

ASZ/MGH Eching

Programm September Oktober 2020

Veranstaltungen

→ September / Oktober 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 September und Oktober 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.

Wichtig: Bei allen unseren Veranstaltungen ist die Teilnehmerzahl begrenzt, dies gilt auch für Veranstaltungen, wo keine Anmeldung erforderlich ist!

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des ASZ/MGH



Veranstaltungen → September 2020

Dienstag 1.9. 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 Knabbereien. Sie sehen den Film „Die letzte Sau“. <i>Ohne Anmeldung.</i>	Dienstag 8.9. 10 Uhr Eintritt frei	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>
Mittwoch 2.9. 8.30 Uhr 10 € (Fahrt), Tp: ASZ	VORALPENWANDERUNG Rundwanderung Amerang und Höslwang ca. 11 km, leichte Steigungen. Begleitung: Werner Kießling. Gemeinsame Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>	Dienstag 8.9. 10 Uhr Eintritt frei	ASZ-Kochgruppe Gemeinsam kochen und essen. Nähere Infos bei Theresia Thiel. Tel. 089/32731530. <i>Mit Anmeldung.</i>
Mittwoch 2.9. 19 Uhr Eintritt frei	Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde Für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Norbert Nieß. <i>Ohne Anmeldung.</i>	Mittwoch 9.9. 13.30 Uhr 5 € (Fahrt, Parkgebühr) Tp: ASZ	NATURFÜHRUNG Überblicksführung über die Panzerwiese Mit den Kleinbussen geht es in Richtung Panzerwiese. Nach einem Überblick über das Natura 2000-Gebiet Heideflächen und Lohwälder nördlich von München wird der Gebietsbetreuer Tobias Maier den Lebensraum anhand einiger charakteristischer Landschaftselemente, Pflanzen und Tiere vorstellen und dabei die Entstehungsgeschichte des NSG Panzerwiese mit Hartelholz streifen. Länge ca. 5 – 6 km. Keine Einkehr. Wettertaugliche Kleidung (Sonne, Regen etc.) und festes Schuhwerk erforderlich. <i>Mit Anmeldung.</i>
Freitag 4.9. 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. <i>Ohne Anmeldung.</i>	Donnerstag 10.9. 10 Uhr Tp: ASZ	RADLTOUR Radtour nach Freimann Ca. 35 – 40 km. Ohne Einkehr. Bitte Brotzeit mitnehmen. Abfahrt 10 Uhr. Begrenzte Teilnehmerzahl. <i>Mit Anmeldung.</i>
Samstag 5.9. 14 – 18 Uhr Eintritt frei	Spinn- und Handarbeitstreffen Wir wollen uns in einer geselligen Runde zum Spinnen und Handarbeiten treffen. Alle die am Handarbeiten Freude haben sind herzlich eingeladen sich zu uns zu gesellen, nett zu plaudern und vielleicht einen Kaffee in netter Runde zu genießen. Informationen bei Frau Saller, Tel. 0170/7768232 <i>Ohne Anmeldung.</i>	Donnerstag 10.9. 15 – 16.30 Uhr Eintritt frei	Gruppe für pflegende Angehörige In einem ungezwungenen Rahmen haben Sie Gelegenheit zum Austausch mit Gleichgesinnten und erhalten fachliche Informationen. Leitung: Barbara Hamrlich. <i>Ohne Anmeldung.</i>

Veranstaltungen → September 2020

Donnerstag 10.9. 15 – 17 Uhr 5 €	CAFÉ AUSZEIT Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i>	Donnerstag 17.9. 8 Uhr 34 € (Fahrt, Stadtführung, Bauernhof-führung inkl. Kaffee/Kuchen Tp: ASZ	DER BEQUEME AUSFLUG Alte Herzogsstadt Burghausen und Erlebnisbauernhof Griesmühlnerhof Am Vormittag starten wir im Herzen von Burghausen eine Stadtführung. Zum Mittagessen geht es fußläufig zum Hotel Post. Im Anschluss fahren wir auf den Griesmühlnerhof. Dort bekommen wir Einblick in den Kartoffelanbau und besichtigen ein Hühnermobil. Auf dem Bauernhof gibt es Kaffee und Kuchen (inkl.). Es besteht die Möglichkeit im Hofladen einzukaufen. <i>Mit Anmeldung.</i>
Donnerstag 10.9. 19 Uhr Eintritt frei	ECHINGER KREATIVZIRKEL Arbeiten mit Textilien und Wolle <i>Ohne Anmeldung.</i>	Freitag 18.9. 10 – 11.30 Uhr Eintritt frei	Lesekreis Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Freitag 11.9. 12 Uhr 7 € (inkl. Wasser und Kaffee)	Echinger kochen für Echinger Frau Oberdorfer-Knoll und Frau Sicker bereiten als Vorspeise einen bunten Tomatensalat, als Hauptgericht Lachs mit Gemüse und als Nachspeise Zwetschgen-Tiramisu. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i>	Freitag 18.9. Abfahrt 12.30 Uhr 17 € (Fahrt) Tp: Untere Hauptstr./Ecke Heidestrasse	Mit großem Bus zur Therme Bad Gögging 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>
Dienstag 15.9. 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.	Samstag 19.9. 14 – 16 Uhr Eintritt frei	REPARATUR-CAFÉ Reparieren statt Wegwerfen Nicht mehr funktionierende Geräte können mitgebracht und vor Ort repariert werden. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Mittwoch 16.9. 15 Uhr Eintritt frei	Kaffeeklatsch mit Musik Ein beschwingter Nachmittag zum Tanzen, Lauschen, Ratschen, Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i>	Montag, 21.9. Mittwoch, 23.9. Montag, 28.9. Mittwoch, 30.9. 14 – 16 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN PC – Basiswissen Sie wollen Ihr Wissen auf eine solidere Grundlage stellen? Dann sind sie hier richtig. Behandelt wird Grundsätzliches rund um den PC: Software, Hardware, Betriebssysteme, Umgang mit Fotos und Daten: eingeben, übertragen, speichern, verschicken, suchen und finden. <i>Anmeldung für alle Termine erforderlich.</i>
Mittwoch 16.9. 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>		

Veranstaltungen → Sept. / Okt. 2020

Dienstag 22.9. 9 Uhr 11 € (6 € mit eigener Fahrkarte) Tp: Bahnhof in Richtung Freising	SPAZIERGÄNGE IM LANDKREIS FREISING Altstadtführung Freising Entdecken Sie die verwinkelten Gassen der Freisinger Bürgerstadt und erfahren Sie zwischen den prächtigen Fassaden, dem Rathaus, der Stadtpfarrkirche St. Georg sowie den ehem. Domherrenhäusern Wissenswertes über die Besonderheiten der ältesten Stadt an der Isar. Gemeinsame Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>	Freitag 25.9. 9.30 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN Treffpunkt Digitalfotografie Mit Werner Kießling. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Donnerstag 24.9. 14 Uhr Eintritt frei	VORTRAG UND TESTS DES KLINIKUMS DER LMU MÜNCHEN „Geistig fit im Alter unterwegs“ Manche Gedächtnisschwierigkeiten sind normale, altersbedingte Erscheinungen – manchmal sind solche Beschwerden jedoch auch Ausdruck einer Erkrankung. Ein Team aus Ärzten/ Fachpersonal des Instituts für Schlaganfall- u. Demenzforschung am Klinikum Großhadern informiert Sie über dementielle Erkrankungen. Es wird erklärt, was überhaupt eine Demenz ist und wie man diese Erkrankung diagnostiziert. Es wird auf die Behandlungsmethoden und Forschungsaktivitäten in diesem Bereich hingewiesen. Sie haben die Möglichkeit an einem kurzen Gedächtnistest teilzunehmen. Der Test ist kostenfrei und anonym und liefert einen groben Überblick über Ihr Gedächtnis. <i>Test mit Anmeldung.</i> <i>Vortrag ohne Anmeldung.</i>	Mittwoch 30.9. 17 Uhr Eintritt frei	Akkordeon-Konzert mit Lesung Die „Wechselspielgruppe“ spielt u. a. Tangomusik, Wiener Lieder. Ein buntes zweierlei mit Liedern und dazu passenden Gedichten. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Donnerstag 24.9. 15 – 17 Uhr 5 €	CAFÉ AUSZEIT Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i>	Donnerstag 1.10. 14.30 Uhr 1 € Vortrag, 2 € mit Kaffee, 4,60 € mit Kuchen	LICHTBILDERVORTRAG Der Pfaffenwinkel Werner Kießling zeigt Bilder der Region Pfaffenwinkel, die zwischen Lech und Loisach liegt. <i>Mit Anmeldung.</i>
		Freitag 2.10. 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? <i>Ohne Anmeldung.</i>
		Freitag 2.10. 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 Knabbereien. Sie sehen den Film „Der Geschmack von Apfelkernen“. <i>Ohne Anmeldung.</i>
		Samstag 3.10. 14 – 18 Uhr Eintritt frei Tp: ASZ Foyer	Spinn- und Handarbeitstreffen Wir wollen uns in einer geselligen Runde treffen. Alle die am Handarbeiten Freude haben sind herzlich eingeladen sich zu uns zu gesellen, nett zu plaudern und einen Kaffee zu genießen. Informationen bei Frau Saller, Tel. 0170/7768232 <i>Ohne Anmeldung.</i>

Veranstaltungen → Oktober 2020

Montag 5.10. 14 – 17 Uhr 3 €	Informationsnachmittag „Radeln in allen Lebenslagen“ Gepl. Ablauf: 1. Sicher auf der Straße (30 min): Ein Verkehrspolizist erklärt die wichtigsten Grundregeln zur Verkehrssicherheit. 2. Fit im Sattel (45 min): Ein/-e Sport- und Gesundheitswissenschaftler/-in gibt Tipps, wie man (wieder) fit fürs Fahrrad wird. 3. Reisebericht von Gunda Krauss „von München nach Rügen mit dem Rad“ (45 min). 5. Das passende Fahrrad (45 min): Ausprobieren von altersgerechten Fahrrädern unter fachmännischer Anleitung. Inkl. kleiner Pause. Eine eventuelle Änderung einzelner Programmpunkte sind kurzfristig möglich. Veranstalter: GreenCity e.V. <i>Mit Anmeldung.</i>	Montag 12.10. 14.30 Uhr	Musik im ASZ – Live Music Now 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>
Dienstag 6.10. 9 Uhr 13 € Fahrt, Führung (mit eigener Fahrkarte 8 €) Tp: Bahnhof	SPAZIERGÄNGE IN MÜNCHEN Maximiliansanlagen – vom Nicolai-Kircherl am Gasteig zur Georgskirche in Bogenhausen Ausgehend vom Nicolai-Kircherl, dem ehemaligen Gotteshaus der Leprakranken, ließ König Max II. Mitte des 19. Jahrhunderts die Maximiliansanlagen anlegen. Führung: Rudolf Hartbrunner. Einkehr (wer mag). <i>Mit Anmeldung.</i>	Dienstag 13.10. 9.15 Uhr 7 € (mit eigener Fahrkarte 2 €) Tp: Bahnhof (Ri. München)	DIE LÄNGERE WANDERUNG Amperwanderung von Haimhausen über die Bründlkapelle nach Weng Länge 17 km, Steigung 80 Hm. Gemeinsame Einkehr. Begleitung: Sieglinde Hein. <i>Mit Anmeldung.</i>
Mittwoch 7.10. 19 Uhr Eintritt frei	Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde Für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Norbert Nieß. <i>Ohne Anmeldung.</i>	Dienstag 13.10. 10 Uhr Eintritt frei	Offener Näh- und Handarbeitstreff für Jung und Alt Mit Ruth Bause und Uta Patzelt (Handanger-Technik). Hier wird gehäkelt, gestrickt und genäht. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Donnerstag 8.10. 15 – 17 Uhr 5 €	CAFÉ AUSZEIT Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung.</i>	Dienstag 13.10. 10 Uhr Eintritt frei	ASZ-Kochgruppe Gemeinsam kochen und essen. Nähere Infos bei Theresia Thiel. Tel. 089/32731530. <i>Mit Anmeldung.</i>
Donnerstag 8.10. 19 Uhr Eintritt frei	ECHINGER KREATIVZIRKEL Arbeiten mit Textilien und Wolle <i>Ohne Anmeldung.</i>	Mittwoch 14.10. 7.30 Uhr 33 € (Fahrt, Berg-/Talfahrt, Führungen) Tp: ASZ	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 Hütte“. Im Anschluss bleibt etwas Zeit zur freien Verfügung oder für eine Kräuterführung (nicht barrierefrei), bevor es wieder mit der Bergbahn ins Tal geht. Weiterfahrt im Tal zum Arbersee. Dort besteht die Möglichkeit Kaffee zu trinken oder den See zu Fuß zu umrunden. <i>Mit Anmeldung.</i>

Wiederholung wg. großer Nachfrage

Veranstaltungen → Oktober 2020

Freitag 16.10. 10 – 11.30 Uhr Eintritt frei	Lesekreis Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Freitag 16.10. Abfahrt 12.30 Uhr 17 € (Fahrt) Tp: Untere Hauptstr./Ecke Heidestrasse	Mit großem Bus zur Therme Bad Gögging 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>
Samstag 17.10. 14 – 16 Uhr Eintritt frei	5 JAHRE REPARATUR-CAFÉ ECHING Reparieren statt Wegwerfen Nicht mehr funktionierende Geräte können mitgebracht und vor Ort repariert werden. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Samstag, 17.10. 17 Uhr	5 JAHRE REPARATUR-CAFÉ ECHING Eröffnung der Foto-Ausstellung „Reparieren im MGH Eching“ <i>Ohne Anmeldung.</i>
Sonntag 18.10. 11 Uhr 15 € Herkules- saal	KAMMERPHILHARMONIE DA CAPO Matinée der Meisterwerke – Junge Solisten Mit Werken u.a. von Ludwig van Beethoven, Max Bruch, Robert Schumann. Dirigent: Franz Schottky. Anfahrt individuell. <i>Mit Anmeldung.</i>
Dienstag 20.10. 12 Uhr 7 € (inkl. Wasser und Kaffee)	Echinger kochen für Echinger Frau Wucherpennig und Frau Zeindl kochen ein leckeres Menü. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i>
Dienstag 20.10. 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 21.10. 15 Uhr Eintritt frei	Kaffeeklatsch mit Musik Ein beschwingter Nachmittag zum Tanzen, Lauschen, Ratschen, Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Donnerstag 22.10. 15 – 17 Uhr 5 €	CAFÉ AUSZEIT Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung</i>
Donnerstag, 22.10. 19.30 Uhr	5 JAHRE REPARATURCAFÉ ECHING Film-Club „Cinema Paradiso“ Das Reparaturcafé und „Cinema Paradiso“ zeigen den Film „Welcome to Sodom“. Eintritt frei. <i>Ohne Anmeldung</i>
Freitag 23.10. 18 Uhr	5 JAHRE REPARATURCAFÉ ECHING Kleine Jubiläumsfeier mit Prof.Dr. Wolfgang M. Heckl, Generaldirektor des Deutschen Museums und Autor des Buchs „Die Kultur der Reparatur“. <i>Ohne Anmeldung</i>
Dienstag 27.10. 14 Uhr Eintritt frei	VORTRAG „Hören ist nicht gleich Verstehen.“ Vortrag rund um das Hören und wie Schwerhörigkeit und Demenz zusammenhängen. Referentin: Sina Thalhofer, Die Hörwelt Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Mittwoch 28.10 . 15 Uhr Eintritt frei	ASZ-Bewohner-Stammtisch Bewirtung: Café Central. <i>Ohne Anmeldung</i>
Donnerstag 29.10. 8.40 Uhr 7 € (mit eigener Fahrkarte 2 €) Tp: Bhf	S-BAHN-WANDERUNG Wanderung von Weipertshausen über Münsing nach Holzhausen Länge ca. 12 km. leichte Steigung. Begleitung: Werner Kießling. Gemeinsame Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>

Kurse und Treffs → wöchentlich

Montag

8.30 – 9.45 Uhr à 2 €	BRK – Bewegung am Morgen Senioren-Gymnastik Frau Graetz, Frau Tschuk, ab 14.9., 7x 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 14.9., 7x
10 – 11.15 Uhr à 3 €	Offenes Singen „Chor Silberklang“ Für jeden, der gern singt oder zuhört. Leitung: Kayao Katsuta-Grandy 14.9. / 21.9. / 28.9. / 5.10. / 12.10. / 19.10.
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
17.45 Uhr	Ausgleichsgymnastik BRK Dietersheim Frau Nagl, Tel. 089/3203676
19 Uhr Eintritt frei	Schafkopfrunde

Dienstag

9 Uhr 41,60 €	Englisch für Fortgeschrittene * Frau Gaube-Simon, ab 8.9., 8x
10.30 Uhr 41,60 €	English conversation * Für alle geeignet, die keine Anfänger sind. Frau Gaube-Simon, ab 8.9., 8x
13.30 – 16.30 Uhr à 3 €	Offene Kegelgruppe Im Gasthaus Gumberger, Neufahrn. Fahrgemeinschaften sind möglich. Auch in den Schulferien. Franz Wittmann, Tel. 089/3194593
13.30 und 14.45 Uhr	BRK-Seniorengymnastik im ASZ Anmeldung: Frau Pfeiffer, Frau Schneider, Tel. 089/3192853, 089/3192774, ab 8.9., 8x
14 – 17 Uhr	Offene Mosaikwerkstatt Auch in den Schulferien Material- kosten 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. <i>Ohne Anmeldung.</i>
15 Uhr Eintritt frei	Offene Bridgegruppe Mit Paul Günther
17 – 18.15 Uhr 40 €	Gymnastik für Herren * Ina Gürke, ab 8.9. ,8x

Kurse und Treffs → wöchentlich

Mittwoch

9 – 12 Uhr

à 10 €

Offene Töpferwerkstatt

Für Anfänger und Fortgeschrittene
Heide Prötel,
ab 9.9., 8x

9 – 10 Uhr

45,60 €

Muskelaufbau *

Kräftigen und Dehnen der Muskulatur
für Damen und Herren. In Zusammen-
arbeit mit Praxis Setzwein,
ab 9.9., 8x

**10 –
10.30 Uhr**

47,20 €

Wassergymnastik im ASZ *

Bad: 30° – 32°.
Leitung Physiotherapeut,
ab 9.9., 8x

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.
16.9. / 30.9. und 14.10. / 28.10.

**14 –
15.30 Uhr**

41,60 €

Sanftes Yoga für Seniorinnen und Senioren *

Gisela Carstens, Yogalehrerin,
ab 9.9., 8x

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

47,20 €

Wassergymnastik im ASZ *

Bad: 30° – 32°.
Leitung Physiotherapeut,
ab 10.9., 8x

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 September / Oktober 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.

Ab Montag, den 31. August 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 Montag, der 31. August 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
www.asz-eching.de

BÜROZEITEN

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