



Mehr
Generationen
Haus

Programm Mai Juni 2026



Veranstaltungen und
wöchentliche **Kurse & Treffs**



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

- ▶ **Projekt „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 - keine Pflegeleistungen!

- ▶ **Bücher-Tauschbörse**
ASZ-Foyer und Bibliothek

- ▶ **Raumvermietung**
Miete gegen Gebühr möglich – private Feiern über das „Café Central“ unter Tel. 089/31971462

- ▶ **IsarCard65**
für den MVV zum Ausleihen

Liebe Echingerinnen und Echinger,

meistens kommt der letzte Schnee genau dann, wenn man denkt, der Winter sei vorüber. In unseren Planungen ist der Winter auf jeden Fall geschafft – wir stecken schon mitten in der Organisation des Frühlings. In diesem Programm können Sie den Frühling schnuppern – neben den Vorträgen, Kursen, Kultur- und Infoveranstaltungen stehen wieder viele Aktivitäten an der frischen Luft an. Radtouren, Wanderungen, Ausflüge mit Bahn oder Reisebus. Schauen Sie durch unser Programm und machen Sie mit, wenn Ihnen danach ist – wir freuen uns!

Ihr Team des
Alten Service Zentrum / Mehrgenerationenhaus



Regelung für Absagen:

- Bequeme Ausflüge mit dem Reisebus sowie die Reservierung der Isarcard65 können **bis zum dritten Werktag 12.00 Uhr vor dem Termin** abgesagt werden.
- Alle anderen Veranstaltungen werden bei einer Absage **bis 12.00 Uhr am Vortag** erstattet.
- Wanderungen und Radtouren können auch spontan abgesagt werden.

Bei späteren Absagen können die Kosten leider nicht mehr erstattet werden!

Folgen Sie uns auf Facebook und Instagram:



Alten Service Zentrum /
Mehrgenerationenhaus Eching
@ASZEching



ASZ-MGH Eching
@aszmgh_eching



gutschein

Suchen Sie ein Geschenk?

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

► **Barrierefrei unterwegs – unser Opel Combo ist jetzt rollstuhlgerecht!**



Rollstuhlfahrer können ab sofort beim ASZ/MGH Fahrdienste in Anspruch nehmen und bei Ausflügen teilnehmen.

Das Wichtigste auf einen Blick:

- Unsere Fahrer sind Ehrenamtliche die ausführlich in das Rollstuhlbefestigungssystem eingewiesen wurden
- Bestellung des Fahrdienstes unter: 089/327142-0
- Kosten: 17€ pro Stunde + 0,40€ pro KM
- Fahrer können auf Anfrage auch den Termin begleiten
- Die pauschalen Preise für die Ausflüge entnehmen Sie dem Programm



Wenn Sie einen Fahrdienst brauchen, melden Sie sich frühzeitig bei uns und wir suchen einen Fahrer für Sie.



► **ANGEBOT** Generalproben-Abonnement Münchener Philharmoniker Konzertsaison 2026/2027

Wenn Sie Interesse am Erwerb von einem Abonnement haben (wahrscheinlich 6 Probentermine zu voraussichtlich 80,- €), bitten wir Sie, sich persönlich **ab Montag, den 27. April 2026**, zeitgleich mit der allgemeinen Programmanmeldung, vormerken zu lassen. Anzahl, Daten und Kosten werden bekanntgegeben, sobald die Informationen der Philharmoniker kommen. Zu einem späteren Zeitpunkt ist selbstverständlich auch Anmeldung telefonisch, elektronisch etc. möglich.

Wir bitten um eine Anzahlung von 55,- € pro Abo bei der Anmeldung.

Information und Anmeldung im Alten Service Zentrum Eching/Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstr. 4, info@asz-eching.de; Tel.: 089/ 327 142 -0

► **AUSSTELLUNG** „Zwei Kulturen – Tamilische Wurzeln und Eindrücke aus Eching“

von Dienstag, 9. Juni bis Mittwoch, 26. August 2026

Die Ausstellung zeigt Werke von Vater und Sohn, die sich in ihrer künstlerischen Ausdrucksweise ergänzen. Die Arbeiten bewegen sich zwischen gegenständlichen Landschaften, abstrakten Kompositionen und freien Experimenten mit Acrylfarben.

Insgesamt werden etwa 30 Bilder von Ukassch Ukethar und 25 Werke seines Vaters zu sehen sein. Die Motive verbinden die tamilische Kultur mit Eindrücken aus ihrem heutigen Leben in Eching, wodurch persönliche Stimmungen, Emotionen und Naturerlebnisse sichtbar werden.

„Offenheit, Kreativität und Freude am Malen prägen die Arbeiten – jede Leinwand erzählt ihre eigene Geschichte, inspiriert von zwei Generationen und zwei Perspektiven.“

Vernissage am Donnerstag, den 11. Juni um 18.00 Uhr
(Ohne Anmeldung)



Veranstaltungen

Mai 2026

**Montag
04.05.
14.30 Uhr**
Eintritt frei

TP: ASZ-Saal

▶ **Wir machen mit –
AKTIONSWOCHE zuhause daheim!
Vortrag zum Thema Pflege**

Informationen über die Leistungen der Pflegeversicherung für Pflegebedürftige und Angehörige. Referentin: Johanna Manhart, AOK Pflegeberaterin. *Anmeldung ab sofort möglich.*

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

**Montag
11.05.
14.30 Uhr**
2€

TP: ASZ-Saal

▶ **Vortrag von Franz Grieser: Mit dem
Motorrad durch Zentral Asien bis in die
Mongolei**

Mit dem Motorrad entlang der Seidenstraße geht es von der Türkei über Zentralasien bis in die Mongolei. Die Reise führt durch Steppen, Wüsten und Hochgebirge, vorbei am ausgetrockneten Aralsee, legendären Städten wie Samarkand und durch den Pamir bis in die Weiten der Mongolei. Nach sieben Wochen und 17.000 Kilometern endet das Abenteuer in Ulan Bator – pünktlich zum Naadam-Fest, dem wichtigsten Fest der Mongolei. *Anmeldung ab sofort möglich.*

**Montag
11.05.
ab 16.30 Uhr**
Eintritt frei
TP: Foyer

▶ **Foyer-Konzert**

Piano Pop-Pürée mit Gerrit. Lauschen Sie spannender Klaviermusik. *Ohne Anmeldung.*

**Dienstag
12.05.
14.30 Uhr**
mit Spenden-
korb
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.*

**Mittwoch
13.05.
ab 10 Uhr**
kostenlos
TP: ASZ-
Empfang



► **NEU! Einzelberatung (ca. 45 Min.) der EUTB rund um das Bundesteilhabegesetz**

Die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung, kurz EUTB, ist ein Beratungsangebot für Menschen mit Behinderungen oder chronischen Erkrankungen und anderen gesundheitlichen Einschränkungen sowie für deren Angehörige und nahestehende Personen.

Die EUTB berät Sie in Bereichen wie z. B.

- Arbeiten mit Behinderung
- Rehabilitation
- Freizeit
- Wohnen
- Beantragung konkreter Sozialleistungen
- Umgang mit (unsichtbaren) Behinderungen

Rechtliche Beratung und Begleitung vor Gericht werden nicht angeboten. *Anmeldung und Terminvergabe ab sofort möglich.*

Wenn Sie nicht die Möglichkeit haben zu uns zu kommen, gibt es unter bestimmten Umständen die Möglichkeit auf einen Hausbesuch.

**Mittwoch
13.05.
16 Uhr**
mit Spenden-
korb

TP: ASZ- Saal

► **Artistenshow des „Circus Dumbo“**

Ein Zirkus, der ins Haus kommt: Der Circus Dumbo der Artistenfamilie Frank begeistert seit sechs Generationen sein Publikum – auch ohne großes Zelt. In seinem Programm erleben die Zuschauer mitreißende Showeinlagen aus Akrobatik, Humor und Musik. Freuen Sie sich auf Handstandbalance, Hula-Hoop, Tellerjonglage, Clownseinlagen, eine spannende Westernnummer und Live-Trompetenmusik. *Anmeldung ab sofort möglich.*

**Samstag
16.05.
12 Uhr**
11,50 €
(inkl. Wasser
und Kaffee)

TP: ASZ-
Stüberl

► **Echinger kochen für Echinger**

Es kochen für Sie Frau Baias und Frau Kraft ein leckeres Menü. Lassen Sie sich überraschen und verwöhnen.

Unser monatliches Kochen erfreut sich sehr großer Beliebtheit. Um möglichst vielen Menschen die Teilnahme zu ermöglichen, hat der Vorstand des Vereins festgelegt, dass jeder, der bereits 6x (Jahr) teilgenommen hat, zunächst auf eine Warteliste gesetzt wird und bei freien Plätzen nachrücken kann. *Mit Anmeldung.*



Veranstaltungen

Mai 2026

Dienstag

19.05.

7.30 Uhr

42 € (inkl.

Fahrt und

Führung)

TP: ASZ

▶ **Der bequeme Ausflug – Besenmuseum/
Frauenkirche Günzburg und Kräuterhaus
Saint Bernhard**

Mit dem Reisebus geht es heute in die Region von Günzburg. Im Besenmuseum haben Sie eine Führung. Die Führung findet in zwei Gruppen statt. Während die eine Gruppe eine Führung im Besenmuseum hat, hat die andere Gruppe eine Führung in der Frauenkirche in Günzburg. Natürlich findet dann ein Wechsel der Gruppen statt, so dass Sie beides besichtigen können. Das gemeinsame Mittagessen findet im Gasthaus „Zur Münz“ in Günzburg statt. Am Nachmittag fahren Sie zum Kräuterhaus Saint Bernhard in Bad Ditzgenbach. Dort haben Sie eine einstündige Führung. Im Anschluss können Sie den Shop aufsuchen oder gemütlich Kaffee trinken. Die Rückfahrt nach Eching ist um ca. 17.15 Uhr geplant. Rückankunft in Eching gegen 19.15 Uhr. Begleitung Julia König. *Mit Anmeldung.*

Dienstag

19.05.

10 Uhr

3 €

TP: ASZ

Kastanien-

eingang

▶ **Radltour „München Kanalrunde“**

ca. 60km. Mit Einkehr. Mit Begleitung

Mit Anmeldung.

Donnerstag

21.05.

9 Uhr

10,50 €

(Fahrt)

3 € mit

eigener

Fahrkarte

TP: Bahnhof

(Richtung

Freising)

▶ **Leichte Wanderung – „Quellen & Kapellen“**

ca. 12 km. Das älteste Haus Erdings, ein Schloss und Waldseen werden Sie heute erwandern. Um ca. 12:30 Uhr werden Sie dann das Mittagessen in einem bayrischen Restaurant einnehmen. Über Feld- und Waldwege und entlang der Sempt wandern Sie dann weiter. Bevor Sie zurückfahren, winkt Ihnen noch der Peter zu. Die Tour endet um ca. 17.00 Uhr. Begleitung: Sylvia und Michael Steigerwald. *Mit Anmeldung.*

**Dienstag
26.05.**

11.30 Uhr
5€ (inkl.
Fahrt, Ver-
pfl egung)

TP: ASZ

► **Ausflug zum Schrebergarten des Ehepaars Freinberger in Eching**

Gemeinsam mit den Grundschulkindern aus der Ferienbetreuung des ASZ besuchen wir den Schrebergarten von Monika und Siegfried Freinberger (sie werden mit dem Kleinbus gefahren). Dort wird gemeinsam Mittag gegessen – es gibt Würstl vom Grill und eine Nachspeise. Freuen Sie sich auf ein paar schöne Stunden. Zurück im ASZ ca. 15 Uhr. Bei schlechtem Wetter findet die Veranstaltung im ASZ statt. *Mit Anmeldung.*

Abholung von zuhause und Heimfahrt für 3,50 € möglich.

**Dienstag
26.05.**

13.45 Uhr
6 € (inkl.
Fahrt, Kaf-
feetrinken)

TP: ASZ

► **Thema Pflegebedürftigkeit – Besichtigung Pichlmayr Senioren-Zentrum Garching**

Mit dem Kleinbus fahren Sie in das nahe-
liegende Garchinger Pflegeheim, wo Sie bei
einem kurzen Rundgang Wissenswertes
über den Heimaltag erfahren. Im Anschluss
vor Ort Kaffeetrinken. Zurück in Eching ca.
16Uhr. *Mit Anmeldung.*

**Mittwoch
27.05.**

8 Uhr
11 € (inkl.
Fahrt)
3 € (Selbst-
fahrer)

TP: ASZ

► **Waldwanderweg bei Ruppertszell mit dem Kleinbus**

Rundwanderung im Hügelland zwischen
Schrobenhausen und Altomünster. Länge
13 km, Steigung 120 Hm, ca. 4 Std., Einkehr
nach der Tour in Schrobenhausen. Zurück in
Eching ca. 15 Uhr.
Begleitung: Siglinde Heinz. *Mit Anmeldung.*

**Mittwoch
27.05.
ab 9 Uhr**

kostenlose
Einzel-
termine

TP: ASZ-
Empfang

► **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 Zu-
kunft Vorsorge zu treffen. Die Hospizgruppe
Freising e.V. bietet Einzelberatung zu diesem
Thema. *Anmeldung ab sofort möglich.*

▶ **Veranstaltungen**

Mai / Juni 2026

**Donnerstag
28.05.**

8.40 Uhr

23 € (Fahrt,
Führung,
Eintritt, MVV)

15,50 € mit
eigener
Fahrkarte

TP: Bahnhof
(Ri. München)

▶ **München entdecken – Führung im Marstallmuseum**

Neben dem Schloss Nymphenburg befindet sich das Marstallmuseum, das Kutschen, Schlitten und Reitzubehör aus Wittelsbacher Besitz beherbergt. Dort haben Sie eine Führung, Dauer ca. 90 Minuten. Nach der Führung (ca. 12 Uhr) ist ein Mittagessen im Café Palmenhaus geplant. **Bitte geben Sie unbedingt bei Ihrer Anmeldung an, ob Sie beim Mittagessen dabei sein möchten.** Begleitung Julia König. *Mit Anmeldung.*

▶ **Vortrag „Natürlich gesund - Helfen mit Hausmitteln“**

Erkennen der Möglichkeiten und Grenzen von Heilkräutern und Hausmitteln. Anwendung von Heilkräutern und Hausmitteln, Grippalem Infekt, Ohrenschmerzen, Magen-Darmerkrankungen, Insektenstichen u.a. Referentin: Bettina Colombo-Egerer, Apothekerin, Ernährungsberatung, Homöopathie und Naturheilverfahren. *Mit Anmeldung.*

▶ **Ausflug ohne Barrieren (inklusive Abholung von zuhause und Heimfahrt) zu den Weihenstephaner Gärten in Freising: Pfingstrosenblüte**

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

Bestaunen Sie die wunderschöne Pfingstrosenblüte, wofür der Sichtungsgarten Weihenstephan über die Grenzen des Landkreises hinaus bekannt ist. Sie haben 1,5 Stunden Zeit die Blüten und andere Pflanzen zu bestaunen oder auch im Café Orangerie, gleich neben dem Sichtungsgarten, einzukehren. In den Gärten gibt es vereinzelt Bänke zum Pausieren. Toiletten sind vorhanden.

Weiter auf der nächsten Seite...

**Montag
01.06.**

**Abholung ab
13 Uhr**

(genaue
Uhrzeit wird
kurz vorher
bekannt
gegeben)

5 € (inkl.
Fahrt)

Fortsetzung:

Mitnahme von Rollator & Rollstuhl ist möglich (Kann auch vom ASZ ausgeliehen werden). Dank unseres umgebauten Fahrzeugs ist es uns ab sofort möglich, Personen im Rollstuhl sitzend zu transportieren.

Begleitung: Selina Pöllner. Zurück in Eching ca. 16 Uhr. *Anmeldung ab sofort möglich.*

**Dienstag
02.06.
9.30 Uhr
3 €
TP: ASZ
Kastanien-
eingang**

► **Radltour „Burgberg in Wartenberg“**

ca. 74 km. Mit Einkehr. Mit Begleitung. Rückfahrt von Bahnhof Freising mit der S-Bahn (Fahrkarte kauft jeder selbst). *Mit Anmeldung.*

**Dienstag
02.06.
12.30 Uhr
TP: Stüberl**

► **Kochen für Köche**

Frau König und Frau Pöllner bedanken sich bei allen ehrenamtlichen Köchen des ASZ / Mehrgenerationenhauses. Einladung ergeht gesondert.

**Mittwoch
03.06.
16 Uhr bis
17.30 Uhr
TP: Stüberl**

► **Gruppe für pflegende Angehörige**

In einem ungezwungenen Rahmen haben Sie Gelegenheit zum Austausch mit Gleichgesinnten und erhalten fachliche Informationen. Leitung: Julia König. *Mit Anmeldung.*

**Montag
08.06.
14.30 Uhr
13 € (Fahrt
Kleinbusse
Eintritt,
Kaffee &
Kuchen)
TP: ASZ**

► **Ausflug zum Film Café 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.* *Dieser Ausflug richtet sich vordergründig an Personen, die keine Möglichkeit haben selbstständig dorthin zu kommen. Wenn Sie möchten, können Sie selbst Tickets online oder direkt vor Ort kaufen und eigenständig dorthin fahren.*

**Montag
08.06.
ab 16.30 Uhr
Eintritt frei
TP: Foyer**

► **Foyer-Konzert**

Piano Pop-Pürée mit Gerrit. Lauschen Sie entspannender Klaviermusik. *Ohne Anmeldung.*



Veranstaltungen

Juni 2026

**Mittwoch
10.06.
ab 10 Uhr**
kostenlos
TP: ASZ-
Empfang

NEU!

▶ **NEU! Einzelberatung (ca. 45 Min.) der EUTB rund um das Bundesteilhabegesetz**

Die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung, kurz EUTB, ist ein Beratungsangebot für Menschen mit Behinderungen oder chronischen Erkrankungen und anderen gesundheitlichen Einschränkungen sowie für deren Angehörige und nahestehende Personen.

Die EUTB berät Sie in Bereichen wie z. B.

- Arbeiten mit Behinderung
- Rehabilitation
- Freizeit
- Wohnen
- Beantragung konkreter Sozialleistungen
- Umgang mit (unsichtbaren) Behinderungen

Rechtliche Beratung und Begleitung vor Gericht werden nicht angeboten. *Anmeldung und Terminvergabe ab sofort möglich.*

Wenn Sie nicht die Möglichkeit haben zu uns zu kommen, gibt es unter bestimmten Umständen die Möglichkeit auf einen Hausbesuch.

**Donnerstag
11.06.
8.15 Uhr**
32 € (inkl.
Fahrt,
Frühstück,
Alpakafutter,
Hofzeit,
Wanderung)

TP: ASZ

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

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 - 2,5 km über Feldwege), bei welchem sich 2 Personen 1 Alpaka teilen.

Zurück in Eching ca. 12.30 Uhr.

Begleitung: Selina Pöllner. *Mit Anmeldung.*

Freitag

12.06.

9 Uhr

10,50 €

(inkl. Fahrt)

3 € mit
eigener Fahr-
karte

TP: Bahnhof
(Richtung
München)

► **Leichte Wanderung**

ca. 10,5 km. Sie wandern über Feldwege und beschauliche Nebenstraßen an Badesseen vorbei und mit etwas Glück entdecken Sie freilaufende Pfaue. Am Langwieder See werden Sie ihre Mittagspause machen, bei schönem Wetter im Biergarten. Danach gehen Sie noch ca. 1 Stunde, bevor Sie die „Russen-Brücke“ überqueren und dann wieder heimfahren. Um ca. 16.30 Uhr endet die Tour wieder in Eching.

Begleitung: Sylvia und Michael Steigerwald.
Mit Anmeldung.

Montag

15.06.

9 - 12 Uhr

2 €

TP: Stüberl

► **Gesundes Frühstück frisch gemacht**

In unserem Workshop stellen wir gemeinsam leckere Frühstücksvarianten wie Körnerknäckebrötchen, Knuspermüsli und Eiweißbrot mit vegetarischen Aufstrichen her. Diese enthalten besonders viel von den Nährstoffen, die uns im Alltag so oft fehlen (z.B. Ballaststoffe und ungesättigte Fette). Nach der Arbeit folgt das Vergnügen: wir genießen zusammen. Bringen Sie gerne eine kleine Dose mit, dann können wir die Reste für das Frühstück am nächsten Tag aufteilen. Durchgeführt wird der Workshop von Bianca Meraner von der Verbraucherzentrale Bayern im Rahmen des IN FORM Projektes „Gesund und nachhaltig essen mit kleinem Budget.“ *Mit Anmeldung.*

Montag

15.06.

15.30 Uhr

kostenlos

TP: ASZ

► **Wohnen für Hilfe – Erfahrungsbericht eines bestehenden Wohnpaares**

Neben Informationen zum Ablauf und zu den Rahmenbedingungen des Projektes Wohnen für Hilfe, berichtet diesmal ein bestehendes Wohnpaar persönlich von seinen Erfahrungen im gemeinsamen Alltag. Die Studentin Frau Bugelnig wohnt seit 01.10.2025 bei der Echingener Seniorin Frau Kalb. Nutzen Sie die Gelegenheit, Fragen zu stellen, Einblicke aus erster Hand zu erhalten und mit anderen Interessierten ins Gespräch zu kommen. *Mit Anmeldung.*



Veranstaltungen

Juni 2026

Dienstag

16.06.

19 Uhr

Spendenkorb
für Phoenix
e.V.

TP: ASZ-Saal

▶ **Vortrag „Gut versorgt bei Schlaganfall –
im Klinikum und danach“**

Hierzu referieren die Neurologin Dr. Carolin Addinger vom Klinikum Freising & Elisabeth Wust vom Verein Phoenix e.V. und stehen für Fragen zur Verfügung. *Ohne Anmeldung.*

Mittwoch

17.06.

ab 9 Uhr

kostenlos

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

18.06.

7.45 Uhr

64€ (inkl.
Fahrt, Stadt-
führung,
Schiffahrt,
Kaffee und
Kuchen)

TP: ASZ

▶ **Der bequeme Ausflug mit dem Reisebus –
Stadtführung Bad Reichenhall und Schiff-
fahrt auf dem Tegernsee**

Heute führt Sie der Weg in den Kurort Bad Reichenhall. Dort haben Sie zunächst die Gelegenheit sich im königlichen Kurgarten, auch „der Garten der Heilung“ genannt, umzusehen und ein paar Runden im Gradierwerk zu drehen. Umrahmt von Bergen und königlichen Gebäuden genießen Sie das mediterrane Flair des Parks mit seinen exotischen Pflanzen. Bei einer Stadtführung erkunden Sie anschließend die bedeutendsten Sehenswürdigkeiten der Alpenstadt. Dabei erfahren Sie unter anderem einiges aus der reichen Geschichte Bad Reichenhalls mit den Schwerpunkten Salzgewinnung und Kurgeschehen. Zum Mittagessen kehren Sie im Brauereigasthof Bürgerbräu ein. Am Nachmittag geht es zum altbekannten Tegernsee. Dort werden Sie bei einer 1,5-stündigen Schiffsrundfahrt mit Kaffee und Kuchen verwöhnt. Begleitung: Selina Pöllner. Zurück in Eching ca. 19.15 Uhr. *Mit Anmeldung.*

Sonntag

21.06.

11 Uhr

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

TP:

Herkulesaal

► **Kammerphilharmonie DaCapo –
Sommermatinée**

u.a. mit Werken von Wolfgang Amadeus Mozart, Alexander Borodin, Peter Iljitsch Tschaikowsky. Dirigent: Franz Schottky. Anfahrt individuell.

Mit Anmeldung bis 29.05.2026.

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

Leider ist künftig nicht mehr gesichert, dass wir vergünstigte Konzertkarten erhalten.

Falls doch, wird nur ein sehr kleines Kontingent zur Verfügung stehen. Wir empfehlen Ihnen daher Karten/Abonnements für die Matineen direkt unter

www.kammerdacapo.de oder telefonisch unter 089/613 23 14 zu buchen.

Montag

22.06.

14.30 Uhr

mit Spenden-
korb

TP: ASZ-Saal

► **„Der Vogel, scheint mir, hat Humor“ -
Die amüsan-satirische szenische
Lesung mit Jürgen Wegscheider &
Markus Maria Winkler**

In einer humorvollen szenischen Lesung nach Wilhelm Busch widmen sich die beiden Schauspieler den Schwächen, Stärken und Gegensätzen des Menschen. Skurrile Geschichten und absurde Fragen treffen auf Texte von Autoren wie Ringelnatz, Morgenstern, Tucholsky oder Busch.

Feinsinnige Verse, pointierter Humor und ein hoher Wiedererkennungswert für das Publikum sind garantiert.

Anmeldung ab sofort möglich.

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



Veranstaltungen

Juni 2026

Dienstag

23.06.

12.30 Uhr

11,50 €

(inkl. Wasser
und Kaffee)

TP: ASZ-Saal

► **Echinger Kochen für Echinger**

Es kochen für Sie Frau Lebich und Frau Schum ein leckeres Menü. Lassen Sie sich überraschen und verwöhnen

Unser monatliches Kochen erfreut sich sehr großer Beliebtheit.

Um möglichst vielen Menschen die Teilnahme zu ermöglichen, hat der Vorstand des Vereins festgelegt, dass jeder, der bereits 6x (Jahr) teilgenommen hat, zunächst auf eine Warteliste gesetzt wird und bei freien Plätzen nachrücken kann. *Mit Anmeldung.*

Mittwoch

24.06.

13 Uhr

25 € (Fahrt,
Führung)

17,50 € mit
eigener Fahr-
karte

TP: Bahnhof
(Richtung
München)

► **München entdecken – Führung im Werksviertel am Ostbahnhof**

In einer zweistündigen Führung erfahren Sie etwas über die Geschichte des ehemaligen Pfanni-Areals und den Wandel über die Zwischennutzung Kunstpark Ost zum heutigen kreativen Stadtviertel.

Im Anschluss an die Führung, wenn Sie Lust haben, fahren Sie zusammen mit Frau König eine Runde mit dem umadum (Riesenrad beim Werksviertel). Lassen Sie sich das nicht entgehen – herrlicher Blick über München! Kosten für die Fahrt mit dem Riesenrad betragen 10 €. (Kosten vor Ort selbst zu zahlen). Diesmal ohne Einkehr. Begleitung Julia König.

Mit Anmeldung.

„Wohnen für Hilfe“

Ein Gewinn  für Beide!

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 - Keine Pflegeleistungen!

- ▶ 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.

**Montag
29.06.
ab 9 Uhr**

kostenlose
Einzel-
termine

TP: ASZ-
Empfang

▶ **Einzelberatung (je 60 Minuten) zum Thema Vorsorgevollmacht, Betreuungs- verfügung, 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.



Monatliche Veranstaltungen

Mai / Juni 2026

Dienstag

05.05.+

09.06.

11.45 bis

13.45 Uhr

Eintritt frei

TP: Werk-
raum

▶ Echinger Kreativzirkel

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

Dienstag

05.05.+

09.06.

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.

Mittwoch

06.05./03.06.

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.

Anmeldung ab sofort möglich.

Mittwoch

20.05./17.06.

15 Uhr

Eintritt frei

TP: ASZ-Saal

▶ Kaffeeklatsch

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

Ohne Anmeldung.

Mittwoch
20.05./17.06.
16 Uhr
Eintritt frei
TP: ASZ

▶ **Smartphone-Sprechstunde**

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

Mittwoch
27.05./24.06.
15 Uhr
Eintritt frei

▶ **ASZ-Bewohner-Stammtisch**

Bewirtung: Café Central.
Ohne Anmeldung.

Freitag
22.05./19.06.
10 Uhr bis
11.30 Uhr
Eintritt frei

▶ **Lesekreis**

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

TP: ASZ

Freitag
29.05./12.06.
19.30 Uhr
Eintritt frei

▶ **Film-Club „Cinema Paradiso“**

Monatliche Filme mit Gudrun Edlinger und Gertrud Wucherpfennig in gemütlicher Runde. Film entnehmen Sie den Aushängen. *Ohne Anmeldung.*

TP: ASZ-Saal

Freitag
08.05./05.06.
10 - 12 Uhr
10 €
für 1 Stunde

▶ **Mediensprechstunde –
Umgang mit digitalen Medien**

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.

TP: ASZ-
Empfang

Anmeldungen ab sofort möglich.



Monatliche Veranstaltungen

Mai / Juni 2026

Freitag

15.05./19.06.

Abfahrt

12.30 Uhr

21 € (Fahrt)

TP: Untere

Hauptstr. /

Ecke Heide-
straße

► **Großer Bus zur Therme Bad Gögging**

Auch für Nichtschwimmer geeignet.

Infos bei Margret Michel

Tel. 089/310 28 73.

Rückfahrt Gögging um 17 Uhr.

Eintritt Therme 14 €.

Mit Anmeldung bei Frau Michel.

Samstag

16.05./20.06.

13.30 bis

15.30 Uhr

6,50 €

TP: ASZ

► **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

16.05./20.06.

14 - 16 Uhr

Eintritt frei

TP: ASZ-Saal

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

Nicht mehr funktionierende Geräte können

mitgebracht und vor Ort repariert werden.

Mit Anmeldung.

Samstag

02.05./06.06.

13 Uhr

Eintritt frei

TP: Bibliothek

► **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. 0170/7768232.

Ohne Anmeldung.



IsarCard65 zum Ausleihen im ASZ



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

Zwei Karten stehen zum Ausleihen zur Verfügung!

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!



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

04.05. | 11.05. | 18.05. | 08.06.

15.06. | 22.06. | 29.06.

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

04.05. | 11.05. | 18.05. | 08.06.

15.06. | 22.06. | 29.06.



Kurse und Treffs

wöchentlich am Montag

**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

04.05. | 11.05. | 22.06. | 29.06.

13.30 Uhr
Eintritt frei
TP: ASZ-
Stüberl

▶ **Offene Schafkopfrunde**

**14 Uhr bis
15 Uhr**
7 € je Termin

TP: Gymnas-
tikraum UG

▶ **Kurs: Muskelaufbau & Rückengesundheit**

Kräftigen und Dehnen der Muskulatur für Da-
men u. Herren. Leitung: Konstantin Reinders

11.05. | 18.05. | 01.06. | 08.06.
15.06. | 22.06. | 29.06.

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

▶ **Offener Tischtennistreff**

Leitung: Peter Jeltsch

15 Uhr
Eintritt frei
TP: Bibliothek

▶ **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: Bibliothek

▶ **Offene Schafkopfrunde**



Kurse und Treffs

wöchentlich am Dienstag

Kurszeit:
9.30 bis
10.15 Uhr
Je 11 €
(Fahrt,
Kleinbus +
Eintritt)

TP: ASZ

▶ **Fahrt zur Ü65 Wassergymnastik nach Unterschleißheim**

Abfahrt um 8.45 Uhr. Rückfahrt ca. 11 Uhr.

05.05. | 12.05. | 19.05. | 09.06.
16.06. | 23.06. | 30.06.

Mit Anmeldung ab sofort für jede einzelne Fahrt.

Abholung von zuhause + Heimfahrt (zzgl. 2€)

15 Uhr bis
16 Uhr
3 €
je Termin

TP: ASZ
Kastanien-
eingang

▶ **Gehen und Reden - „Latschen und 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!

Trainerin: Manuela Mathar.

12.05. | 09.06. | 23.06.

Die Anmeldung ist im ASZ und in der vhs Eching möglich.

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 sonstigem „Krimskrams“ gefertigt. Es können auch eigene Gegenstände wie Blumentöpfe, Flaschen uvm. verziert werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Freude am Gestalten. Anleitung: Margret Lösch.
Ohne Anmeldung.

15 Uhr
Eintritt frei
TP: Bibliothek

▶ **Offene Bridge-Gruppe**



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
05.05. | 12.05. | 19.05. | 09.06.
16.06. | 23.06. | 30.06.

**16 Uhr bis
17 Uhr**

35 €

TP: ASZ

▶ **Poi Schwingen für Senioren**

Eine Kooperation von ASZ und VHS Eching

Die Anmeldung ist im ASZ und der VHS möglich.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränk.
Kursleitung: Tina Quintozzi.
ab 09.06. 5x



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
06.05. | 13.05. | 20.05.
10.06. | 17.06. | 24.06.

9 Uhr

5,40 €
pro Termin

TP: ASZ-Saal

▶ **KURS: Englisch conversation***

Für alle geeignet, die keine Anfänger sind.
Mit Jill Seidlitz
13.05. | 20.05. | 17.06. | 24.06.

15 Uhr

Eintritt frei

TP: Raum
1.0G

▶ **Offene Skatrunde für Damen**

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

**14 Uhr bis
16 Uhr**

Eintritt frei

TP: Gymnas-
tikraum UG

▶ **Offener Tischtennistreff**

Leitung: Peter Jeltsch

15 Uhr

Eintritt frei

TP: Bibliothek

▶ **Skatrunde für Herren**

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



Kurse und Treffs

wöchentlich am Donnerstag

Gruppe 1
08.00 Uhr -
08.45 Uhr

Gruppe 2
09.00 Uhr -
09.45 Uhr
8 €
pro Termin

TP: Gymnas-
tikraum UG

▶ **KURS: Rehatraining / Krafttraining
mit Anna Schlöger (Reha-Trainerin)**

Dieser Reha-Sport ist ein ganzheitliches Training, das gezielt den gesamten Bewegungsapparat stärkt. Anders als in der klassischen Physiotherapie werden nicht nur einzelne Beschwerden behandelt, sondern Muskeln, Gelenke, Sehnen und die neuromuskuläre Ansteuerung in ihrer Gesamtheit trainiert. So werden Bewegungen sicherer, kontrollierter und ökonomischer – für mehr Stabilität und Lebensqualität im Alltag.

07.05. | 21.05. | 28.05.
11.06. | 18.06. | 25.06.

Gruppe 1
09.45 Uhr -
10.45 Uhr

Gruppe 2
11.00 Uhr -
12.00 Uhr
7 €
pro Termin

TP: ASZ-Saal

▶ **KURS: Ganzheitliches Gedächtnistraining**

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

Gruppe 1: Mit abwechslungsreichen Lese- & Schreibaufgaben in Kombination mit Bewegungs- und Koordinationsaufgaben, werden Konzentration und Merkfähigkeit gefördert.

Gruppe 2: Vielseitige mündliche und spielerische Übungen. Konzentration, Koordination und Merkfähigkeit werden ohne schriftliche Aufgaben gefördert.

07.05. | 21.05. | 28.05. | 11.06. | 25.06.

14 Uhr
Eintritt frei

▶ **Offene ASZ Schachgruppe**

TP: Bibliothek



Kurse und Treffs

wöchentlich am Freitag

**12.30 Uhr -
15.15 Uhr**
8 €
pro Termin

TP: Gymnas-
tikraum UG

▶ **Schonendes Yoga**

Kursleitung: Andrea Strube

Gruppe 1: 12.30 – 13.45 Uhr

Gruppe 2: 14.00 – 15.15 Uhr

08.05. | 22.05. | 29.05. | 19.06. | 26.06.



Anmeldung zu den Veranstaltungen Mai/ Juni 2026

Spätestens eine Woche vor der Anmeldung liegt im ASZ/MGH ein eigenes Anmeldeformular aus, das dann ausgefüllt am Anmeldetag abgegeben werden kann.

Ab Montag, 27. April 2026 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.



Regelung für Absagen:

- Bequeme Ausflüge mit dem Reisebus sowie die Reservierung der Isarcard65 können **bis zum dritten Werktag 12.00 Uhr vor dem Termin** abgesagt werden.
- Alle anderen Veranstaltungen werden bei einer Absage **bis 12.00 Uhr am Vortag** erstattet.
- Wanderungen und Radtouren können auch spontan abgesagt werden.

Bei späteren Absagen können die Kosten leider nicht mehr 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.**

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.

Letzte Anmelde­möglich­keit
ist Montag, der 27.04.2026

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.

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

Es ist nur der gesamte Kurs buchbar.

Schnupperstunde zum Kennenlernen ist immer möglich.

Bitte bei der Anmeldung am Empfang Bescheid sagen.

Eine Zahlung der Kurse ist auch per Überweisung möglich. Hier die Kontoverbindungen:

Sparkasse Freising Moosburg

Älter werden in Eching e.V.

IBAN: DE18 7005 1003 0000 1112 78

BIC: BYLADEM1FSI

Freisinger Bank eG

Älter werden in Eching e.V.

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 – Donnerstag 9 - 12 Uhr
 und 12.45 - 16 Uhr
Freitag 8.30 - 12 Uhr

und nach Vereinbarung