

Mai Juni Juli August 2019



 Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

 Bayerisches
Rotes
Kreuz
Kreisverband München

ASZ Harlaching, Rotbuchenstr. 32, 81547 München
Tel.: 6 99 06 60, Fax: 69 34 04 87, Handy: 0160 51 22 308
E-Mail: asz-harlaching@brk-muenchen.de

Einzelveranstaltungen Mai Juni Juli August 2019

Mai



Die Rotkreuzdose – eine kleine Dose, die Leben retten kann. Wenn der Rettungsdienst kommt, stellt er viele, oft lebenswichtige Fragen – aber was, wenn man diese Fragen selbst gar nicht mehr beantworten kann? Wenn in dem Moment keine Angehörigen vor Ort sind, kann es kritisch werden. Abhilfe soll hier die Rotkreuzdose schaffen, die alle wichtigen Informationen für Notlagen bereithält. Sie ist ab sofort im Alten- und Service-Zentrum erhältlich.

Di 07.05.
14.00 Uhr
€ 2,50

Fachvortrag Erbrecht: Ein Großteil aller Testaments, die vom juristischen Laien erstellt werden, sind widersprüchlich, auslegungsbedürftig, formnichtig, anfechtbar oder falsch. Der Fachvortrag von Rechtsanwalt Joachim Lugert zeigt Ihnen, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen, um ein perfektes Testament zu errichten, damit Ihr letzter Wille auch garantiert Beachtung findet und Erbstreitigkeiten vermieden werden. Kaffee und Kuchen. Anmeldung

Do 09.05. –
Fr 10.05.
€ 140,00

Mehrtagesfahrt nach Bamberg. Entdecken Sie mit uns die Universitätsstadt Bamberg in Oberfranken, die ihre Besucherinnen und Besucher mit baulichen Meisterwerken wie dem Bamberger Dom, kulinarischen Köstlichkeiten der fränkischen Küche und langjähriger Biertradition, einer Vielfalt an Natur, sowie kulturellen Erlebnissen verzaubert. Wir wünschen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine gute Reise mit vielen schönen Eindrücken.

Do 16.05.
14.00 Uhr
€ 3,00

Maifrühstück. Heinrich Heine schwärmt: „Im wunderschönen Monat Mai, als alle Knospen sprangen, da ist in meinem Herzen die Liebe aufgegangen. Im wunderschönen Monat Mai, als alle Vögel sangen, da hab ich ihr gestanden mein Sehnen und Verlegen.“ Frau Staudinger versucht Ihre Wünsche, mit kreativen Inputs, umzusetzen. Anmeldung

- Do 16.05.
14.00 Uhr
€ 3,00
- Vortrag: Sicherheit für Frauen im Altern mit Wen Do.** Sie fühlen sich unwohl, wenn Sie abends alleine auf dem Heimweg sind, möchten an Sicherheit gewinnen und im Notfall wissen, wie Sie sich verteidigen können? Frau Weidner vom Frauennotruf München macht Sie in einem Vortrag mit den Grundlagen von „Wen Do“ bekannt, einer speziell für Frauen entwickelten Form der Selbstbehauptung. Anmeldung
- Do 23.05.
14.00 Uhr
€ 5,00
- Praktischer Teil: Sicherheit für Frauen im Altern mit Wen Do.** Heute werden Ihnen praktische Übungen, Tipps und Tricks im Alltag, vermittelt. Sportlichkeit oder Fitness sind keine Voraussetzung für eine Teilnahme. Auch mit körperlichen Einschränkungen sind Sie hier absolut richtig. Anmeldung
- Di 28.05.
14.00 Uhr
€ 3,00
- Kino Café I: Der Buchladen der Florence Green.** Ende der 50er Jahre, nach dem Tod ihres Mannes, investiert sie ihr gesamtes Vermögen in die Verwirklichung ihres Traums von eigenen Buchladen – ausgerechnet im verträumten englischen Hardborough. Ein Film über Leidenschaft und den Kampf für diese. Anmeldung

Juni

- Mo 03.06.
13.45 Uhr
- Wohnen im Alter:** Bei Führungen durch verschiedene Einrichtungen erhalten Sie Tipps & Informationen. Die **Parkresidenz Helmine Held** in Trägerschaft der Schwesternschaft München des Bayerischen Roten Kreuz e. V., ist inmitten einer wunderschönen Parkanlage nahe der Isarauen in Grünwald gelegen. Wohnen und Pflege beruht hier auf den Grundsätzen der Selbstbestimmung sowie der Schaffung einer sicheren Lebenssituation für die BewohnerInnen. Bei einer Führung durch die Parkresidenz können Sie Ihre Fragen stellen. TP: Wettersteinplatz/Trambahnhaltestelle stadtauswärts. Anmeldung
- Do 06.06.
09.45 Uhr
€ 9,00
- Wanderung von Fischbachau nach Bayerischzell.** Wir wandern von Fischbachau z. T. an der Leitzach entlang, ganz gemütlich nach Bayerischzell, das umgeben von Wendelstein, Seeberg und Sudelfeld Natur pur bietet. Im Café Huber, das seit 2012 im neuen Glanz erstrahlt, kehren wir ein. Ca. 2 Stunden Wanderung, ohne Steigungen. TP: Hauptbahnhof Servicepoint/Haupthalle. Anmeldung
- Di 11.06.
10.00 Uhr
€ 5,50
- Das **Junifrühstück** streift mit warmer Hand letzte Blüten von den Bäumen. Wie enttaucht verwelten Träumen, schaut aus dunkler Blätterwand junge Frucht in lichtetes Land (Fridolin Hofer). Freuen Sei sich auf die vielen Ideen, die Frau Staudinger für Sie ausgearbeitet hat. Anmeldung
- Mi 12.06.
08.20 Uhr
€ 13,00
- Brauereiführung Weihenstephan mit Bierverkostung.** Gemeinsam fahren wir nach Freising wo wir einen Blick hinter die Kulissen der ältesten Brauerei der Welt werfen. Über teils schmale Treppen dringen wir in die heiligen Hallen der Braukunst vor und schließen die Führung mit einer Bierverkostung. Abschließend kehren wir in das Bräustüberl Weihenstephan ein, wo Sie frische Schmankerl genießen können. TP: Hauptbahnhof Servicepoint/Haupthalle. Anmeldung
- Do 13.06.
09.10 Uhr
- Deutsches Museum:** In einer Führung mit Herrn Alexander Lucas erfahren Sie spannendes über den Deutschen Zukunftspreis: Erfindungen, die den Alltag erleichtern. Lassen Sie sich von interessanten Ideen überraschen und bereichern. Eine ausreichende Kondition für den Museumsbesuch ist

erforderlich. Eine kostenfreie Sonderführung des Seniorenbeirats und des Deutschen Museums. TP: U-Bahn St.-Quirin-Platz Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung

Di 18.06. 09.30 Uhr Selbstkosten
Traditions-Café I: Wir stellen Ihnen die verschiedene Häuser in und um München herum vor. Das **Café Schneewittchen** wirkt, als wäre die Märchenfigur persönlich ins Glockenbachviertel gezogen. Weil im Sommer die hohen Bäume viel Licht schlucken, hat man in Inneren alles schneeweiß gestrichen. Herzhafte Speisen und beste Kuchen zum Frühstück sind garantiert. TP: U-Bahn St.-Quirin-Platz Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung

Mi 19.06. 14.00 Uhr € 3,00
Neue Reise: Donau Teil II. Erleben Sie eine faszinierende Individualreise als Film von Herrn von Essen, der mit seiner Frau die aufregendsten Reisen unternimmt und alles selbst organisiert. Die Filme bieten Ihnen detaillierte Informationen in Wort und Bild. Heute bleiben wir in Wien. Anmeldung

Di 25.06. 12.15 Uhr € 3,00
Schätze der Stadt: St. Maria Ramersdorf und seine Wallfahrtskirche. Nach umfassender Sanierung ist die berühmte und älteste Wallfahrtskirche Münchens, welche kostbare Werke von Erasmus Grasser und Jan Polack beherbergt, wieder zu besichtigen. Sie zählt zu den schönsten Kleinoden Münchens. Schon im 14. Jahrhundert wurde St. Maria Ramersdorf von vielen Wallfahrern besucht. Herr Peter Bierl wird wieder Ihr Kirchenführer sein. TP: Bushaltestelle St.-Quirin-Platz, stadteinwärts. Anmeldung

Mi 26.06. 12.00 Uhr € 6,00
Dolce – dolce – dolce: Italienische Nachmittag mit dreierlei Risotto, Wein, Espresso und dem Filmklassiker „Don Camillo und Peppone“. Tauchen Sie für ein paar Stunden in das Flair italienischer Leichtigkeit ein. Anmeldung

Sa 29.06. 10.00 - 13.00 Uhr
Die **BRK-Krebsberatungsstelle** lädt zu einem **Wohlfühltag** ein. Verschiedene Wohlfühlkonzepte werden vorgestellt und unterschiedliche Wege aufgezeigt, wie man sein Wohlbefinden steigern, eigene Kraftquellen mobilisieren, die Selbstheilungskräfte aktivieren und Entlastung finden kann, um den Heilungs- und Genesungsprozess zu fördern.

Juli

Start: ASZ-Biergarten. Ab Juli findet der ASZ-Biergarten wieder regelmäßig statt. Termine erhalten Sie im Büro und über den Aushang.

Fr 05.07. 17.00 Uhr € 5,50 pro Tisch € 4,50 für eigenen Tisch
Hinterhofflohmkt Harlaching. Sie entdecken nicht nur Ihren Stadtteil gerne, sondern haben auch Freude am Stöbern nach Raritäten, Schätzen und alltäglichem? Dann kommen Sie bei uns vorbei! Auch können Sie sich einen Tisch bei uns anmieten, um dort zu verkaufen. Es erwartet Sie ein buntes Programm für alle Altersgruppen von Klein bis Groß. Für ihr Wohl ist mit leckeren Kuchen und Co. Gesorgt. Anmeldung

Mo 08.07. 13.45 Uhr Selbstkosten
Biergartenbesuchsreihe Teil I: Harlachinger Jagdschlössl. Das Jagdschlössl lädt mit seinem gemütlichen Biergarten zum Verweilen unter den Kastanien ein und bietet kulinarische Schmankerl. Sollte es regnen, genießen wir die Atmosphäre im Jagdschlössl. TP: Bushaltestelle Mangfallplatz, Richtung Klinikum Harlaching. Anmeldung

- Do 11.07.
15.00 Uhr
€ 3,00
- Poetischer Sommertagstraum** im ASZ-Garten mit den Poesieboten. Auf offener Bühne und mit musikalischer Begleitung tragen die Poesieboten ihre Gedichte vor. Wer Lust hat darf sich einbringen und eigene oder Lieblingsgedichte vorstellen. Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt. Bei Regen findet der Sommertagstraum im ASZ statt. Anmeldung
- Di 16.07.
10.00 Uhr
€ 5,50
- Das **Julifrühstück** bietet Ihnen, kredenzt von Frau Staudinger, auch Erinnerungen an die schöne Ferienzeit, der Lenz schlüpft jetzt ins Sommerkleid. Blütenpracht, so weit man schaut, die Sonne brennt uns auf der Haut. Mit dem Fahrrad über Felder oder wandern durch die Wälder, schwimmen in den blauen Seen, keine Sorge drückt, es tut nichts weh. (Annegret Kronenberg). Anmeldung
- Mo 22.07.
09.30 Uhr
Selbstkosten
- Traditions-Cafés II:** Wir stellen Ihnen verschiedene Häuser in und um München herum vor. Das kleine **Café Tante Emma** in Schwabing ist in blau und weiß gehalten. In dem gemütlichen Café können Sie frisch zubereitete Speisen und Kuchen in charmanter Atmosphäre genießen. TP: U-Bahn St.-Quirin-Platz Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung
- Mi 24.07.
14.00 Uhr
- Ehrenamtstreffpunkt:** Ohne die Unterstützung unserer freiwilligen Helferinnen und Helfer, wäre das Angebot des ASZ Harlaching nicht so vielfältig. Der Ehrenamtstreffpunkt bietet das Kennenlernen und den Austausch von neuen Freiwilligen und erfahrenen Helferinnen und Helfern. Frau Huber und Frau Schramm laden ein zu einem Nachmittag mit gemütlichem Beisammensein. Wir essen gemeinsam und informieren Sie über Fortbildungsmöglichkeiten rund um das Thema Ehrenamt. Anmeldung
- Do 25.07.
14.30 Uhr
€ 3,00
- Ratgeber: Die Haut – Spiegelbild unserer Gesundheit, unserer Seele.** Stress, Müdigkeit, Sorgen, aber auch schlechte Ernährung und Krankheiten setzen ein Zeichen der Zeit, welches über die Haut sichtbar werden kann. Frau Al Nasser-Winkler, Ernährungs- und Gesundheitsberaterin, gibt Ihnen Tipps wie Sie Ihre Haut schützen können, damit diese möglichst lange gesund strahlt. Anmeldung

August

- Di 06.08.
08.40 Uhr
€ 24,00
inkl. Bahn
Schiffahrt
- Große Tegernseerundfahrt mit zwei Einkehren.** Seit jeher hat der See die Menschen angezogen. Schon vor 1200 Jahren gründeten Benediktinerermönche hier ein Kloster, welches sich bald zum Zentrum der europäischen Kultur entwickelte, später kamen die bayerischen Königsfamilien und Künstler ins Tal. In Bad Wiessee und in Gmund steigen wir zum Schlemmen aus. Ca. 20 Minuten Gehweg vom Hauptbahnhof Tegernsee. TP: Hauptbahnhof Servicepoint/Haupthalle. Anmeldung
- Di 13.08.
10.00 Uhr
€ 5,50
- Das **Augustfrühstück** bedeutet heiße Temperaturen und kühlende Informationen von Frau Staudinger. Die verehrlichen Jungen, welche heuer meine Äpfel und Birnen zu stehlen gedenken, ersuche ich höflichst, bei diesem Vergnügen womöglich in so weit sich zu beschlänken, dass sie daneben auf den Beeten mir die Wurzeln und Erbsen nicht zertreten (Theodor Storm). Anmeldung

- Mo 19.08. **Biergartenbesuchsreihe Teil II: Grünwalder Einkehr.** Feiern, Genießen und Ratschen, ob drinnen oder draußen, mit junger bayerischer Küche. TP: Selbstkosten Wettersteinplatz, Trambahnhaltestelle, stadtauswärts. Anmeldung
- Mi 21.08. **Neue Reise: Donau Teil II.** Erleben Sie eine faszinierende Individualreise als Film von Herrn von Essen, der mit seiner Frau die aufregendsten Reisen unternimmt und alles selbst organisiert. Die Filme bieten Ihnen detaillierte Informationen in Wort und Bild. Heute fahren wir von Wien nach Ordas. Anmeldung
14.00 Uhr
€ 3,00
- Do 22.08. **Pilgern – damals und heute, weltweit und vor Ort.** Das Pilgern ist Ausdruck der Frömmigkeit in allen Religionen. Frau Herold, Religionswissenschaftlerin, zeigt Ihnen auf, wie Pilgern weltweit Jahrhunderte mit festen Traditionen überlebt hat, wie sich das Heutige vom Pilgern im Mittelalter unterscheidet und was für eine Bedeutung die Pilgerfahrt immer noch einnehmen kann. Anmeldung
14.30 Uhr
€ 3,00
- Do 29.08. **Kino-Café: Ein Käfig voller Narren** ist der Name eines Travestie-Cabarets, das von zwei Homosexuellen geführt wird, von denen der eine einen Sohn hat. Obwohl von diesem ungewöhnlichen Pärchen erzogen, will der Sohn heiraten. Leider ist der Vater seiner Freundin Vorsitzender des staatlichen Ausschusses für Moral und Sitte. Um den jungen Liebenden zu helfen, unternehmen die Eltern des Jungen verzweifelte Anstrengungen ihr ausgeflipptes Leben umzukrempeln und einen normalen Eindruck zu erwecken. Anmeldung
14.00 Uhr
€ 3,00