ASZ
Alten Service Zentrum

Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander

Programm für Kinder und Familien

November/Dezember 2026





Liebe Eltern, liebe Kinder aus Eching,

wir freuen uns, Ihnen unsere Angebote für Kinder und Familien für die Monate November/Dezember vorstellen zu dürfen.

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

Alle Veranstaltungen müssen mindestens 3 Tage im Voraus bezahlt werden und können auch nur bis 3 Tage vorher kostenlos storniert werden.

Folgen Sie uns ab sofort auf Facebook und Instagram!

Alten Service Zentrum / Mehrgenerationenhaus Eching
@ASZEching

ASZ - MGH Eching
@aszmgh_eching

Melden Sie sich für unseren Newsletter an, um nichts mehr zu verpassen!



Was bekommen Sie von uns?

Alle zwei Monate erhalten Sie automatisch unser aktuelles **Programmheft für Kinder und Familien**, inklusive:

- Alle Veranstaltungen, Kurse und Angebote für die kommenden zwei Monate
- Infos zur Ferienbetreuung

Tragen Sie sich jetzt über unser online Anmeldeformular in den Newsletter ein:

https://forms.gle/aaLMZGE2wvoSdRFd9

gutschein

Suchen Sie ein Geschenk?

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

Wohnen für Hilfe

– eine Win-Win-Situation

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

Orientierungsrahmen

1 qm Wohnfläche ≙ 1 Stunde Hilfe im Monat.

Die Nebenkosten werden pauschal bezahlt.

Hilfen

Hausarbeit, Einkaufen, Gartenarbeit, Kochen, Begleitung zum Arzt oder beim Spaziergang, Kinderbetreuung, Gesellschaft leisten, … usw.

- Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bei uns im ASZ.

- Mehr darüber finden Sie unter: https://www.asz-eching.de/angebote/wohnen-f%C3%BCr-hilfe

Mobiler sozialer Hilfsdienst für hilfebedürftige Menschen

- **Ein Familienmitglied oder Bekannter benötigt Unterstützung im Alltag?**

- **Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren?**

Das ASZ/MGH vermittelt Helferinnen und Helfer

- im Haushalt (Putzen, Gartenarbeit, Einkaufen)
- als Begleitung zu Behörden
- als Begleitung zum Arzt und ins Krankenhaus
- als Alltagsbegleitung oder für Freizeitaktivitäten (Spazierengehen, Kinobesuch, o.ä.)
- für Fahrdienste
- ...

Kosten: **17€** pro Stunde

Bei Fahrdiensten zzgl. 0,40€/km.

Helferinnen und Helfer erhalten 14€ pro Stunde im Rahmen der steuerfreien Aufwandsentschädigung.

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 einem 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

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



Offenes Kinderspielezimmer

Im ASZ/ MGH im 1. Stock gibt es ein Spielezimmer, welches täglich von 8:00- 16:30 geöffnet hat. Das Spielezimmer ist ausgestattet mit Couch, Höhle, Spieleküche, Legosteinen, Puppentheater, Spiele, ... Zielgruppe sind vor allem Eltern mit ihren Kindern im Alter von 0 Jahren bis zur Einschulung.

Patenprojekt Mittelschule Danzigerstraße

Patinnen und Paten unterstützen Schülerinnen und Schüler beim Lernen und/oder beim Übergang von der Schule in den Beruf. Mehr Informationen:

www.echinger-paten.de

Lernpatenschaften Grundschule Nelkenstraße

Lernpatinnen und Lernpaten unterstützen in enger Absprache mit den Lehrkräften Schülerinnen und Schüler, um coronabedingte Rückstände aufzuholen. Weitere Informationen im Mehrgenerationenhaus

Anmeldungen für unsere Veranstaltungen können über unser online Formular vorgenommen werden:

Link:

https://forms.gle/L2iTaFf212i44qr67

(Für die Anmeldung zur Ferienbetreuung nutzen Sie bitte den jeweils beiliegenden Link)

Selbstverständlich nehmen wir Anmeldungen auch weiterhin persönlich, per Telefon oder E-Mail an.

Ferienbetreuung für Grundschulkinder - Osterferien

Im ASZ- Stüberl

1. Woche

Mo. - Do. (22.03.- 25.03.) 8.00 - 16.00 Uhr

Mit Ausflug zum Alpakahof in Sigmertshausen!

(weitere Infos werden noch bekannt gegeben)

Kosten: 112€ inklusive Mittagssnack und Ausflug

2. Woche

Di. - Do. (30.03.- 01.04.) 8.00 - 16.00 Uhr
Fr. (02.04.) 8.00 - 13.00 Uhr

Kosten: 97€ inklusive Mittagssnack

Anmeldung, Zahlung und Stornierung sind bis zum 22.02. möglich. Bei einer späteren Stornierung ist der volle Betrag fällig.

Den Anmeldebogen finden Sie am Ende dieser Datei. Alternativ können Sie die Anmeldung auch online unter folgendem Link vornehmen:

https://forms.gle/kx7VfXv36hxx8eiGA

Kurse:

ENTSPANNUNGS STUNDEN

Kraftvoll zur Ruhe kommen

Individuelle Entspannungsstunden mit zertifizierter Entspannungstrainerin **Bianca Lutter.**

Einzelstunde: 15 €

4 Stunden im Paket: 55 €
(alle 4 Termine)



WAS DICH ERWARTET:

- **Atemübungen** zur Regulation von Stress und Energie
- **Autogenes Training** für tiefe mentale Entspannung
- **Meditationen** für Klarheit und innere Ausrichtung
- **Aktivierende Elemente** aus Yoga & Körperarbeit
- **Achtsamkeitsübungen** für mehr Präsenz & Selbstwahrnehmung
- **Visualisierungsübungen &** Chillout Beats

Herbst Auszeit für dich!

TERMINE

Jede Stunde ist einzeln buchbar.

Dienstag	**27.10.**	|	19:45 – 20:45 Uhr
Dienstag	**10.11.**	|	19:45 – 20:45 Uhr
Dienstag	**17.11.**	|	19:45 – 20:45 Uhr
Dienstag	**24.11.**	|	19:45 – 20:45 Uhr

SCHWERPUNKT:

Eine kraftvolle Verbindung aus Entspannung, bewusster Aktivierung und innerer Stabilität.

Kinderyoga Kurs
Mittwochs, 25.11. 4x, 16- 16:45 Uhr

Im ASZ- Gymnastikraum

Leitung: Selina Pöllner

Für Kinder von 5-8 Jahren



28€ für 4 Termine

Beim Kinderyoga entdecken Kinder spielerisch Yoga-Übungen, die nicht nur den Körper stärken, sondern auch das Selbstvertrauen, das Sozialverhalten, die Konzentration und die innere Ruhe fördern. Außerdem werden Wirbelsäule, Muskeln, Organe und Gelenke in Ihrem Wachstum gefördert.

Mit Anmeldung

Kinderturnen
Freitags, 8:30- 9:30 Uhr

Im ASZ-Gymnastikraum

Leitung: Kerstin Lutz

Ab Laufalter 1-2 Jahre, bis 3 Jahre

Termine: 20.11., 27.11., 04.12., 12.12.

Kursgebühr für 4 Termine pro Kind: 28€

Mit Anmeldung

Veranstaltungen:

Plätzchen backen

am Di. 17.11., 15:45- 17:30 Uhr

Mit Melanie Kranz und Selina Pöllner

Gemeinsam mit den Kindern backen und verzieren wir leckere Plätzchen. Ein vorweihnachtlicher Nachmittag voller Spaß, Kreativität und süßer Leckereien!

Im ASZ- Stüberl

9€

Für Kinder ab 5 Jahren

Mit Anmeldung bis **10.11.**



Weihnachtliches Kinderkino

am Mo. 07.12., **16:00 Uhr**

Mit dem Film:

„Kevin allein in New York“

Im ASZ- Saal

FSK. 6

Filmdauer: 2 Stunden

5€ (inklusive Lebkuchen und Kinderpunsch)

Mit Anmeldung



Beratungsangebote und monatliche Veranstaltungen:

(Anmeldung nicht über das online Formular möglich, reservieren Sie bitte direkt im MGH einen Termin)

Einzelberatung (ca. 45 Min.) der EUTB rund um das Bundesteilhabegesetz Mi., 25.11., 16.12. ab 10:00 Uhr

Im ASZ

Kostenlos

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 beratet Sie in Bereichen wie z. B. Arbeiten mit Behinderung, Rehabilitation, Freizeit, Wohnen, Beantragung konkreter Sozialleistungen, Umgang mit (unsichtbaren) Behinderungen

Mit Anmeldung und Terminvergabe

Reparatur-Café
Sa., 21.11., 19.12. 14-16 Uhr

Reparieren statt Wegwerfen

Im ASZ- Saal

Eintritt frei

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

Mit Anmeldung

Einzelberatung (ca. 45. Min.) zum Thema „Blickpunkt Auge“
Do., 18.11., 16.12. ab 14:00 Uhr

Im ASZ

Kostenlos

Frau Harnisch- Bethke (Blickpunkt Auge Beraterin beim Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbund in München) berät Sie zu Themen wie: Informationen zu Augenerkrankungen, Hilfsmittelberatung (Sehhilfen und andere Hilfsmittel), Tipps, Tricks und Schulungen für den Alltag, Arbeitsplatzausstattung privat und im Beruf und Informationen zu rechtlichen und finanziellen Aspekten.

Mit Anmeldung und Terminvergabe

Einzelberatung (ca. 60 Minuten)

zum Thema Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Mo., 23.11., 14.12.

jeweils ab 9:00 Uhr

Im ASZ

Kostenlos

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.

Mit Anmeldung und Terminvergabe

Externe Veranstaltungen:

Kreativer Kindertanz vom Tanzclub Eching e.V.

Im ASZ- Gymnastikraum

Für weitere Informationen wenden Sie sich an

Stephan Albrecht: organisation@tanzclubeching.de

oder Sie kommen donnerstags, um 16 Uhr vorbei.

Frühstücks- und Nachmittagsratsch mit der Nachbarschaftshilfe Eching

Im ASZ- Stüberl

Gemeinsam mit anderen Eltern frühstücken oder Kaffee und Kuchen genießen, sich austauschen und neue Weggefährten kennenlernen, während die Kinder krabbeln und spielen? Klingt prima? Dann kommt gerne zu unserem Ratsch! Wir freuen uns über alle Eltern vor und nach der Geburt mit ihren Kindern bis 3 Jahre.

Termine und Anmeldung unter:

info@nachbarschaftshilfe-eching.de

PEKIP- Kurse (Prager-Eltern-Kind-Programm)

Di., 9:30-11:00 und 11:15-12:45

Mi., 10:10-11:40 und 11:45-13:15

Im ASZ- Gymnastikraum Leitung: Ulrike Bewig

Ziel des Kurses ist es, die Signale des Babys besser zu verstehen und seine individuellen Fähigkeiten und den jeweiligen Entwicklungsstand zu ergründen. Mit altersgemäßen Spiel- und Bewegungsanregungen wird Ihr Baby bei seiner Mobilität begleitet, es wird nie überfordert. Die angenehm warme Temperatur im Raum ermöglicht ein weitgehendes Nacktsein der Babys und damit ganz andere Bewegungsmöglichkeiten. Angewandt im Alltag entsteht eine enge Bindung zwischen Ihrem Baby und Ihnen.

Für weitere Informationen und aktuelle Kurstermine wenden Sie sich an:

Tel. 08165-691 660,

ulrike.bewig@web.de

Die Zahlung ist vor Ort oder auch per Überweisung möglich:
Kontoinhaber: Älter werden in Eching e.V

Sparkasse Freising
IBAN: DE18 7005 1003 0000 1112 78
BIC: BYLADEM1FSI

Freisinger Bank eG
IBAN: DE33 7016 9614 0005 7825 11
BIC: GENODEF1FSR

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

Anmeldebogen für die Ferienbetreuung

Anmeldung von

.....Klasse ....

für die Woche: .....

Adresse:.....

Email:.....

Telefon (tagsüber erreichbar).....

☐ Mein Kind wird abgeholt von.....

☐ Mein Kind darf allein nach Hause gehen ab ..... Uhr.

Allergien: .....

Datum/Unterschrift.....

Abgabe: Bahnhofstraße 4, 85386 Eching oder info@asz-eching.de

Anmeldung, Zahlung und Stornierung sind bis zum 22.02. möglich.
Bei einer späteren Stornierung ist der volle Betrag fällig.

Die Bezahlung erfolgt bei uns vor Ort oder per Überweisung an:

Älter werden in Eching e.V.

Sparkasse Freising:
IBAN: DE18 7005 1003 0000 1112 78
BIC: BYLADEM1FSI