

**ASZ/MGH Eching**

# **Programm**

## **November**

## **Dezember**

## **2021**

### **Veranstaltungen**

→ November / Dezember 2021

### **Kurse und Treffs**

→ wöchentlich



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Miteinander – Füreinander*

## 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

### 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 November und Dezember 2021 wieder ein interessantes Programm bieten zu können und hoffen darauf so viele Veranstaltungen wie möglich durchführen zu können. Alle Informationen rund um die Anmeldung erhalten Sie auf den letzten Seiten.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter  
des ASZ/MGH

**Leider findet auch in diesem Jahr das Geburtstagsfest nicht statt. Wir hoffen sehr, endlich im nächsten Jahr alle ausgefallenen Feste, Einladungen und Jubiläen nachholen zu können.**

**Bitte beachten Sie, dass alle Veranstaltungen, Kurse und Treffs unter den aktuell geltenden Corona-Auflagen stattfinden! Nähere Informationen, ob und unter welchen Voraussetzungen eine Veranstaltung stattfindet, können Sie unter 089 327142-0 erfragen.**

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

## Zimmer frei!

**Wohngruppe für demenzerkrankte und / oder pflegebedürftige Ältere in Eching.**

**Voraussetzung:** Vorliegen eines Pflegegrades und Bereitschaft im Angehörigengremium mitzuwirken.  
**Nähere Auskunft erteilt:** Vermieter Älter werden in Eching e.V., Bahnhofstraße 4, 85386 Eching – Ansprechpartnerin Fr. Siglinde Lebich, Tel. 089/ 3271420 oder Sie wenden sich an info@asz-eching.de

### **Corona-Fond**

Das Mehr Generationen Haus Eching hat einen Hilfsfonds eingerichtet, um Menschen in Eching zu helfen! Nutzen Sie diese Möglichkeit, sich zu bewerben.

Der Hilfsfonds ist offen für alle, die coronabedingt einen finanziellen Engpass haben. Ein Zuschuss zur Überbrückung, eine Anschaffung, die nicht aufgeschoben werden kann, Probleme wegen Gehaltseinbußen – in all diesen Fällen will das Mehr Generationen Haus schnell und unbürokratisch helfen. Berechtigte Anliegen haben bei uns auf jeden Fall auch Aussicht auf Erfolg! Fragen kostet nichts und können an Klaus-Dieter Walter, 089/32714222 oder walter@asz-eching.de gerichtet werden.

Wer spenden will, kann dies unter: Älter werden in Eching e.V. IBAN: DE14 7005 1003 0025 8104 33 tun, Verwendungszweck: Corona-Hilfe. Für die Zusage einer Spendenquittung bitte Namen und Adresse angeben.

### **Leihgeräte zum Anschluss an die digitale Welt**

Das Mehr Generationen Haus Eching verleiht Tablets oder Notebooks/Laptops an Interessierte. Die Geräte können kontaktlos im Alten Service Zentrum / Mehr Generationen Haus, Bahnhofstr. 4 abgeholt werden. Bei Bedarf ist eine Einweisung möglich. Informationen unter: 089-327142-0 oder walter@asz-eching.de

### **Helfer\*innen gesucht!**

Das Alten Service Zentrum / Mehr Generationen Haus Eching sucht dringend Menschen im Rahmen einer gemeinnützigen Tätigkeit für die Betreuung und Hilfe bei Älteren daheim. Sie erhalten 10,50 € pro Stunde im Rahmen der steuerfreien Aufwandsentschädigung. Bei Interesse oder für nähere Informationen wenden Sie sich bitte an das Alten Service Zentrum / Mehr Generationen Haus.

### **Demenzparcours**

Freitag 12.11. von 13 – 16 Uhr

Samstag 13.11. von 10 – 14 Uhr

Veranstaltungsort: Mehr Generationen Haus / Alten Service Zentrum

Der Demenzparcours von Hands-on Dementia führt Sie durch einen ganz gewöhnlichen Tag. Die Teilnehmenden werden eigene Grenzen erfahren, Unbehagen empfinden und das eigene Unvermögen erleben. Das führt zu negativen Gefühlen, so, wie bei Menschen mit Demenz an jedem Tag. Durch das Erleben der eigenen intensiven Emotionen entwickelt sich ein besseres Verständnis für den Erkrankten. Und es ist gerade in den schwierigen Situationen des Alltags enorm hilfreich und entlastend, Menschen mit Demenz mit mehr Empathie zu begegnen. Wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen, können Sie mit den Demenzparcours von Hands-on Dementia erleben.

Sie können erfahren, wie es ist ...

- wenn Sie einfache Handlungen nicht mehr umsetzen können
- wenn Gewohntes nicht mehr gelingen will
- wenn Verzweiflung wütend macht
- wenn alle Anstrengung erfolglos bleibt
- sich nichts mehr zuzutrauen
- beschämt zu sein
- sich unzulänglich zu fühlen
- zu scheitern
- Hilflosigkeit auszuhalten
- Lust und Interesse zu verlieren

Das Alten Service Zentrum / Mehr Generationen Haus möchte Ihnen spielerisch einen Einblick geben wie es einem Menschen mit Demenz ergeht! Vor Ort steht Ihnen Fachpersonal zur Beratung zur Verfügung, zudem finden Sie Flyer und Infomaterial zu dem Thema.

*Ohne Anmeldung*

## Veranstaltungen → November 2021

<b>Mittwoch</b> <b>3.11.</b> <b>19 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde</b> Für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Norbert Nieß. <i>Ohne Anmeldung</i>
<b>Freitag</b> <b>5.11.</b> <b>10 – 12 Uhr</b> Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN <b>Mediensprechstunde</b> 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>Mit Anmeldung</i>
<b>Montag</b> <b>8.11.</b> <b>ab 9 Uhr</b> je 60 Minuten kostenlos	<b>Einzelberatung (je 60 Minuten) zum Thema Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung</b> Jeder kann durch Unfall, Krankheit oder Alter in eine Situation geraten, in der wichtige Entscheidungen nicht mehr selbst getroffen werden können. Daher ist es sehr wichtig, schon in gesunden Tagen für die Zukunft Vorsorge zu treffen. Die Hospizgruppe Freising e.V. bietet Einzelberatung zu diesem Thema an. <i>Bitte melden Sie sich bei Interesse im ASZ/MGH für einen Termin an!</i>
<b>Montag</b> <b>8.11.</b> <b>16 – 18 Uhr</b>	<b>Echinger Kreativzirkel</b> jetzt 2. Montag im Monat. Arbeiten mit Textilien und Wolle. <i>Ohne Anmeldung</i>
<b>Montag</b> <b>8.11.</b> <b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Wer hat Lust Theater zu spielen?</b> Das heutige Treffen richtet sich an alle die am Theaterspielen interessiert sind, wissen möchten, wie man sich bei der ASZ-Theatergruppe einbringen kann, bereits Theater gespielt haben oder vielleicht ein neues Hobby suchen? Eine offene Runde zum Fragen stellen und erstes Planen! <i>Ohne Anmeldung</i>
<b>Dienstag</b> <b>9.11.</b> <b>9 Uhr</b> 16 € (11 € mit eigener Fahrkarte) Tp: Bhf	<b>Mit der Tram durch (un-)bekannte Viertel nach München Haidhausen</b> Unterwegs steigen Sie mehrmals aus und entdecken die Umgebung. Die Tour geht vom Stachus in das szenige Quartier um den Gärtnerplatz, über die Isar geht's weiter nach Haidhausen. Führung: Carmen Finkenzeller, Stattdreier München. Im Anschluss Einkehr in der Pfälzer Weinstube. <i>Mit Anmeldung</i>
<b>Dienstag</b> <b>9.11.</b> <b>10 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Offener Näh- und Handarbeitstreff für Jung und Alt</b> Mit Ruth Bause und Uta Patzelt (Handanger-Technik). Hier wird gehäkelt, gestrickt und genäht. <i>Ohne Anmeldung</i>

## Veranstaltungen → November 2021

<b>Donnerstag</b> <b>11.11.</b> <b>8.15 Uhr</b> 29 € (Fahrt, Führungen, Eintritt)	<b>DER BEQUEME AUSFLUG</b> <b>Kloster Metten und Gut Aiderbichl</b> <b>Deggendorf</b> Die Fahrt am Vormittag bringt uns zum Benediktinerkloster Metten, wo wir eine Führung erhalten. Zum Mittagessen geht es weiter nach Deggendorf ins Gasthaus ‚Zur Knödelwerferin‘. Im Anschluss fahren wir zum Gut Aiderbichl, wo gerettete Tiere ein neues Zuhause gefunden haben. Sie haben die Möglichkeit an einer Führung teilzunehmen, vor Ort Kaffeetrinken und den Hof auf eigene Faust zu erkunden. <i>Mit Anmeldung</i>	<b>Dienstag</b> <b>16.11.</b> <b>17 –</b> <b>18.30 Uhr</b> 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>Donnerstag</b> <b>11.11.</b> <b>15 –</b> <b>17 Uhr</b> 5 €	<b>CAFÉ AUSZEIT</b> <b>Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz</b> Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung</i>	<b>Freitag</b> <b>19.11.</b> <b>10 –</b> <b>12 Uhr</b> <b>Weitere</b> <b>Termine:</b> <b>26.11.,</b> <b>10.12.,</b> <b>17.12.</b> kostenlos	<b>UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN</b> <b>Workshop: Mit meinem Smartphone oder Tablet auf du und du</b> Praktische, spielerische Anwendungen mit Ihrem Smartphone und Ihrem Tablet. Ein vierteiliger Workshop, der Sie mit Ihrem Smartphone/Tablet vertraut macht. Nach den vier Teilen beherrschen Sie alles, was man tagtäglich beim Umgang mit den Geräten braucht. Dazu gehören: Einstellungen des Smartphones/Tablets, alles rund um Apps, Dateien und Fotos, Verbindungen mit dem Smartphone/Tablet, sein Schutz, Versand von Nachrichten, Routenplanung. Dieser Workshop wird nur komplett angeboten, eine Teilnahme an Einzelmodulen ist nicht möglich. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone und/oder Ihr Tablet mit, denn Sie sollen alles selbst ausprobieren. Teilnahme kostenlos. <i>Anmeldung für alle Termine erforderlich!</i>		
<b>Freitag</b> <b>12.11.</b> <b>13 –</b> <b>16 Uhr</b> <b>Samstag</b> <b>13.11.</b> <b>10 –</b> <b>14 Uhr</b>	<b>Demenzparcours</b> Beschreibung am Anfang des Programms.	<b>Montag</b> <b>15.11.</b> <b>10 Uhr</b> Tp: Danzigerstr. 4 in Eching kostenlos	<b>ECHING ENTDECKEN!</b> <b>Bäuerliche Gerätesammlung auf dem G'fild</b> In einer Führung durch das Echinger Museum erfahren wir mehr über die Vergangenheit unseres Ortes und den Geräten die früher genutzt wurden. <i>Mit Anmeldung.</i>	<b>Freitag</b> <b>19.11.</b> <b>10 –</b> <b>11.30 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Lesekreis</b> Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen wollen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. <i>Bei Interesse melden Sie sich m ASZ/MGH.</i>

## Veranstaltungen → November 2021

<b>Freitag</b> <b>19.11.</b> <b>19.30 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Film-Club „Cinema Paradiso“</b> Monatliche Filme mit Traudl Mandausch und Bernd Becker-Gebhard in gemütlicher Runde. Sie sehen den Film „Arrival“. <i>Mit Anmeldung</i>	<b>Donnerstag</b> <b>25.11.</b> <b>15 – 17 Uhr</b> 5 €	CAFÉ AUSZEIT <b>Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz</b> Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung</i>
<b>Samstag</b> <b>20.11.</b> <b>14 – 16 Uhr</b> 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>Mit Anmeldung</i>	<b>Freitag</b> <b>26.11.</b> <b>19 Uhr</b> Eintritt frei	<b>„RITUAL“ – Theater-Performance von R. Grosch mit R. Grosch und Bernd Becker-Gebhard</b> ... wenn die Bretter „die Welt“ bedeuten, was bedeutet dann „die Welt“, fragt sich das 100jährige Kind. „Wenn wir schweigen, werden wir unangenehm, wenn wir reden werden wir lächerlich. Lasst uns also lächerlich werden.“ (S. Beckett). <i>Ohne Anmeldung</i>
<b>Dienstag</b> <b>23.11.</b> <b>13 – 16 Uhr</b> Material 10 €	<b>Plätzchen backen</b> Friedrich Wittmann, ein ambitionierter Hobbybäcker, backt Plätzchen mit Ihnen! Da backen in der Gruppe mehr Freude macht und leichter von der Hand geht, dürfen Sie im ASZ/MGH Weihnachtsbäcker spielen. Selbstverständlich werden die frischgebackenen Plätzchen verteilt. <i>Mit Anmeldung</i>	<b>Dienstag</b> <b>30.11.</b> <b>14 – 16 Uhr</b> Kostenlos Ort: ASZ/MGH	<b>Prüfaktion Hörsysteme</b> Ihre Hörgeräte sind Ihre ständigen Begleiter und zuverlässigen Helfer im Alltag. Durch sie erleben Sie das volle Spektrum der spannenden Welt der Geräusche und können aktiv am Leben teilhaben. Kommen Sie und bringen Ihre Hörsysteme zum kostenlosen Reinigen und Überprüfen der Technik vorbei, damit Ihre Geräte Sie möglichst lange auf diese Weise unterstützen können. Das Angebot erfolgt durch Sina Thalhofer von „Die Hörwelt Eching“. <i>Mit Anmeldung</i>
<b>Mittwoch</b> <b>24.11.</b> <b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Kaffeeklatsch mit Musik</b> Ein beschwingter Nachmittag zum Ratschen und Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung</i>		
<b>Mittwoch</b> <b>24.11.</b> <b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>ASZ-Bewohner-Stammtisch</b> Bewirtung: Café Central. <i>Ohne Anmeldung</i>		
<b>Donnerstag</b> <b>25.11.</b> <b>12 Uhr</b> 7 € (inkl. Wasser/Kaffee)	<b>Echinger kochen für Echinger</b> Gabriele Oberdorfer-Knoll und Karin Sicker kochen ein leckes Menü. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung</i>		

## Veranstaltungen → Dezember 2021

<b>Mittwoch 1.12. 9 Uhr</b> 7 € (mit eigener Fahrkarte 2 €) Tp: Bhf (Richtung München)	<b>DIE LÄNGERE WANDERUNG</b> <b>Vom Bahnhof Dachau über das Schloss amperaufwärts bis Höhe Feldgeding und amperabwärts zurück</b> Länge 15 km, Steigung 50 Hm, Einkehr auf dem Rückweg ca. 14 Uhr in der „Alten Liebe“. Zurück in Eching zwischen 17 – 18 Uhr. Begleitung: Sieglinde Heinz. <i>Mit Anmeldung</i>	<b>Montag 6.12. 14 Uhr</b> Tp: ASZ 1 € (Fahrt)	<b>Besichtigung Hühnerhof Gut Hollern</b> Heute ist es nur ein Katzensprung mit den Kleinbussen, es geht nach Gut Hollern. Dort erfahren wir vom Landwirt Nikolaus Walter Wissenswertes über die Hühnerhaltung und bekommen einen Einblick in den Hühnerstall. Natürlich können Sie vor Ort auch gleich frische Eier kaufen. <i>Mit Anmeldung</i>
<b>Mittwoch 1.12. 19 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde</b> Für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Norbert Nieß. <i>Ohne Anmeldung</i>	<b>Dienstag 7.12. 14.30 Uhr</b> 1€ Lesung	LESUNG ZUM ADVENT – WIEDERHOLUNG <b>Vorweihnachtliche Lesung mit Geschichten, Gedichten und mehr.</b> Mit der ASZ-Theatergruppe. <i>Mit Anmeldung</i>
<b>Donnerstag 2.12. 15 – 17 Uhr</b> 5 €	<b>CAFÉ AUSZEIT</b> <b>Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz</b> Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung</i>	<b>Donnerstag 9.12. 8.30 Uhr</b> Tp: ASZ 39 € (Fahrt, Eintritt Salzbergwerk, Führung)	<b>DER BEQUEME AUSFLUG</b> <b>Salzbergwerk Berchtesgaden und Adventszauber Berchtesgaden</b> Angenehme 12 Grad erwarten uns bei einer Führung am Vormittag im Salzbergwerk, dort erfahren wir mehr über die Geschichte des Salzes und den Abbau. Bei Fragen zum Ablauf, bitte im ASZ melden. Um 13 Uhr geht es gleich neben dem Bergwerk zum „Gasthaus Bergschänke“ zum Mittagessen. Im Anschluss fahren wir in die Marktgemeinde Berchtesgaden, dort können Sie über den Christkindlmarkt schlendern, einkaufen oder ins Café gehen (Zeit zur freien Verfügung). Danach geht es auf direktem Weg zurück nach Eching. <i>Mit Anmeldung</i>
<b>Donnerstag 2.12. 15 – 16.30 Uhr</b> Eintritt frei	<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>Mit Anmeldung</i>		
<b>Freitag 3.12. 14.30 Uhr</b> 1€ Lesung	LESUNG ZUM ADVENT <b>Vorweihnachtliche Lesung mit Geschichten, Gedichten und mehr.</b> Mit der ASZ-Theatergruppe. <i>Mit Anmeldung</i>		

## Veranstaltungen → Dezember 2021

<b>Montag</b> <b>13.12.</b> <b>16 – 18 Uhr</b>	<b>Echinger Kreativzirkel</b> Arbeiten mit Textilien und Wolle. <i>Ohne Anmeldung</i>	<b>Donnerstag</b> <b>16.12.</b> <b>15 – 17 Uhr</b> 5 €	CAFÉ AUSZEIT <b>Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz</b> Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. <i>Mit Anmeldung</i>
<b>Montag</b> <b>13.12.</b> <b>19.30 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Film-Club „Cinema Paradiso“</b> Monatliche Filme mit Traudl Mandausch und Bernd Becker-Gebhard in gemütlicher Runde. <i>Mit Anmeldung</i>	<b>Freitag</b> <b>17.12.</b> <b>10 –</b> <b>11.30 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Lesekreis</b> Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen wollen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. <i>Bei Interesse melden Sie sich im ASZ/MGH.</i>
<b>Dienstag</b> <b>14.12.</b> <b>10 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Offener Näh- und Handarbeitstreff für Jung und Alt</b> Mit Ruth Bause und Uta Patzelt (Hardanger-Technik). Hier wird ge- häkelt, gestrickt und genäht. <i>Ohne Anmeldung</i>	<b>Samstag</b> <b>18.12.</b> <b>14 – 16 Uhr</b> 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>Mit Anmeldung</i>
<b>Dienstag</b> <b>14.12.</b> <b>12 Uhr</b> 7 € (inkl. Wasser/ Kaffee)	<b>Echinger kochen für Echinger</b> Gertrud Wucherpfennig und Veronika Zeindl kochen ein leckes Menü. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung</i>	<b>Montag</b> <b>20.12.</b> <b>10.30 –</b> <b>11 Uhr</b>	<b>Weihnachtliches Singen</b> mit dem Chor Silberklang. <i>Mit Anmeldung</i>
<b>Mittwoch</b> <b>15.12.</b> <b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Kaffeeklatsch mit Musik</b> Ein beschwingter Nachmittag zum Ratschen und Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschafts- hilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung</i>	<b>Dienstag</b> <b>21.12</b> <b>17 –</b> <b>18.30 Uhr</b> 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>Donnerstag</b> <b>16.12.</b> <b>15 – 17 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Verabschiedung in den Ruhestand von unserem geschätzten Mitarbeiter Klaus-Dieter Walter</b> Bei einem kleinen Umtrunk möchten wir mit Ihnen 24 Jahre ASZ/MGH Mitarbeit feiern und Herrn Walter fröh- lich in den (Un-)Ruhestand verabschie- den. Ein Buch für Ihre guten Wünsche und Ideen für den (Un-)Ruhestand für Herrn Walter liegt aus. <i>Ohne Anmeldung</i>		



## Veranstaltungen → Dezember 2021

**Mittwoch  
22.12.  
15 Uhr**  
Eintritt frei

### **ASZ-Bewohner-Stammtisch**

Bewirtung: Café Central.  
*Ohne Anmeldung*

**Mittwoch  
29.12.  
9 Uhr**  
7 €  
(Kaffee,  
Sekt, Wurst,  
Käse,  
Semmeln)

### **Frühstück zwischen den Jahren**

Herzliche Einladung zum Frühstück  
mit Orangensaft und Sekt.  
Wir verabschieden das alte Jahr und  
stoßen auf das Neue gemeinsam an.  
*Mit Anmeldung*

In Zusammenarbeit mit der Echingen-  
Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche, Eltern und Familien

### **Starke Großeltern – Starke Kinder**

(Deutscher Kinderschutzbund)

**Der Kurs soll Sie als Großeltern dabei unterstützen:**

- **gute Zeiten mit Ihren Enkelkindern zu verbringen,**
- **Ihren Platz in der Familie bewusst einzunehmen und zu gestalten**
- **die typischen Klippen des Großelternseins zu umschiffen**

Der Kurs umfasst 6 Termine. Jedes Treffen befasst sich mit einem bestimmten Thema, z.B.: Großeltern sind heute anders – oder nicht? Großeltern haben andere Aufgaben als Eltern etc ...

Mit vielen Hintergrundinformationen, praktischen Übungen u. Tipps. Der Austausch mit anderen Großeltern ist selbstverständlich möglich.

Kursleiterinnen:

Martina Halbreiter (Dipl. Sozialpädagogin)  
Isabelle Schulze Südhoff (Psychologin M. Sc.)

Dienstag 1.2. / Dienstag 8.2. / Dienstag 15.2. /  
Dienstag 22.2. / Dienstag 8.3. / Dienstag 15.3.  
im Mehrgenerationenhaus/Alten Service Zentrum

jeweils 9 – 11.30 Uhr

Anmeldung ab sofort möglich.

Der Kurs ist kostenlos.

Nähere Informationen im ASZ / MGH Eching,  
Bahnhofstraße 4,

Tel. 089 327142-29

E-mail: [hammrich@asz-eching.de](mailto:hammrich@asz-eching.de)

## Kurse und Treffs → wöchentlich

Bitte beachten Sie, dass alle Veranstaltungen, Kurse und Treffs unter den aktuell geltenden Corona-Auflagen stattfinden!

Nähere Informationen, ob und unter welchen Voraussetzungen eine Veranstaltung stattfindet, können Sie unter 089/327142-0 erfragen.

### Montag

**8.30 – 9.45 Uhr**  
à 2 €  
**BRK – Bewegung am Morgen**  
Senioren-Gymnastik  
Frau Graetz, Frau Tschuk,  
ab 8.11., 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 8.11. 7x

**10 – 11.15 Uhr**  
à 3 €  
**Offenes Singen „Chor Silberklang“**  
Für jeden, der gern singt oder zuhört.  
Leitung: Kayao Katsuta-Grandy  
8.11. / 15.11. / 22.11. / 29.11. / 6.12.  
/ 13.12. / 20.12.

**15 Uhr**  
Eintritt frei  
**Schafkopf und Spiele 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

**13.30 – 15.30 Uhr**  
à 3 €  
**Offene Kegelgruppe**  
Auch in den Schulferien.  
Franz Wittmann, Tel. 089/3194593

**13.30 und 14.45 Uhr**  
**BRK-Seniorengymnastik im ASZ**  
Anmeldung: Frau Schneider,  
Frau Pfeiffer  
Tel. 089/3192774, 089/3192853,  
ab 9.11., 7x

**14 – 17 Uhr**  
Auch in den Schulferien  
Materialkosten  
**Offene Mosaikwerkstatt**  
Mit Asylbewerbern und Einheimischen im Werkraum des ASZ. Es werden dekorative Gartensäulen mit Mosaik aus Scherben von Wandfliesen und Keramikgeschirr oder sonstigem „Krimskrams“ 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**

**16.30 – 17.45 Uhr**  
35 €  
**Gymnastik für Herren \***  
Ina Gürke,  
ab 9.11., 7x

## Kurse und Treffs → wöchentlich

### Mittwoch

**9 – 12 Uhr**  
à 10 € **Offene Töpferwerkstatt**  
Für Anfänger und Fortgeschrittene  
Heide Prötel,  
ab 10.11., 7x

**9 – 10 Uhr**  
39,90 € **Muskelaufbau \***  
Kräftigen und Dehnen der Muskulatur  
für Damen und Herren. In Zusammen-  
arbeit mit Praxis Setzwein,  
ab 10.11., 7x

**10 –  
10.30 Uhr**  
41,30 € **Wassergymnastik im ASZ \***  
Bad: 30° – 32°.  
Leitung Physiotherapeut,  
ab 10.11., 7x

**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.  
10.11. / 24.11. / 8.12. / 22.12.

**14 –  
15.30 Uhr**  
36,40 € **Sanftes Yoga für Seniorinnen  
und Senioren \***  
Gisela Carstens, Yogalehrerin,  
ab 10.11. , 7x

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

### Donnerstag

**9 Uhr**  
36,40 € **Englisch conversation \***  
Für alle geeignet, die keine  
Anfänger sind. Mit Frau Weir.  
ab 11.11., 7x

**10.30 Uhr**  
36,40 € **Englisch für Fortgeschrittene \***  
Mit Frau Weir.  
ab 11.11. 7x

**9 –  
9.30 Uhr**  
**9.30 –  
10 Uhr**  
**15 –  
15.30 Uhr**  
41,30 € **Wassergymnastik im ASZ \***  
Bad: 30° – 32°.  
Leitung Physiotherapeut,  
ab 11.11., 7x

**14 Uhr**  
Eintritt frei **ASZ – Schachgruppe**

\*

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 November / Dezember 2021

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 Donnerstag, 28. Oktober 2021, 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 für November / Dezember ist Donnerstag, 28. Oktober 2021.**

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)