ Reise von Freitag 25.9. bis Mittwoch 30.9.2020. Ausgangspunkt für unsere Ausflüge ist Colmar. Bitte beachten Sie das Reiseprogramm. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Montag</b> <b>23.3.</b> 14.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p>VORTRAG <b>Informationen über die Leistungen der Pflegeversicherung für Pflegebedürftige und Angehörige</b> Referentin: Martina Bilic, Pflegeberaterin AOK Freising. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>

Erster Anmelde-tag zur ASZ-Reise

## Veranstaltungen → März / April 2020

<p><b>Mittwoch</b> <b>25.3.</b> 9.15 Uhr 3 € (Fahrt) Tp: ASZ</p>	<p>MIT BUS UND TRAM SICHER ANS ZIEL <b>Ein Mobilitätstraining der Münchner Verkehrsgesellschaft (MVG) für Seniorinnen und Senioren</b> Das Mobilitätstraining mit Busfahrer und Bewegungstrainerin trägt dazu bei, dass Sie sicher und selbstständig am öffentlichen Nahverkehr teilnehmen: zu Fuß, mit Rollator oder Rollstuhl, abgestimmt auf Ihre ganz persönlichen Möglichkeiten. Durchführung: Wolfgang Ermer (MVG), Isabella Maria Weiss. Ohne Einkehr. Dauer ca. 2,5 Stunden. <i>Anmeldung ab sofort.</i></p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>25.3.</b> 14.30 Uhr 1 € Lesung 2 € mit Kaffee, 4,60 € mit Kuchen</p>	<p><b>Heitere Lesung mit Geschichten von Eugen Roth</b> Lauschen Sie Gedichten und Geschichten des deutschen Lyrikers Eugen Roth. Mit seinen heiter-nachdenklichen „Ein Mensch“-Gedichten und Erzählungen gehört er zu den meistgelesenen Lyrikern im deutschsprachigen Raum. Es liest Katharina Vogt. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>25.3.</b> 15 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>ASZ-Bewohner-Stammtisch</b> Bewirtung: Café Central. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Freitag</b> <b>27.3.</b> 9.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p>UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN <b>Treffpunkt Digitalfotografie</b> Mit Werner Kießling. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Freitag</b> <b>27.3</b> 18 Uhr</p>	<p>VERNISSAGE <b>Baum-Geheimnisse – Geheimnis Baum</b> Fasziniert von Begegnungen mit Bäumen in der Natur hält Doris A. Benz „Baumwesen“ mit der Kamera fest. Die Ausstellung ist bis zum 7.Juni 2020 im Foyer des ASZ zu sehen. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>



<p><b>Sonntag</b> <b>29.3.</b> 11 Uhr 15 € Herkules- saal</p>	<p>KAMMERPHILHARMONIE DA CAPO <b>Matinée der Virtuosen</b> Mit Werken u.a. von Saverio Mercadante, Ludwig van Beethoven und Pjotr Iljitsch Tschaikowski. Kartenbestellung am 9.3. Dirigent: Joshua Zona. Anfahrt individuell. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>1.4.</b> 12 Uhr 7 € (inkl. Kaffee/ Wasser)</p>	<p><b>Echinger kochen für Echinger</b> Gertrud Wucherpfennig und Veronika Zeindl kochen Grießnockerlsuppe, Hackbraten mit Beilagen und Birne Helene. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>1.4</b> 19 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde</b> Für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Norbert Nieß. <i>Ohne Anmeldung</i></p>
<p><b>Donnerstag</b> <b>2.4.</b> 15 – 17 Uhr 5 €</p>	<p>CAFÉ AUSZEIT <b>Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz</b> Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Freitag</b> <b>3.4.</b> 10 – 12 Uhr Eintritt frei</p>	<p>UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN <b>Mediensprechstunde</b> Sie haben eine Frage zu Fernsehen, Radio, CD-/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. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Samstag</b> <b>4.4.</b> 14 – 18 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Spinn- und Handarbeitstreffen</b> Alle, die am Handarbeiten Freude haben, sind herzlich eingeladen. Informationen bei Frau Saller, Tel. 0170/7768232. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>

## Veranstaltungen → April 2020

<b>Samstag</b> <b>4.4.</b> 14.30 Uhr 3 € Theater 4 € m. Kaffee 6,60 € mit Kuchen	<b>Theatercafé im ASZ – 1. Vorstellung</b> Die Theatergruppe des ASZ zeigt „Ferdinand ist weg“ von Konny Konrad. Regie: Sigi Weissthanner. Musikalische Begleitung: Harthofer Saitenmusik. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Montag</b> <b>6.4.</b> 14.30 Uhr 3 € Theater 4 € m. Kaffee 6,60€ mit Kuchen	<b>Theatercafé im ASZ – 2. Vorstellung</b> Die Theatergruppe des ASZ zeigt „Ferdinand ist weg“ von Konny Konrad. Regie: Sigi Weissthanner. Musikalische Begleitung: Harthofer Saitenmusik. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Dienstag</b> <b>7.4.</b> 7.30 Uhr 24 € (Fahrt, Führung) Tp: ASZ	<b>DER BEQUEME AUSFLUG</b> <b>Fahrt zu den beeindruckten Osterbrunnen der fränkischen Schweiz</b> Über Forchheim geht es zu einer Vielzahl von Osterbrunnen, u.a. auch zum größten der Welt! Während der Fahrt sowie bei kurzen Stopps erhalten wir Informationen über Ostern, die Entstehung der Tradition der Osterbrunnen, Geschichte, Land und Leute. Mittags kehren wir im Gasthof „Lahner“ in Veilbronn ein. Unsere Fahrt endet wieder in Forchheim, wo wir uns noch etwas die Füße vertreten können oder in einem der Cafés der hübschen Altstadt Kaffeetrinken können. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>8.4.</b> 11 Uhr 2 €, Tp: ASZ	<b>Gemütliche Radltour nach Hochbrück</b> Länge ca. 30 km. Gemeinsame Einkehr. Mit Begleitung. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>8.4.</b> 19.30 Uhr Eintritt frei	<b>Film-Club „Cinema Paradiso“</b> Monatliche Filme mit Traudl Mandausch und Bernd Becker-Gebhard in gemütlicher Runde mit Wein, Saft, Wasser und Knabbereien. <i>Ohne Anmeldung.</i>

<p><b>Donnerstag</b> <b>9.4.</b> 19 Uhr Eintritt frei</p>	<p>ECHINGER KREATIVZIRKEL <b>Arbeiten mit Textilien und Wolle</b> <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Dienstag</b> <b>14.4.</b> 10 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Offener Näh- und Handarbeitstreff für Jung und Alt</b> Mit Ruth Bause und Uta Patzelt (Hardanger-Technik). Hier wird gehäkelt, gestrickt und genäht. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>15.4.</b> 15 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Kaffeeklatsch mit Musik</b> Ein beschwingter Nachmittag zum Tanzen, Lauschen, Ratschen, Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Freitag</b> <b>17.4.</b> 9 Uhr 5 €</p>	<p><b>Osterfrühstück</b> Zum traditionellen nachösterlichen Frühstück laden wir herzlich ein. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Freitag</b> <b>17.4.</b> Abfahrt 12.30 Uhr 17 € (Fahrt) Tp: Untere Hauptstr./Ecke Heidestrasse</p>	<p><b>Mit großem Bus zur Therme Bad Gögging</b> Auch für Nichtschwimmer geeignet. Infos bei Margret Michel, Tel. 089 / 3102873. Rückfahrt Gögging: 17 Uhr. Eintritt Therme 11 €. <i>Mit Anmeldung bei Frau Michel.</i></p>
<p><b>Samstag</b> <b>18.4.</b> 14 – 16 Uhr Eintritt frei</p>	<p>REPARATUR- CAFÉ <b>Reparieren statt Wegwerfen</b> ist das Motto des Reparatur- Cafés. Nicht mehr funktionierende Geräte können mitgebracht und vor Ort repariert werden. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Dienstag</b> <b>21.4.</b> 10 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>ASZ-Kochgruppe</b> Gemeinsam kochen und essen. Nähere Infos bei Theresia Thiel. Tel. 089/32731530. <i>Mit Anmeldung.</i></p>

## Veranstaltungen → April 2020

<b>Dienstag</b> <b>21.4.</b> 17 – 18.30 Uhr Eintritt frei	<b>Offener Gesprächskreis für Trauernde</b> Geleitet von einer ausgebildeten ehrenamtlichen Trauerbegleiterin. Anmeldung ist nicht erforderlich, aber wünschenswert über den Hospizverein Freising Tel. 08161/532525.
<b>Mittwoch</b> <b>22.4.</b> 14.30 Uhr Eintritt frei	MUSIK IM ASZ <b>Live Music Now</b> Junge Musiker spielen im Auftrag der Yehudi Menuhin Stiftung. Das Programm entnehmen Sie bitte der Tagespresse sowie dem Aushang im ASZ/MGH. <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>22.4.</b> 16 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN <b>Smartphone-Sprechstunde</b> Schülerinnen und Schüler der Mittelschule Eching stehen bereit, um interessierten Senioren Smartphones zu erklären. <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Donnerstag</b> <b>23.4.</b> 9 Uhr 7 € (mit eigener Fahrkarte 2€), Tp: Bhf	S-BAHN-WANDERUNG <b>Wanderung von Aying über Münster nach Glonn</b> Länge ca. 12 km. Wenig Steigung. Begleitung: Werner Kießling. Gemeinsame Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>23.4.</b> 10 Uhr 2 €, Tp: ASZ	<b>Radltour ins Finsinger Moos</b> Länge ca. 50 km. Gemeinsame Einkehr. Mit Begleitung. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Donnerstag</b> <b>23.4.</b> 15 – 17 Uhr 5 €	CAFÉ AUSZEIT <b>Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz</b> Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Freitag</b> <b>24.4.</b> 10–11.30 Uhr Eintritt frei	<b>Lesekreis</b> Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. <i>Ohne Anmeldung.</i>

<p><b>Sonntag</b> <b>26.4.</b> 11Uhr 15 € Herkules- saal</p>	<p>KAMMERPHILHARMONIE DA CAPO <b>Matinée der Meiserwerke – Junge Solisten</b> Mit Werken u.a. von Ludwig van Bee- thoven, Max Bruch, Robert Schumann. Kartenbestellung am 6.4. Dirigent: Franz Schottky. Anfahrt individuell. <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Montag</b> <b>27.4.</b> 14.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p>VORTRAG <b>Blickpunkt Auge. Rat und Hilfe bei Sehverlust</b> Stefanie Freitag vom Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbund e.V., berät betroffene Personen und deren Angehörige. Infos über das Angebot „Blickpunkt Auge“, die häufigsten Augenerkrankungen, Beantwortung individueller Fragen. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Dienstag</b> <b>28.4.</b> 9 Uhr 13 € (Fahrt, Führung) (mit eigener Fahrkarte 8 €) Tp: Bhf</p>	<p>SPAZIERGÄNGE IN MÜNCHEN <b>Maximiliansanlagen – vom Nicolai- Kircherl am Gasteig zur Georgskirche in Bogenhausen</b> Führung: Rudolf Hartbrunner. Gemeinsame Einkehr (wer mag). <i>Mit Anmeldung.</i></p>
<p><b>Dienstag</b> <b>28.4.</b> 9.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Besuch der Kindergruppe „Max und Moritz“</b> Die Kindergruppe besucht das ASZ/ MGH und bringt selbstgebackenen Kuchen mit. Alle sind herzlich dazu eingeladen. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>29.4.</b> 15 Uhr</p>	<p><b>ASZ-Bewohner-Stammtisch</b> Bewirtung: Café Central. Eintritt frei. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>29.4.</b> 18 Uhr</p>	<p><b>Einladung für alle ehrenamtlichen Hel- ferinnen und Helfer des ASZ / MGH</b> Einladung ergeht gesondert. <i>Mit Anmeldung.</i></p>

## Kurse und Treffs → wöchentlich

### Montag

<b>8.30 – 9.45 Uhr</b> à 2 €	<b>BRK – Bewegung am Morgen</b> Senioren-Gymnastik Frau Graetz, Frau Tschuk, ab 2.3., 7x Tel. 089/3291311, 089/3191173
<b>10 – 11 Uhr</b> 5 € / Monat	<b>BRK – Gymnastik im Sitzen</b> Gymnastik „auf die sanfte Art“ Fr. Graetz, Tel. 089/3291311, ab 2.3., 7x
<b>10 – 11.15 Uhr</b> à 3 €	<b>Offenes Singen „Chor Silberklang“</b> Für jeden, der gern singt oder zuhört. Leitung: Kayao Katsuta-Grandy 2.3. / 9.3. / 16.3. / 20.4. / 27.4.
<b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Schafkopf im Stüberl</b> Nachbarschaftshilfe Eching
<b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Offener Spieletreff im ASZ</b> Eingeladen sind alle, die Lust an Brettspielen, Kartenspielen etc. haben
<b>17.45 Uhr</b>	<b>Ausgleichsgymnastik BRK Dietersheim</b> Frau Nagl, Tel. 089/3203676
<b>19 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Schafkopfrunde</b>

## Dienstag

<b>9 Uhr</b> 36,40 €	<b>Englisch für Fortgeschrittene *</b> Frau Gaube-Simon, ab 3.3., 7x
<b>10.30 Uhr</b> 36,40 €	<b>English conversation *</b> Für alle geeignet, die keine Anfänger sind. Frau Gaube-Simon, ab 3.3., 7x
<b>13.30 – 16.30 Uhr</b> á 3 €	<b>Offene Kegelgruppe</b> Im Gasthaus Gumberger, Neufahrn. Fahrgemeinschaften sind möglich. Auch in den Schulferien. Franz Wittmann, Tel. 089/3194593
<b>13.30 und 14.45 Uhr</b>	<b>BRK-Seniorengymnastik im ASZ</b> Anmeldung: Frau Pfeiffer, Frau Schneider, Tel. 089/3192853, 089/3192774, ab 3.3., 7x
<b>14 – 17 Uhr</b> Auch in den Schulferien Material- kosten	<b>Offene Mosaikwerkstatt</b> 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 Blumentöp- fe, Flaschen u.v.m. verziert werden. Vorkenntnisse nicht erforderlich, nur Freude am Gestalten. Anleitung: Margret Lösch. <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Offene Bridgegruppe</b> Mit Paul Günther
<b>17 – 18.15 Uhr</b> 35 €	<b>Gymnastik für Herren *</b> Ina Gürke, ab 3.3., 7x

## Kurse und Treffs → wöchentlich

### Mittwoch

<b>9 – 12 Uhr</b> à 10 €	<b>Offene Töpferwerkstatt</b> Für Anfänger und Fortgeschrittene Heide Prötel, ab 4.3., 7x
<b>9 – 10 Uhr</b> 39,90 €	<b>Muskelaufbau *</b> Kräftigen und Dehnen der Muskulatur für Damen und Herren. In Zusammen- arbeit mit Praxis Setzwein, ab 4.3., 7x
<b>10 – 10.30 Uhr</b> <b>10.30 – 11 Uhr</b> 41,30 €	<b>Wassergymnastik im ASZ *</b> Bad: 30° – 32°. Leitung Physiotherapeut, ab 4.3., 7x
<b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Skatrunde für Damen</b> Information bei Frau Seifarth, Tel. 089/31200422
<b>14 – 16 Uhr</b> 24,80 €	<b>Malkurs *</b> Mit Ischy Kampa. Für Anfänger und Fortgeschrittene. 11. / 25.3., 8. / 22.4.
<b>14 – 15.30 Uhr</b> 36,40 €	<b>Sanftes Yoga für Seniorinnen und Senioren *</b> Gisela Carstens, Yogalehrerin, ab 4.3., 7x
<b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Skatrunde für Herren</b> Anmeldung bei Dr. Lösch, Tel. 089/3192670



## Donnerstag

**9 – 9.30 Uhr**  
**9.30 – 10 Uhr**  
**15 – 15.30 Uhr**  
41,30 €

**Wassergymnastik im ASZ \***  
Bad: 30° – 32°.  
Leitung Physiotherapeut,  
ab 5.3., 7x

---

**14 Uhr**  
Eintritt frei

**ASZ – Schachgruppe**

## 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  
März / April 2020

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.**

**Donnerstag, 27. Februar 2020, 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. Es können maximal 2 Personen angemeldet werden.

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 Donnerstag, der 27. Februar 2020.**

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 Freising  
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](mailto:info@asz-eching.de)  
[www.asz-eching.de](http://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