



Mehr  
Generationen  
Haus

# Programm September Oktober 2025



**Veranstaltungen** und  
wöchentliche **Kurse & Treffs**



[www.asz-eching.de](http://www.asz-eching.de)



## Herzlich Willkommen im ASZ/MGH Eching

- ▶ **Betreutes Wohnen/unterstützte Altenwohnungen**  
34 barrierefreie Wohnungen mit Hausnotruf
  - Unterstützung durch ambulante Pflege
  - Organisation von weiteren Wahlleistungen wie Einkaufshilfen, Betreuung etc.
  
- ▶ **Alltagshilfen für Senioren**
  - Vermittlung von Hilfen für Haus und Garten
  - Fahr- und Begleitdienste
  
- ▶ **Information und Beratung für alte Menschen und Angehörige zu Themen wie**
  - Pflegeversicherung
  - Betreuung von demenzkranken Menschen
  - sonstige Serviceleistungen, z.B. Hilfe bei Anträgen
  
- ▶ **Hausbesuche**  
Auf Wunsch erfolgt die Beratung auch zu Hause
  
- ▶ **Wohngemeinschaft für demenzkranke Ältere**  
8 Apartments mit 24/7-Betreuung durch qualifizierte Pflegekräfte
  
- ▶ **Nachmittagsbetreuung für Menschen mit Demenz und hilfebedürftige Senioren im „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“ unter Tel. 089/31971462
  
- ▶ **Projekt „Echinger Paten“**  
Patinnen und Paten begleiten Jugendliche beim Übergang von der Schule in den Beruf

## Liebe Echingerinnen und Echinger,

bei unserer Mitgliederversammlung am 30. Juni, bei welcher trotz großer Hitze viele Vereinsmitglieder erschienen, haben sich Neuigkeiten ergeben, die wir auch hier erfreut weitergeben möchten: Nach vielen Jahren im Vorstand hat sich Frau Sabine Palitzsch dazu entschieden, nicht mehr zur Wahl anzutreten. Wir danken ihr sehr herzlich für ihr großartiges Engagement! Dafür wurde als neues Mitglied Frau Marianne Mayer in den Vorstand gewählt. Wir freuen uns, Sie ab sofort mit an Bord zu haben und wünschen ihr dabei alles Gute. Ansonsten wünschen wir allen Echingern und Echingerinnen einen angenehmen Spätsommer.

Sollten Sie die Angebote des Alten Service Zentrums/ Mehrgenerationenhauses unterstützen wollen, können Sie für einen Mitgliedsbeitrag von 30 € 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)

### Bitte beachten Sie die Regelung für Absagen:

Die Kosten für Veranstaltungen, Ausflüge etc. werden bei einer Absage bis 12.00 Uhr am Vortag erstattet (Ausnahme: Wanderungen und Radtouren). Bei späteren Absagen können die Kosten leider nicht mehr erstattet werden.

**Ab Montag, 25. August 2025 können Sie Ihre Anmeldung persönlich abgeben. Für die Frühaufsteher öffnen wir den Empfang früher und nehmen Ihre Anmeldungen ab 7.15 Uhr entgegen.**

Weitere Informationen rund um die Anmeldung erhalten Sie auf den letzten Seiten dieses Programms.

Telefon:  
089/327142-0

E-Mail:  
[info@asz-eching.de](mailto:info@asz-eching.de)

## Folgen Sie uns auf Facebook und Instagram:



Alten Service Zentrum /  
Mehrgenerationenhaus Eching  
**@ASZEching**



ASZ-MGH Eching  
**@aszmgh\_eching**

## ▶ **AUSTELLUNG „Herbst-Träume“**

**vom 13. September bis 19. Oktober 2025**

Helga Ebenhöh und Margit Kübrich zeigen Ausschnitte aus Ihrem Schaffen.

**Vernissage am 17. September 2025 um 18 Uhr**

Einführende Worte: Andreas Sames (Konzeptkünstler, Maler und Poet, Vorstand der Geselligen Vereinigung bildender Künstler e.V., gegr. 1875)

**Mitmachmalen für Alle**, in verschiedenen Techniken

**am Samstag 11. Oktober 2025, von 14 bis ca. 17 Uhr**

Die Künstlerinnen freuen sich auf Ihr Kommen!

*Ohne Anmeldung.*

## ▶ **AUSTELLUNG „Ein- und Ausblicke“**

**der Pfennigparade vom 30. Oktober bis Ende 2025**

Die Ausstellung lädt zu einer visuellen Reise durch vielfältige Perspektiven und Blickwinkel ein. Unter dem Titel „Ein- und Ausblicke“ präsentieren wir eine Auswahl an beeindruckenden Gemälden und Zeichnungen, die unterschiedliche Sichtweisen auf die Welt oder intime Bildaussagen und Innenansichten zeigen. Jedes Kunstwerk inspiriert dazu, neue Horizonte zu entdecken und die Vielfalt menschlicher Kreativität zu erleben - sei es durch detailreiche Zeichnungen oder in Form von großformatigen Gemälden.

Die Arbeiten sind allesamt in den künstlerischen Ateliers für Menschen mit einer Körperbehinderung und Autismus Spektrum der Pfennigparade ChancenWerk GmbH entstanden, u.a. auch von einem Echinger Künstler.

**Vernissage am Donnerstag 30. Oktober 2025 um 18 Uhr.**

**Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt!** *Ohne Anmeldung.*

gutschein

**Suchen Sie ein Geschenk?**

**Sie erhalten Gutscheine für unsere Ausflüge, Kurse, Veranstaltungen etc., in gewünschter Höhe, hier im ASZ!**

## ► **NEU! Poi Schwingen für Senioren - Schnupperkurs**

*Eine Kooperation von ASZ und VHS Eching*

Poi-Schwingen kann von allen Menschen (auch im Sitzen oder im Rollstuhl) praktiziert werden. Es fördert Konzentration, Koordination, Rhythmus, Taktgefühl sowie die allgemeine Beweglichkeit. Ursprünglich kommt der Poi-Tanz von den Māori aus Neuseeland. Beim Poi-Schwingen hält man in jeder Hand einen Poi (hier kann man sich eine Schnur mit einem daran befestigten Ball vorstellen). Diese werden gleichzeitig oder versetzt geschwungen – vor, neben, hinter und über dem Körper. Durch das gleichzeitige Training der linken und der rechten Hand, werden beide Gehirnhälften aktiviert. Das Ziel des Trainings ist eine spielerische Verschmelzung mit den Poi und Spaß an der Bewegung. Kursleitung: Tina Quintozzi.

**Dienstags - immer von 15.30 - 16.30 Uhr**

**30.09. | 07.10. | 14.10. | 21.10. | 28.10.**

**Kosten für alle Termine: 35 €** | TP: Stüberl

**Die Anmeldung ist im ASZ und der VHS möglich.**

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränk.

## ► **NEU! Gehen & Reden - „Latschen & Ratschen“**

*Eine Kooperation von ASZ und VHS Eching*

Gemeinsam unterwegs für Austausch und Bewegung! Möchten Sie neue Menschen kennenlernen, sich austauschen und dabei aktiv sein? Dann ist unser Angebot genau das Richtige für Sie! Egal, ob jung oder alt, alteingesessen oder neu in der Gegend, Bewegungseingeschränkt oder gut zu Fuß – alle sind herzlich willkommen! Hier haben Sie die Gelegenheit, bei einem entspannten Spaziergang in der Natur oder im Ort ins Gespräch zu kommen. Für alle, die möchten, gibt es zusätzlich die Möglichkeit, kleine Gymnastikübungen einzubauen, um Körper und Geist in Schwung zu bringen. Die Veranstaltung ist offen für alle, die Spaß an Bewegung und geselligem Austausch haben. Kommen Sie vorbei, lernen Sie neue Leute kennen und genießen Sie gemeinsam die Bewegung an der frischen Luft! Begleitung: Manuela Mathar.

**Montags - immer von 10 - 11 Uhr**

**22.09. | 13.10. | 27.10.**

**Kosten je Termin: 3 €** | TP: An der Kastanie

**Die Anmeldung ist im ASZ und der VHS möglich.**



# Veranstaltungen

September 2025

**Dienstag  
02.09.  
Abholung  
zwischen  
12.30 Uhr  
und 13 Uhr**  
(genaue  
Uhrzeit wird  
kurz vorher  
bekannt  
gegeben)

8 €  
(inkl. Fahrt)

## ▶ **Ausflug ohne Barrieren (inklusive Abholung von zuhause und Heimfahrt) zum neuen Surftown Hallbergmoos**

*Dieser Ausflug richtet sich ausschließlich an Menschen, die aufgrund von Beeinträchtigungen nicht die Möglichkeit haben, an anderen Ausflügen des ASZ teilzunehmen.*

Vor Ort können Sie im dazugehörigen Restaurant für Kaffee und Kuchen einkehren. Von der Terrasse des Restaurants aus haben Sie eine gute Sicht auf die Surfer. Das Rauschen der Wellen erweckt richtige Urlaubsstimmung. Es sind ca. 150 Meter von der Straße bis zum Restaurant zu laufen. Mitnahme von Rollator und Rollstuhl ist möglich (Kann auch vom ASZ ausgeliehen werden). Der Einstieg in den Bus mithilfe einer Stufe muss mit Unterstützung möglichst selbstständig gelingen.

Begleitung: Selina Pöllner.

Zurück in Eching ca. 15:30 Uhr.

*Anmeldung ab sofort möglich.*

**Mittwoch  
03.09.  
9 Uhr**  
10 €  
(inkl. MVV)  
mit eigener  
Fahrkarte 3€

**TP:** Bahnhof  
(Richtung  
München)

## ▶ **Leichte Wanderung**

Ca. 10 km. Dieses Mal erwandern Sie die Umgebung von Grafing. Über Waldwege geht es auch etwas bergauf und bergab, an idyllischen Bächen und Weihern vorbei, aber leicht machbar. Die Mittagseinkehr ist für ca. 12.30 Uhr geplant, bei schönem Wetter evtl. im Biergarten. Die Tour endet ca. 17 Uhr in Eching. Begleitung: Sylvia und Michael Steigerwald  
*Mit Anmeldung.*

**Mittwoch  
03.09.  
16 Uhr**  
Eintritt frei

**TP:** ASZ

## ▶ **Information für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige**

Das ASZ/MGH möchte sich vermehrt für die Belange von Menschen mit Behinderung jeden Alters einsetzen. Kommen Sie vorbei und erfahren Sie, welche gezielten Angebote bereits in unserem Haus vorhanden sind. Bringen Sie Ideen mit, was wir noch verbessern können.  
*Anmeldung ab sofort möglich.*

**Montag**  
**08.09.**  
**14.30 Uhr**  
2 €

**TP:** ASZ-Saal

► **Vortrag von Franz Grieser: Mit dem Motorrad durch Südamerika – von Kolumbien bis Feuerland**

Ein lang ersehnter Traum wird wahr: Die abenteuerliche Motorradreise startet entlang der Anden – von Kolumbien bis nach Ushuaia, der südlichsten Stadt der Welt. Die Route führt vorbei an Vulkanen wie dem Cotopaxi und Chimborazo, durch die Inka-Stätten Perus, über Boliviens legendäre „Death Road“ bis zum Salar de Uyuni. In Patagonien erwarten uns die „Carretera Austral“, der Perito-Moreno-Gletscher und schließlich das raue Feuerland. Nach 12.000 Kilometern, 12 Wochen und unzähligen Eindrücken endet die Reise in Valparaiso. Von dort werden die Motorräder wieder nach Deutschland gebracht. *Anmeldung ab sofort möglich.*

**Montag**  
**08.09.**  
**13.30 Uhr**  
3 €

**TP:** ASZ  
Kastanien-  
Eingang

► **Radltour „Schlusstour an die Amper“**

ca. 30-40 km. Ohne Einkehr, mit kleiner Pause. Mit Begleitung. *Mit Anmeldung.*

**Dienstag**  
**09.09.**  
**8.15 Uhr**  
32 € (inkl. Fahrt, Frühstück, Alpakafutter, Hofzeit, Wanderung)

**TP:** ASZ

► **Alpakaaktion mit Alpaka - Spaziergang auf dem Bruggerhof in Sigmertshausen bei Röhrmoos**

Fahrt mit den Kleinbussen. Auf dem Hof angekommen starten Sie mit einem kleinen Frühstück (Kaffee & Butterbrezen). Währenddessen erhalten Sie Informationen zum Bruggerhof und den Tieren und haben Zeit die Alpakas kennenzulernen, zu beobachten, zu füttern und zu streicheln.

Darauf folgt ein Alpaka-Spaziergang (ca. 2 bis 2,5 km), bei welchem sich 2 Personen 1 Alpaka teilen. Gerne können Sie auch während des Spaziergangs auf dem Hof verweilen. Zurück in Eching ca. 12 Uhr. Begleitung: Selina Pöllner.

**Anmeldung ab sofort erforderlich!**





# Veranstaltungen

September 2025

**Dienstag**

**09.09.**

**14.30 Uhr**

mit

Spenden-

körbchen

**TP:** ASZ-Saal

## ► **Konzert „Wir machen Musik“**

Hören Sie beschwingte Melodien aus Operetten, deutschen Filmen der 30er Jahre, „American Evergreens“ und Gospelliedern. Die ehemaligen Opern-Profis Janet Hardy und Miriam Wagner singen für Sie und spielen Klavier. *Mit Anmeldung.*

**Mittwoch**

**10.09.**

**8 Uhr**

19 € (inkl.

Fahrt und

Führung)

14 € Selbst-

fahrer

**TP:** ASZ

## ► **Audi Forum Ingolstadt - „Faszination Geschichte und Produktion“**

Mit den Kleinbussen fahren Sie heute nach Ingolstadt, dort erhalten Sie Führungen im Audi Museum und in der Produktion (Gesamtdauer ca. 135 min). Dabei erfahren Sie Wissenswertes über hocheffiziente Fertigungsprozesse und über die Geschichte der vier Ringe. Bitte bringen Sie Ihren Rentenausweis mit und denken an festes Schuhwerk. Während der Werksführung dürfen keine Handys oder Fotoapparate mitgeführt werden, diese können vor Ort in Schließfächern verstaut werden. Im Anschluss Einkehr im Audi Marktrestaurant (Selbstbedienung). Zurück in Eching ca. 14 Uhr. Begleitung: Barbara Hammrich. *Mit Anmeldung.*

**Donnerstag**

**11.09.**

**Ca.**

**11.30 Uhr**

**Abholung**

**12.00 Uhr**

**Mittagessen**

3,50 €

(Hin- und

Rückfahrt)

## ► **Fahrdienst zum gemeinsamen Mittagessen im ASZ (Café Central)**

Sie wünschen sich Geselligkeit beim Mittagessen, Ihnen ist es aber nicht möglich, selbstständig ein Lokal zu besuchen? Das ASZ bietet einmal monatlich einen Fahrdienst mit Abholung und Heimfahrt ins ASZ (Café Central) zum gemeinsamen Mittagessen an.

**Abholzeit: wird nach Anmeldung individuell mitgeteilt. Rückfahrt: ca. 13.30 Uhr.**

*Anmeldung ab sofort möglich.*

**Dienstag**  
**16.09.**  
**14.30 Uhr**  
2 €

**TP:** ASZ-Saal

### ► **Schauspiel „Juwelen des Humors“**

Mit Geschichten, Gedichten und Sketchen bedienen die beiden Schauspieler Markus Maria Winkler und Jürgen Wegscheider (Letztes Jahr schon mit „Buschiaden...“ im ASZ) das breite Spektrum des Humors. Dabei stöbern sie quer durch die Literatur und sind fündig geworden bei Autoren wie Joachim Ringelnatz, Christian Morgenstern, Wilhelm Busch, Manfred Kyber,... . Auf skurrile Art und Weise werden die alltäglichen Schwächen und Stärken sowie die Gegensätze des Menschen mit Witz betrachtet. Turbulente Geschichten, feinsinnige Verse und skurrile Pointen sind garantiert.

*Anmeldung ab sofort möglich.*

**Samstag**  
**20.09.**  
**10-12 Uhr**  
10 €  
Unkostenbeitrag

**TP:** Gymnastikraum  
im UG

### ► **Wir machen mit bei den Freisinger Demenzwochen!** **Entspannung f. pflegende Angehörige**

Als pflegender Angehöriger sind Sie Tag für Tag für andere da – aber wann nehmen Sie sich Zeit für sich? Die Verantwortung kann belastend sein, und oft bleibt wenig Raum, um selbst Kraft zu tanken. In diesen zwei Stunden schenken Sie sich eine bewusste Pause. Mit sanften Entspannungsübungen, Achtsamkeitstechniken und Meditation können Sie zur Ruhe kommen und neue Energie schöpfen. Elemente aus dem autogenen Training und Yoga helfen Ihnen, Stress loszulassen und wieder mehr im eigenen Körper anzukommen. Alle Übungen sind leicht umsetzbar und für jedes Level geeignet – Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen etwas zum Trinken mit.  
Kursleitung: Bianca Lutter, Entspannungstrainerin.

*Anmeldung ab sofort möglich.*



# Veranstaltungen

September 2025

**Samstag**

**20.09.**

**10.15 Uhr**

**10.45 Uhr**

**11.15 Uhr**

**TP:** ASZ

Foyer

## ▶ **Einblicke ins betreute Wohnen im ASZ**

An diesem Samstag bieten wir kurze Führungen durch das ASZ an, dabei können Sie Fragen rund um das Betreute Wohnen stellen und einen Einblick gewinnen. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass eine Wohnung nur dann zu besichtigen ist, wenn es zu dieser Zeit einen Mieterwechsel gibt. Die Führungen finden im ½ Stundentakt statt. Start ist 10.15 Uhr, dann 10.45 Uhr und 11.15 Uhr.

*Eine Anmeldung ist nicht nötig.*

**Montag**

**22.09.**

**ab 9 Uhr**

kostenlose

Einzel-

termine

**TP:** ASZ

## ▶ **Einzelberatung (je 60 Minuten) zum Thema Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung**

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.

*Anmeldung ab sofort möglich.*

**Dienstag**

**23.09.**

**10 Uhr bis**

**11.30 Uhr**

kostenlos

**TP:** ASZ-Saal

## ▶ **Spielevormittag mit den Kindern der Kita „Bunte Arche“ aus Eching**

Die Kinder aus der „Bunten Arche“ kommen zu Besuch ins ASZ! Zur Begrüßung singen die Kinder ein paar Lieder für Sie, bei welchen Sie gerne mitsingen dürfen.

Im Anschluss ist reichlich Zeit für gemeinsames Spielen: Ob Brettspiele, Kartenspiele oder Basteln – der Spaß steht im Mittelpunkt! Einige Spiele sind bereits vor Ort, und auch die Kinder bringen ihre Lieblingsspiele mit. Sie sind ebenfalls herzlich eingeladen, eigene Spiele mitzubringen, wenn sie möchten.

*Anmeldung ab sofort möglich.*

**Dienstag**

**23.09.**

**12 Uhr**

10,50 €

(inkl. Wasser  
und Kaffee)

**TP:** Stüberl

### ► **Echinger kochen für Echinger**

Frau Gudrun Edlinger und Marianne Mayer nehmen Sie mit auf eine kulinarische Reise ins Baltikum. Es wird für Sie eine Erbsen-Suppe und ein Hauptgericht aus gemischtem Hackfleisch zubereitet. Der Nachtisch ist ein „Dessert für Faule“. *Mit Anmeldung*

**Mittwoch**

**24.09.**

**7.30 Uhr**

56 € (Fahrt,  
Führung  
inkl. Kost-  
probe)

Mittags-  
angebot  
17,50 € inkl.  
Getränk  
(muss vor  
Ort selbst  
gezahlt  
werden)

**TP:** ASZ

### ► **Der bequeme Ausflug – Rapunzel Welt und Bad Wörishofen**

Zunächst führt Sie die Reise zur Rapunzel Welt in Legau. In einer 90-minütigen Führung erfahren Sie etwas über den Hersteller von biologischen Produkten. Während der Führung gibt es auch etwas zum Probieren. Im dortigen Restaurant gibt es um ca. 11.45 Uhr ein gemeinsames Mittagessen. Der Preis für das Mittagessen muss vor Ort selbst bezahlt werden. Es stehen 3 Gerichte zur Auswahl. Ihre Auswahl treffen Sie im Bus während der Fahrt. Nach dem Mittagessen haben Sie noch genügend Zeit eigenständig das Gelände zu erkunden bzw. auch im dortigen Shop einzukaufen, bevor es um ca. 14.30 Uhr weiter nach Bad Wörishofen geht. Im Kurort haben Sie freie Verfügung. Gehen Sie zum Beispiel auf die Suche nach den berühmten Kneippanlagen. Es gibt auch die Möglichkeit, Kaffee zu trinken. Zurück in Eching ca. 19 Uhr. *Begleitung Julia König. Mit Anmeldung.*

**Montag**

**29.09.**

**8.40 Uhr**

19 € (inkl.  
Fahrt und  
Führung)

12 € mit  
eigener  
Fahrkarte

### ► **München entdecken – Führung auf der Münchner Wies´n**

„Drei-Quartl-Fuchser und ein Wiesn-Napoleon?“ Die Münchner Wiesn und Ihre besonderen Geschichten. Dort haben sich schon Dinge ereignet, die sind so besonders, dass man glauben könnte es kann sie gar nicht geben – von wegen!

*weiter auf der nächsten Seite...*



# Veranstaltungen

September/Oktober 2025

**TP:** Bahnhof  
(Richtung  
München)

...Fortsetzung:

Wir begeben uns auf Spurensuche zu diesen  
- auf geht's auf'd Wiesn! **Achtung! Bitte nur  
kleine Handtaschen mitbringen und keine  
Rucksäcke oder größeren Taschen!**

Dauer der Führung ca. 2 Std. Endpunkt der  
Führung ist auf der Oiden Wies'n. Führung:  
Carmen Finkenzeller (vielerlei bekannt), Be-  
gleitung Julia König (im Dirndl). *Mit Anmeldung.*

**Dienstag  
30.09.**

**14.30 Uhr**  
mit  
Spenden-  
körbchen

**TP:** ASZ-Saal



## Konzert

**mit dem Jazzpianist Patrick Hartauer**

Gespielt werden emotionale & schwungvolle  
klassische und moderne Klaviermusik - von  
Chopin bis Sinatra. Dabei sind sowohl virtuose  
klassische Musik, als auch schöne lockere  
Musik zum Mitsingen. *Mit Anmeldung.*

**Wenn Sie nicht die Möglichkeit haben,  
selbstständig zur Veranstaltung zu kommen,  
bieten wir einen Fahrdienst für 3,50€ hin  
und zurück an. (Mit Anmeldung)**

**Donnerstag  
02.10.**

**12 Uhr**  
20 € (inkl.  
Wasser und  
Wein

**TP:** Stüberl



## Kulinarische Lesung

Der ambitionierte Koch Hans Montag liest  
aus seinem Roman „Wider deinen Nächsten“.  
Erzählt wird die Geschichte eines Mannes  
aus der DDR, der an der Liebe seiner Ehefrau  
zweifelt. Um ihr zu beweisen, dass sie die rich-  
tige Wahl getroffen hat, strebt er den Posten  
eines Fabrikdirektors an. Die Stasi stimmt  
seiner Bewerbung nur unter der Bedingung  
zu, dass er für sie arbeitet. Mit dieser Ent-  
scheidung zerstört er alles, was er liebt.  
Zwischen den vier Lesungen von je einer  
Viertelstunde, wird ein Dreigangmenü serviert,  
welches einen Bezug zum Buch hat.

*weiter auf der nächsten Seite...*

...Fortsetzung:

Es gibt Soljanka, der Klassiker der DDR-Küche, Saftgulasch, nach dem Rezept der Mutter von Herrn Montag und als Dessert Grießflammerie, mit Heidelbeerragout. Begleitet wird die Lesung von Kerzenschein, Blumenschmuck und einem Rivaner aus dem Weingut Bauer Mühlheim/Mosel und Mineralwasser. *Mit Anmeldung.*

**Mittwoch**

**08.10.**

**12 Uhr**

10,50 €

(inkl. Wasser  
und Kaffee)

**TP:** Stüberl

► **Echinger kochen für Echinger**

Es kochen für Sie Timo Schnettler und Hans Eberl. Es erwartet Sie ein Asiatisches Menü. Essen Sie mit in geselliger Runde und lassen Sie sich kulinarisch verwöhnen.

*Mit Anmeldung.*

**NEU!**

ab 01.06.

## IsarCard65 zum Ausleihen im ASZ



Die IsarCard65 ist eine übertragbare Monatskarte für Menschen, die den MVV nutzen möchten.

**Auf Grund der großen Nachfrage  
kann eine zweite IsarCard  
ausgeliehen werden.**

**Das Wichtigste auf einen Blick:**

- Gültig für Personen ab 65 Jahren
- Reservierung und Abholung im ASZ
- Zone M-5
- 6 € pro Nutzung/Tag
- Zu jeder Uhrzeit gültig

**Sprechen Sie uns gerne für  
weitere Informationen an!**



# Veranstaltungen

Oktober 2025

**Donnerstag**

**09.10.**

**14.30 Uhr**

mit  
Spenden-  
körbchen

**TP:** ASZ-Saal

▶ **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.

*Anmeldung ab sofort möglich.*

**Sonntag**

**12.10.**

**11 Uhr**

23 € (Karten  
inkl. Verwal-  
tungskosten-  
pauschale)

**TP:**

Herkules-  
saal

▶ **Kammerphilharmonie DaCapo –  
Matinée der Meisterwerke: Böhmens Glanz**

u.a. mit Werken von Josef Bohuslav Foerster, Ludwig van Beethoven, Josef Suk. Dirigent: Franz Schottky. Anfahrt individuell.

*Mit Anmeldung bis 19. September 2025.*

**Sollte die Karte bis dahin nicht bezahlt sein, können wir leider keine Bestellung vornehmen.**

**Montag**

**13.10.**

**14.30 Uhr**

12 € (Fahrt  
Kleinbusse  
Eintritt, Kaffee  
& Kuchen)

**TP:** ASZ

▶ **Ausflug zum Film Café im Kino Neufahrn**

Im „Film-Café“ präsentiert das Kino Cineplex in Neufahrn ausgewählte Filme für den reiferen Geschmack. Zusätzlich bekommen die Besucher und Besucherinnen Kaffee und Kuchen.

*Mit Anmeldung.*

**Donnerstag**

**16.10.**

**9 Uhr**

10 €  
(inkl. MVV)  
mit eigener  
Fahrkarte 3€

**TP:** Bahnhof  
(Richtung  
München)

▶ **Wanderung von Olching nach Eichenau**

ca. 10,5 km. Im Münchner Westen wandern Sie im schönen Ampertal von Olching bis nach Eichenau. Um ca.12:30 Uhr werden sie dann in Emmering die Mittagseinkehr machen. Die Tour endet ca. 17 Uhr in Eching. Begleitung: Sylvia und Michael Steigerwald.

*Mit Anmeldung.*

**Montag  
20.10.  
ab 9 Uhr**

kostenlose  
Einzel-  
termine

**TP:** ASZ

► **Einzelberatung (je 60 Minuten) zum  
Thema Vorsorgevollmacht, Betreu-  
ungsverfügung, Patientenverfügung**

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.

*Anmeldung ab sofort möglich.*

**Montag  
20.10.  
14.30 Uhr**

mit  
Spenden-  
körbchen

**TP:** ASZ

► **„Dahoam in Bayern“ –  
Boarisch durchs Leben**

Der Münchner Schauspieler Bartholomäus Sailer unterhält mit heiteren, besinnlichen und hinter sinnigen Gedichten, Geschichten und Gedanken bayerischer Poeten und Schriftsteller. Ein unterhaltsamer Nachmittag mit Texten und Musikbegleitung.

*Mit Anmeldung.*

**Wenn Sie nicht die Möglichkeit haben,  
selbstständig zur Veranstaltung zu kom-  
men, bieten wir einen Fahrdienst für  
3,50€ hin und zurück an.  
(Mit Anmeldung)**

**Mittwoch  
22.10.**

**Ca.  
11.30 Uhr  
Abholung  
12.00 Uhr  
Mittagessen  
3,50 €  
(Hin- und  
Rückfahrt)**

► **Fahrdienst zum gemeinsamen  
Mittagessen im ASZ (Café Central)**

Sie wünschen sich Geselligkeit beim Mittagessen, Ihnen ist es aber nicht möglich, selbstständig ein Lokal zu besuchen?

Das ASZ bietet einmal monatlich einen Fahrdienst mit Abholung und Heimfahrt ins ASZ (Café Central) zum gemeinsamen Mittagessen an.

**Abholzeit: wird nach Anmeldung individuell mitgeteilt. Rückfahrt: ca. 13.30 Uhr.**

*Anmeldung ab sofort möglich.*



# Veranstaltungen

Oktober / November 2025

**Donnerstag**

**23.10.**

**7.45 Uhr**

42 € (Fahrt, Führung & Busrundfahrt)

**TP:** ASZ-Haupteingang

## ► **Der bequeme Ausflug – Landesausstellung Regensburg und Busrundfahrt Kelheim**

Sie fahren nach Regensburg und besichtigen die Bayerische Landesausstellung „Ludwig I. - Bayerns größter König?“ im Haus der Bayerischen Geschichte Regensburg. Im Rahmen einer 75-minütigen Führung erfahren Sie Interessantes über den berühmten bayerischen König. Das gemeinsame Mittagessen findet gegenüber im Kolpinghaus Regensburg statt. Anschließend fahren Sie weiter in die Stadt Kelheim. Dort steigt ein Gästeführer zu, der Ihnen während der Busrundfahrt ins Altmühltal etwas über die Region erzählt. Zurück in Kelheim haben Sie noch Zeit die Beine zu vertreten und die Stadt auf sich wirken zu lassen. Am Abend geht es zurück nach Eching. Rückankunft um ca. 19 Uhr. Begleitung Julia König. *Mit Anmeldung.*

**Montag**

**27.10.**

**16.30 Uhr**

2 €

**TP:** ASZ-Saal

## ► **Vortrag – Steuern im Alter**

Fragen und Antworten insbesondere zur steuerlichen Situation in der Rente. Mit Wolfgang Teschauer, Steuerberater. *Mit Anmeldung.*

**Mittwoch**

**29.10.**

**9 Uhr**

23 € (inkl. Fahrt, Führung, Eintritt und MVV)  
16 € mit eigener Fahrkarte  
**TP:** Bahnhof (Richtung München)

## ► **München entdecken – Führung Ausstellung „Turner bis Van Gogh“**

Da die Neue Pinakothek aktuell aufgrund von Renovierungsarbeiten geschlossen ist, werden dortige Kunstwerke in der Alten Pinakothek ausgestellt. Die Ausstellung, in der Sie eine Führung haben heißt „Turner bis Van Gogh“. Die Führung dauert ca. 90 Minuten. Nach der Führung gemeinsames Mittagessen im Restaurant Deeba (Pakistanische & Indische Spezialitäten). Führung: Jessica Krämer. Begleitung Julia König. *Mit Anmeldung.*

**Mittwoch**

**29.10.**

**ab 9 Uhr**

kostenlose

Einzel-

termine

**TP:** ASZ-

Empfang

► **Einzelberatung (ca. 60 Min)  
zum Thema Bestattungsvorsorge**

Sie möchten wissen, was bei einem Sterbefall auf Sie oder Ihre Angehörigen zukommt? Welche Entscheidungen Sie bereits treffen können, um Ihre Liebsten im Trauerfall zu entlasten?

Frau Mörtl (Trauerfallberaterin von dem Bestattungsinstitut Karl Albert Denk) berät Sie gerne in allen Belangen wie z.B. Bestattungsarten, Kosten und Vorsorge. *Anmeldung und Terminvergabe ab sofort möglich.*

**Donnerstag**

**30.10.**

**8 Uhr**

10 €

(inkl. MVV)

3 € mit

eigener

Fahrkarte

**TP:** Bahnhof

(Richtung

München)

► **Die längere Wanderung –  
Thalkirchen - Grünwald - Pullach**

ca. 14 km. Von Thalkirchen um den Hinterbrühler See zur Grünwalder Brücke, dann auf dem Hochufer nach Pullach. Einkehr gegen 13.30Uhr in Pullach im Hotel Seitner (Altes Gutshofcafé). Begleitung: Sieglinde Heinz. *Mit Anmeldung.*

**Sonntag**

**09.11.**

**11 Uhr**

23 € (Karten

inkl. Verwal-

tungskosten-

pauschale)

**TP:**

Herkules-

saal

► **Kammerphilharmonie DaCapo –  
Matinée der Virtuosen: St Petersburg  
Pracht**

u.a. mit Werken von Sergei Rachmaninow, Max Bruch, Mikhail Glinka. Dirigent: Franz Schottky. Anfahrt individuell.

*Mit Anmeldung bis 17. Oktober 2025.*

**Sollte die Karte bis dahin nicht bezahlt sein, können wir leider keine Bestellung vornehmen.**

## ► **Workshop: Umgang mit digitalen Medien**

**„Mit meinem Smartphone oder Tablet auf du und du“  
Praktische, spielerische Anwendungen mit Ihrem  
Smartphone und Ihrem Tablet  
(nur Android Betriebssystem z.B. Samsung)**

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.

**Anmeldung ab sofort.**

**Freitags - immer von 10-12 Uhr**

**14.11. | 21.11. | 28.11. | 05.12.**

**Kosten für alle Termine: 36 € | TP: ASZ-Saal**

**Anmeldung für alle Termine erforderlich!**

Leider wurde die Förderung des ZBFS eingestellt, daher müssen wir eine Teilnahmegebühr erheben.

# „Wohnen für Hilfe“



**Menschen / Familien die sich Unterstützung wünschen stellen Studenten / Auszubildenden kostenlosen Wohnraum in Eching und Umgebung zur Verfügung und erhalten von ihnen dafür Unterstützung im Alltag.**

## Ein Gewinn für Beide!

- ▶ 1 qm Wohnfläche = 1 Stunde Alltagshilfe im Monat. (Die Nebenkosten werden pauschal berechnet.)
- ▶ Die Studenten helfen im Alltag, zum Beispiel beim Einkaufen, im Haushalt, beim Kochen oder bei der Gartenarbeit, begleiten zum Arzt oder Spaziergang.
- ▶ Von den Hilfen sind Pflegeleistungen jeglicher Art ausgenommen.
  
- Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bei uns im ASZ.
- Wir vereinbaren einen Termin und unterhalten uns in einem persönlichen Gespräch über Ihre Wünsche und Interessen.
- Im Anschluss schlagen wir passende Wohnpaare vor.
- Sie lernen sich kennen und entscheiden selbst, ob eine Wohnpartnerschaft für Sie in Frage kommt.
- Wir helfen Ihnen bei der Vertragsgestaltung und beraten Sie, solange Ihre Wohnpartnerschaft besteht.



# Monatliche Veranstaltungen

September/Oktober 2025

**Montag**  
**06.10.**  
**12-13 Uhr**

10 € (inkl.  
Mittags-  
snack)

**TP:** ASZ-Saal

## ▶ **Bewegung und gesunder Genuss in der Mittagspause**

*In Kooperation mit der VHS Eching*

Jeden ersten Montag im Monat bietet die „Bewegte Pause“ eine Mischung aus leichten Kraft-, Dehn-, Mobilitäts- und Entspannungsübungen, um den Körper zu lockern, Verspannungen zu lösen und die Konzentration zu verbessern. Die Übungen sind so gestaltet, dass keine spezielle Ausrüstung oder Sportkleidung benötigt wird. Nach dem 30-minütigen Training genießen wir gemeinsam einen Mittagssnack.

**Mit Anmeldung bei der VHS Eching.**

**Dienstag**  
**09.9./14.10.**  
**11.45 bis**  
**13.45 Uhr**

## ▶ **Echinger Kreativzirkel**

Mit Frau Krämer. Arbeiten mit Textilien und Wolle. *Ohne Anmeldung.*

Eintritt frei. **Treffpunkt:** Werkraum

**Mittwoch**  
**01.10.**  
**13.45 Uhr**  
3,50 € Fahrt  
**TP:** ASZ

## ▶ **Fahrt zum „Offenen Café“ in Günzenhausen**

Es sind alle Interessierten zum gemütlichen Beisammensein herzlich eingeladen. Das ASZ bietet einen Fahrdienst mit Hin- und Rückfahrt an.

Zurück in Eching ca. 16 Uhr. **Mit Anmeldung.**

**Mittwoch**  
**17.9./15.10.**  
**15 Uhr**

## ▶ **Kaffeeklatsch mit Musik**

Ein beschwingter Nachmittag zum Ratschen und Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. *Ohne Anmeldung.*

**Mittwoch**  
**24.9./15.10.**  
**16 Uhr**  
Eintritt frei  
**TP:** ASZ-  
Empfang

## ▶ **Smartphone-Sprechstunde**

Schülerinnen und Schüler der Mittelschule Eching stehen bereit, um interessierten Senioren Smartphones zu erklären. *Ohne Anmeldung.*

**Mittwoch**  
**24.9./29.10.**  
**15 Uhr**  
Eintritt frei

## ▶ **ASZ-Bewohner-Stammtisch**

Bewirtung: Café Central. *Ohne Anmeldung.*

**Freitag**  
**19.9./17.10.**  
**10 Uhr bis**  
**11.30 Uhr**  
Eintritt frei

### ► **Lesekreis**

Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen wollen. Mit Frau Siebert und Frau Edlinger. Anmeldung im ASZ/MGH.

**Treffpunkt:** ASZ-Stüberl

**Freitag**  
**05.9./10.10.**  
**10 - 12 Uhr**  
**NEU: 10 €**  
**für 1 Stunde**  
**TP:** ASZ-  
Empfang

### ► **Mediensprechstunde – Umgang mit digitalen Medien**

Sie haben Fragen zu Fernsehen, Radio, CD- und DVD-Player, Festnetz & Mobiltelefon, Internet, PC, Notebook oder Tablet? Stellen Sie Ihre Fragen gerne schon vorab.

*Anmeldungen ab sofort möglich.*

**NEU: UKB von 10 € je Beratung.**

**Freitag**  
**19.9./17.10.**  
**Abfahrt**  
**12.30 Uhr**  
21 € (Fahrt)

### ► **Großer Bus zur Therme Bad Gögging**

Auch für Nichtschwimmer geeignet.

Infos bei Margret Michel, Tel. 089/310 28 73.

Rückfahrt: 17 Uhr. Eintritt Therme 14 €.

*Mit Anmeldung bei Frau Michel.*

**TP:** Untere Hauptstr. / Ecke Heidestraße

**Samstag**  
**20.9./18.10.**  
**13.30 bis**  
**15.30 Uhr**  
6,50 €  
**TP:** Stüberl

### ► **Café Auszeit – Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz**

Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. Der Preis beinhaltet bereits Kaffee & Kuchen. *Mit Anmeldung.*

**Samstag**  
**20.9./18.10.**  
**14 - 16 Uhr**  
Eintritt frei  
**TP:** ASZ-Saal

### ► **Reparatur-Café – Reparieren statt Wegwerfen**

Nicht mehr funktionierende Geräte können mitgebracht und vor Ort repariert werden.

**Am 20.09.2025 auch mit Fahrradreparatur!**

*Mit Anmeldung.*

**Samstag**  
**06.9./04.10.**  
**13 Uhr**  
Eintritt frei  
**TP:** ASZ-  
Foyer

### ► **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 angenehmer Runde zu genießen. Informationen bei Frau Saller: Tel. 0170/776 82 32.

*Ohne Anmeldung.*



## Kurse und Treffs

### wöchentlich am Montag

**9 Uhr bis  
10.15 Uhr**  
à 2 €  
**TP:** Gymnas-  
tikraum UG

#### ▶ **BRK – Bewegung am Morgen**

Senioren-Gymnastik  
mit Frau Graetz & Frau Tschuk  
Ab 22.09., 7x  
Tel. 089/329 13 11 oder 089/319 11 73

**10.30 Uhr  
bis  
11.30 Uhr**  
5 € / Monat  
**TP:** Gymnas-  
tikraum UG

#### ▶ **BRK – Gymnastik im Sitzen**

Gymnastik „auf die sanfte Art“  
mit Frau Graetz, Tel. 089/329 13 11  
Ab 22.09., 7x

**10 Uhr bis  
11.15 Uhr**  
à 3,50 €  
**TP:** ASZ-Saal

#### ▶ **Offenes Singen „Chor Silberklang“**

Für jeden, der gerne singt oder zuhört.  
Leitung: Kayao Katsuta-Grandy  
09.09. | 16.09. | 28.09.

**13.30 Uhr**  
Eintritt frei  
**TP:** Stüberl

#### ▶ **Offene Schafkopfrunde**

**14 Uhr bis  
16 Uhr**  
Eintritt frei  
**TP:** Gymnas-  
tikraum UG

#### ▶ **Offener Tischtennistreff**

Auch in den Schulferien  
Leitung: Peter Jeltsch

**15 Uhr**  
Eintritt frei  
**TP:** Biblio-  
thek

#### ▶ **Offener Spieletreff im ASZ**

Eingeladen sind alle, die Lust an Brett-  
spielen, Kartenspielen etc. haben

**17 Uhr bis  
18 Uhr**  
5 € / Monat

#### ▶ **Ausgleichsgymnastik BRK Dietersheim**

Frau Nagl, Tel. 089/320 36 76

**19 Uhr**  
Eintritt frei  
**TP:** Biblio-  
thek

#### ▶ **Offene Schafkopfrunde**

► **FAHRT** zur Ü65 Wassergymnastik  
nach Unterschleißheim

**Dienstags - immer um 8.45 Uhr**

**16.09. | 23.09. | 30.09. | 07.10.**

**14.10. | 21.10. | 28.10.**

**Kurszeit: 9.30 - 10.15 Uhr** / Rückfahrt ca. 11 Uhr

**Kosten: Je 11 €** (Fahrt, Kleinbus + Eintritt)

*Mit Anmeldung ab sofort für jede einzelne Fahrt.*

**Neu!** Sie möchten gerne mit zur Wassergymnastik,  
haben aber nicht die Möglichkeit selbstständig zum  
ASZ zu kommen? Sprechen Sie uns gerne für eine  
mögliche Abholung von Zuhause an (zzgl. 2 €).

► **Kurse und Treffs**  
**wöchentlich am Dienstag**

**13.30 und**

**14.45 Uhr**

**TP:** Gymnas-  
tikraum UG

► **BRK Seniorengymnastik im ASZ**

Frau Schneider: Tel. 089/319 27 74

Frau Pfeiffer: Tel. 089/319 28 53

Ab 16.09., 7x

**14 Uhr bis**

**17 Uhr**

Auch in den  
Schulferien

**Material-  
kosten**

**TP:** Werk-  
raum

► **Offene Mosaikwerkstatt**

Mit Asylbewerbern und Einheimischen im  
Werkraum des ASZ. Es werden dekorative  
Gartensäulen mit Mosaik aus Scherben von  
Wandfliesen und Keramikgeschirr oder sons-  
tigem „Krimskrams“ gefertigt. Es können  
auch eigene Gegenstände wie Blumentöpfe,  
Flaschen uvm. verziert werden. Vorkennt-  
nisse sind nicht erforderlich, nur Freude am  
Gestalten. Anleitung: Margret Lösch.  
*Ohne Anmeldung.*

**15 Uhr**

Eintritt frei

**TP:** Biblio-  
thek

► **Offene Bridge-Gruppe**



## Kurse und Treffs

wöchentlich am Mittwoch

**9 Uhr bis  
12 Uhr**  
à 11,50 €  
**TP:** Werk-  
raum

### ▶ **Offene Töpferwerkstatt**

Für Anfänger & Fortgeschrittene mit Heide Prötel  
Ab 17.09., 7x

**9 Uhr bis  
10 Uhr**  
49 €  
**TP:** Gymnas-  
tikraum UG

### ▶ **Kurs: Muskelaufbau \***

Kräftigen und Dehnen der Muskulatur für  
Damen und Herren. In Zusammenarbeit mit  
der Praxis Setzwein.  
Ab 17.09., 7x

**9 Uhr**  
32,40 €  
gesamt

### ▶ **Kurs: Englisch conversation \***

Für alle geeignet, die keine Anfänger sind.  
Mit Jill Seidlitz

**TP:** ASZ-

17.09. | 24.09. | 08.10.  
15.10. | 22.10. | 29.10.

**15 Uhr**  
Eintritt frei  
**TP:** Raum  
1.OG

### ▶ **Offene Skatrunde für Damen**

Information & Anmeldung bei Frau Seifarth  
Tel. 089/312 004 22

**14 Uhr bis  
16 Uhr**  
Eintritt frei

### ▶ **Offener Tischtennistreff**

Auch in den Schulferien  
Leitung: Peter Jeltsch

**TP:** Gymnas-  
tikraum UG

**15 Uhr**  
Eintritt frei

### ▶ **Skatrunde für Herren**

Information & Anmeldung bei Hr. Damnik  
Tel. 089/319 48 28

**TP:** Biblio-  
thek



## Kurse und Treffs

wöchentlich am Donnerstag

**10-11 Uhr**

56 €  
gesamt

**TP:** ASZ-Saal

### ▶ Ganzheitliches Gedächtnistraining

Leitung: Christiane Lüth (Mitglied im Bundesverband Ganzheitliches Gedächtnistraining e. V.)

04.09. | 11.09. | 18.09.  
25.09. | 09.10. | 16.10. | 30.10.

**Aktuell  
pausiert!**

### ▶ Schonendes Yoga \*

Aktuell pausiert. Neuer Kurs in Planung.  
Erkundigen Sie sich gerne.

**14 Uhr**

Eintritt frei

**TP:** Bibliothek

### ▶ ASZ Schachgruppe

**\* Um Anmeldung im ASZ wird gebeten.**

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



# Anmeldung zu den Veranstaltungen September/Oktober 2025

Um die Wartezeit bei der Anmeldung abzukürzen, bitten wir um **schriftliche Anmeldungen** 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, 25. August 2025 können Sie Ihre Anmeldung persönlich abgeben. Für die Frühaufsteher öffnen wir den Empfang früher und nehmen Ihre Anmeldungen ab 7.15 Uhr entgegen.**

Ihre Wünsche werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet. **Es können maximal 2 Personen angemeldet werden.** Am Nachmittag teilen wir auf Anfrage mit, an welchen Veranstaltungen Sie teilnehmen können.

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

**Die Kosten für Veranstaltungen, die vom Teilnehmer am Vortag der Veranstaltung nach 12 Uhr abgesagt werden, können leider nicht erstattet werden.** Ausnahme: Wanderungen und Radtouren

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.**

Sollten Sie Fragen zur Barrierefreiheit oder Beschwerlichkeit der Ausflüge haben, sprechen Sie uns an!



## **Anmeldung zu den wöchentlichen Kursen und Treffs**

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

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. Hier die Kontoverbindungen:**

### **Sparkasse Freising Moosburg**

**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 – Mehrgenerationenhaus**

**Adresse**

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

**Kontakt**

**Telefon:** 089/327142-0

**E-Mail:** info@asz-eching.de

**Bürozeiten**

**Montag – Freitag** 9 bis 12 Uhr

**Montag – Donnerstag** 13 bis 16 Uhr  
und nach Vereinbarung