

**ASZ/MGH Eching**

# **Programm**

## **September**

## **Oktober**

## **2021**

### **Veranstaltungen**

→ September / Oktober 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 September und Oktober 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

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

**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.**



### **Fahrsicherheitstraining für Radfahrer**

veranstaltet von der ADFC-Ortsgruppe in Eching  
**am Samstag, den 4.9.21 von 10 – 15 Uhr**

Ort: Eching, Verkehrsübungsplatz am  
Freizeitgelände

Fast ein Drittel aller Fahrradunfälle ereignen sich ohne fremde Beteiligung und sind somit vermeidbar. Das Fahrsicherheitstraining soll auf kritische Situationen vorbereiten und ein gutes Sicherheitsempfinden auf dem Fahrrad vermitteln.

Nach einer kurzen Einführung arbeiten wir auf einem abgesperrten Platz an der Verbesserung der individuellen Fahrtechnik.

Wir trainieren das richtige Aufsteigen, Anfahren und Schalten, ein besseres Gleichgewicht auf dem Rad, sowie das sichere Bremsen. Ausgebildete Trainer zeigen und erklären dabei die Übungen und überwachen die richtige Ausführung. Am Ende soll jede\*r das Gefühl haben, etwas besser mit dem Fahrrad umgehen zu können. In der Mittagspause können wir uns im nahen Biergarten stärken.

Für das Training ist das eigene verkehrssichere Fahrrad oder Pedelec, geeignete Allwetter-Kleidung, Handschuhe, Fahrradhelm und etwas zum Trinken mitzubringen.

Leitung: Trainer der Ortsgruppe des ADFC  
Kosten: 10 € für ADFC Mitglieder und  
20 € für Nichtmitglieder

*Anmeldung über die VHS Eching.*

### **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](mailto: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](mailto: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.

## Veranstaltungen → September 2021

<p><b>Bis 2.9.</b> Im Foyer des ASZ</p>	<p>AUSSTELLUNG <b>Ausstellung „im Kreis“</b> Von Harriet Zultner</p>	<p>Nur noch bis 2.9.</p>
<p><b>Mittwoch 1.9.</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 2.9.</b> 10 Uhr 2 €</p>	<p>RADTOUR <b>Radtour nach Markt Indersdorf</b> Ca. 60 km. Ohne Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i></p>	
<p><b>Freitag 3.9.</b> 10 – 12 Uhr Eintritt frei</p>	<p>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></p>	
<p><b>Mittwoch 8.9.</b> 9.15 Uhr Tp: ASZ 12 € (Fahrt, Führung)</p>	<p>UNTERWEGS IM LANDKREIS FREISING <b>Gärten auf dem Weihenstephaner Berg</b> Es geht mit den Kleinbussen auf den Weihenstephaner Berg. Entdecken Sie bei einer Führung den Hofgarten, Parterregarten und Oberdieckgarten. Gemeinsame Einkehr im Bräustüberl. <i>Mit Anmeldung.</i></p>	
<p><b>Donnerstag 9.9.</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>Donnerstag 9.9.</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>Mit Anmeldung.</i></p>	
<p><b>Donnerstag 9.9.</b> 14 – 16 Uhr</p>	<p>ECHINGER KREATIVZIRKEL <b>Arbeiten mit Textilien und Wolle</b> <i>Ohne Anmeldung.</i></p>	
<p><b>Dienstag 14.9.</b> 10 Uhr Eintritt frei</p>	<p><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></p>	
<p><b>Mittwoch 15.9.</b> 15 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Kaffeeklatsch mit Musik</b> Ein beschwingter Nachmittag zum Ratschen und Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i></p>	
<p><b>Donnerstag 16.9.</b> 14.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p>VORTRAG <b>„Gefahren erkennen – Risiken vermeiden“ Wie kann ich mich schützen?</b> Enkeltrick, falsche Polizisten, Gewinnversprechen – Beispiele für Betrugsma- schen, über die Sie informiert werden. Auch Diebstahl/Taschendiebstahl wird thematisiert. Es besteht die Möglichkeit Fragen zu stellen. Referentin: Daniela Honsa, Kriminalpolizeiliche Fachberaterin /Kripo Erding. <i>Mit Anmeldung.</i></p>	
<p><b>Freitag 17.9.</b> 10 – 11.30 Uhr Eintritt frei</p>	<p><b>Lesekreis</b> Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen wollen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. Bei Interesse melden Sie sich im ASZ/MGH.</p>	

## Veranstaltungen → Sept. / Okt. 2021

<b>Freitag</b> <b>17.9.</b> 19.30 Uhr Eintritt frei	<b>Film-Club „Cinema Paradiso“</b> Monatliche Filme mit Traudl Mandausch und Bernd Becker-Gebhard in gemütlicher Runde. Sie sehen den Film „Monsieur Claude und seine Töchter“. <i>Mit Anmeldung.</i>	<b>Donnerstag</b> <b>23.9.</b> 12 Uhr 7 € (inkl. Wasser und Kaffee)	<b>Echinger kochen für Echinger</b> Katharina Vogt und Ute Sicker kochen ein leckeres Menü. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Samstag</b> <b>18.9.</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>	<b>Donnerstag</b> <b>23.9.</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>Dienstag</b> <b>21.9.</b> 8.30 Uhr 38 € (Fahrt, Führungen, inkl. Kaffee u. Kuchen) Tp: ASZ	DER BEQUEME AUSFLUG <b>Wallfahrtskirche Haindling und Kürbischhof Atting</b> Unser Weg führt uns vormittags zur frisch renovierten Wallfahrtskirche „Mariä Himmelfahrt“ in Haindling, wo der Kirchenpfleger uns in die Geschichte der Kirche einweicht. Im Anschluss geht es zum Ausflugs-gasthof Reisinger in Straubing zum Mittagessen. Danach fahren wir zum „Schreyerhof“, der sich auf den Kürbisanbau spezialisiert hat. Dort erhalten wir eine Führung und Informationen über Anbau und Verarbeitung von Kürbissen. Im Anschluss gibt es Kaffee und Kuchen (zum Teil auch mit Kürbis) auf dem Bauernhof (im Preis inklusive). <i>Mit Anmeldung.</i>	<b>Mittwoch</b> <b>29.9.</b> 15 Uhr Eintritt frei	<b>ASZ-Bewohner-Stammtisch</b> Bewirtung: Café Central. <i>Ohne Anmeldung.</i>
		<b>Freitag</b> <b>1.10.</b> 10 – 12 Uhr 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>4.10.</b> Eintritt frei	AUSSTELLUNG <b>Bilder – Geschichten + kleine Geschenkkideen</b> Von Petra Schmitt. Die Ausstellung ist bis zum 13.11. im Foyer zu sehen.
<b>Dienstag</b> <b>21.9.</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>Montag</b> <b>4.10.</b> 10 Uhr 2 €	RADTOUR <b>Radtour zur „Schwarzen Lacke“ in München</b> Ca. 55 km, ohne Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>

## Veranstaltungen → Oktober 2021

<b>Mittwoch 6.10.</b> 8.15 Uhr 7 € (mit eigener Fahrkarte 2 €) Tp: Bhf (Richtung München)	<b>DIE LÄNGERE WANDERUNG</b> <b>Rund um Ebersberg</b> Vom Bahnhof Ebersberg zum Egglburger See – Aussichtsturm – Haselbach – Kumpfmühle – Jesuitenweg – Pfarrkirche – Bahnhof Ebersberg. Länge 13 km, Steigung 180 Hm, Einkehr Ebersberger Alm ca. 12.30 Uhr. Zurück in Eching zwischen 16.30 – 17.30 Uhr. Begleitung: Sieglinde Heinz. <i>Mit Anmeldung.</i>	<b>Dienstag 12.10.</b> 10 Uhr Eintritt frei	<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>
<b>Mittwoch 6.10.</b> 19 Uhr Eintritt frei	<b>Treffen der Briefmarken- u. Münzfreunde</b> Für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Norbert Nieß. <i>Ohne Anmeldung.</i>	<b>Dienstag, 12.10</b> 14.30 Uhr 1 € (Vortrag)	<b>VORTRAG MIT BILDERN</b> <b>Georgien – vergessen am Rande Europas – zu Unrecht</b> Gert Graßl entführt in ein Land zwischen Schwarzem Meer und Kaukasus. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Donnerstag 7.10.</b> 13.30 Uhr 5 € (Fahrt, Führung) Tp: ASZ	<b>LANDKREIS FREISING ENTDECKEN</b> <b>Besichtigung Pfarrkirche St. Peter und Paul in Freising-Neustift</b> Es geht mit den Kleinbussen zur Besichtigung der Pfarrkirche, die ehemalige Klosterkirche des Prämonstratenserklosters gilt als eine der schönsten Rokokokirchen Bayerns und stellt ein geschütztes Bauwerk in der Liste der Freisinger Baudenkmäler dar. Der Kirchenpfleger führt uns durch die Kirche. Ohne Einkehr. Zurück in Eching ca. 15.30 Uhr. <i>Mit Anmeldung.</i>	<b>Mittwoch, 13.10.</b> 12 Uhr 7 € (inkl. Wasser und Kaffee)	<b>Echinger kochen für Echinger</b> Frau und Herr Peruzzi kochen ein leckes Menü. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Donnerstag 7.10.</b> 15 – 17 Uhr 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 14.10.</b> 14 – 16 Uhr	<b>ECHINGER KREATIVZIRKEL</b> <b>Arbeiten mit Textilien und Wolle</b> <i>Ohne Anmeldung.</i>
<b>Montag 11.10.</b> 19.30 Uhr Eintritt frei	<b>Film-Club „Cinema Paradiso“</b> Monatliche Filme mit Traudl Mandausch und Bernd Becker-Gebhard in gemütlicher Runde. Sie sehen den Film „Lornas Schweigen“. <i>Mit Anmeldung.</i>	<b>Freitag 15.10.</b> 10 – 11.30 Uhr Eintritt frei	<b>Lesekreis</b> Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen wollen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. Bei Interesse melden Sie sich im ASZ/MGH.
		<b>Samstag 16.10.</b> 14 – 16 Uhr Eintritt frei	<b>REPARATUR- CAFÉ</b> <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>

## Veranstaltungen → Oktober 2021

<b>Montag</b> <b>18.10.</b> 10 Uhr Eintritt frei	<b>VORTRAG</b> <b>Wege in ein psychisch gesundes Alter</b> Alt werden ist eine lebenslange Aufgabe, je früher wir damit anfangen, um uns darauf vorzubereiten, umso höher wird unsere Lebensqualität und unser Wohlbefinden. Mit Bewegungsübungen und viel Humor bekommen sie eine Wegbeschreibung und können sich damit Ihre eigene Route zusammenstellen. Referentin: Agnes Stimmelmayer, Caritas Zentrum Freising. <i>Mit Anmeldung.</i>	<b>Donnerstag</b> <b>21.10.</b> 15 – 17 Uhr 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>Dienstag</b> <b>19.10.</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>Montag</b> <b>25.10.</b> 14.30 Uhr Eintritt frei	<b>Musik im ASZ - 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>Mit Anmeldung.</i>
<b>Mittwoch</b> <b>20.10.</b> 15 Uhr 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>27.10.</b> 8.30 Uhr 26 € (Fahrt, Führung, inkl. Kaffeeverkostung) Tp: ASZ	<b>DER BEQUEME AUSFLUG</b> <b>Schafwollspinnerei Bad Feilnbach und Führung Kaffeerösterei Dinzler</b> Morgens geht es zu einer Führung in die Schafwollspinnerei Höfer, wo wir mehr über die Herstellung der Wendelstein-Schafwolle erfahren. Es besteht zudem Gelegenheit zum Einkaufen von Schafwollprodukten vor Ort. Mittags geht es in Bad Feilnbach zum Gasthof Pfeiffenthaler zum Essen. Am Nachmittag fahren wir zum Irschenberg und erhalten eine Führung und Verkostung in der Kaffeerösterei Dinzler. Im Anschluss bleiben wir dort zum Kaffeetrinken. <i>Mit Anmeldung.</i>
<b>Donnerstag</b> <b>21.10.</b> 13 Uhr 13 € (MVV und Führung, nur Führung 8 €) Tp: Bhf (Richtung München)	<b>KIRCHENFÜHRUNG IN MÜNCHEN</b> <b>Die Asamkirche (St.-Johann-Nepomuk-Kirche)</b> in der Sendlinger Straße 32 gilt als eines der bedeutendsten Bauwerke der beiden Hauptvertreter des süddeutschen Spätbarocks. Bei der einzigen Künstlerkirche Europas erfahren wir nicht nur einiges über die Ausstattung dieses einmaligen Baus („den Himmel auf Erden holen“), sondern auch einiges über die beiden Künstler Cosmas Damian Asam und seinen jüngeren Bruder Egid Quirin Asam. Führung: Michaela Hofmann (führte uns schon in Freising und Moosburg). <i>Mit Anmeldung.</i>	<b>Mittwoch</b> <b>27.10.</b> 15 Uhr Eintritt frei	<b>ASZ-Bewohner-Stammtisch</b> Bewirtung: Café Central. <i>Ohne Anmeldung.</i>

## 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 Tel. 089 327142-0 erfragen.

### Montag

**8.30 – 9.45 Uhr**  
à 2 €  
**BRK – Bewegung am Morgen**  
Senioren-Gymnastik  
Frau Graetz, Frau Tschuk,  
ab 20.9., 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 20.9. 6x

**10 – 11.15 Uhr**  
à 3 €  
**Offenes Singen „Chor Silberklang“**  
Für jeden, der gern singt oder zuhört.  
Leitung: Kayao Katsuta-Grandy  
13.9. / 20.9. / 27.9. / 4.10. / 11.10. /  
25.10.

**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

**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 14.9., 7x

**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 Blumentöp-  
fe, Flaschen u.v.m. verziert werden.  
Vorkenntnisse nicht erforderlich, nur  
Freude am Gestalten. Anleitung:  
Margret Lösch. *Ohne Anmeldung.*

**15 Uhr**  
Eintritt frei  
**Offene Bridgegruppe**

**17 – 18.15 Uhr**  
35 €  
**Gymnastik für Herren \***  
Ina Gürke,  
ab 14.9., 7x



## Kurse und Treffs → wöchentlich

### Mittwoch

<b>9 – 12 Uhr</b> à 10 €	<b>Offene Töpferwerkstatt</b> Für Anfänger und Fortgeschrittene Heide Prötzel, ab 15.9., 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 15.9., 7x
<b>10 – 10.30 Uhr</b> 41,30 €	<b>Wassergymnastik im ASZ *</b> Bad: 30° – 32°. Leitung Physiotherapeut, ab 15.9., 7x
<b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Skatrunde für Damen</b> Information bei Frau Seifarth, Tel. 089/31200422
<b>14 – 16 Uhr</b> 12,40 €	<b>Malkurs *</b> Mit Ischy Kampa. Für Anfänger und Fortgeschrittene. 13.10. / 27.10.
<b>14 – 15.30 Uhr</b> 36,40 €	<b>Sanftes Yoga für Seniorinnen und Senioren *</b> Gisela Carstens, Yogalehrerin, ab 15.9., 7x
<b>15 Uhr</b> Eintritt frei	<b>Skatrunde für Herren</b> Anmeldung bei Dr. Lösch, Tel. 089/3192670

### Donnerstag

<b>9 Uhr</b> 36,40 €	<b>Englisch conversation *</b> Für alle geeignet, die keine Anfänger sind. Mit Frau Weir. ab 16.9., 7x
<b>10.30 Uhr</b> 20,80 €	<b>Englisch für Fortgeschrittene *</b> Mit Frau Weir. ab 7.10., 4x
<b>9 – 9.30 Uhr</b> <b>9.30 – 10 Uhr</b> <b>15 – 15.30 Uhr</b> 41,30 €	<b>Wassergymnastik im ASZ *</b> Bad: 30° – 32°. Leitung Physiotherapeut, ab 16.9., 7x
<b>14 Uhr</b> Eintritt frei	<b>ASZ – Schachgruppe</b>

NEU

\*

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 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 Montag, den 30. August 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 September / Oktober ist Montag, 30. August 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)