

Mai Juni Juli August 2020



ASZ Harlaching, Rotbuchenstr. 32, 81547 München
Tel.: 6 99 06 60, Fax: 69 34 04 87, SAVE Handy: 0151 / 12911875
E-Mail: asz-harlaching@brk-muenchen.de

Einzelveranstaltungen Mai Juni Juli August 2020

Mai

- Mo 04.05. **Kulinarisch um die Welt – Kochkurs im ASZ.** Mit Kochtopf und Pfanne machen wir uns auf eine kulinarische Reise. Von den Britischen Inseln über Frankreich, Spanien und Portugal, nach Indonesien und in den Vorderen Orient führt unsere kulinarische Route. Ein Kochkurs mit viel frischem Gemüse und Kräutern, mit Herzhaftem und Süßem, mit etwas Fisch und Fleisch und mit vielen wohltuenden Gewürzen. Beim letzten Termin bringen Sie jemanden mit und genießen in Gesellschaft Ihre neu erworbenen Kochkünste. In Kooperation mit der Münchner Volkshochschule. Anmeldung
- Mo 18.05.
Mo 25.05.
Mo 08.06.
11.00 –
14.00 Uhr
€ 39,00
- Di 05.05. **Kreatives Schreiben mit der Autorin Julia Niedermeier,** die die Gedanken und Emotionen ihres Großvaters auf Papier verewigt hat. Dies sind die Beweggründe für das Engagement und die Idee. „Sei es eine besondere Begegnung oder ein großartiger Moment im Alltag – das Leben schreibt die schönsten Geschichten und diese sollten aufgeschrieben werden.“ Sie benötigen keine Vorkenntnisse im Schreiben. Frau Niedermeier bietet das Angebot ehrenamtlich an und freut sich auf Ihr Kommen. Anmeldung
- Di 02.06.
Di 07.07
Di 04.08.
09.00 Uhr
- Jeden Di
ab 05.05.
14.00 Uhr **Neu: Schach spielen.** Frau Oswald ist ehrenamtliche Helferin im ASZ und freut sich auf Ihr Kommen. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Anmeldung
- Mi 06.05.
14.00 –
16.00 Uhr Im **Reparier-Café** bieten wir Ihnen, durch unsere ehrenamtlichen HelferInnen, Reparaturen für kleinere Elektrogeräte, Fahrräder und Rollatoren sowie Näharbeiten und PC-Hilfen an. Während des Wartens können Sie Kaffee und Kuchen genießen.

- Do 07.05.
08.45 Uhr
€ 10,00
- Wanderung rund um den Schliersee.** Die ca. zweistündige Wanderung, auf flachen Wegen, geht einmal rund um den See. Schöne Aussichtsbänke laden zum Verweilen ein. Unser erster Halt ist in der Rixneralm für einen Kaffee. Weiter geht es zur Mittagseinkehr ins Hofhaus am See. Den Tag lassen wir am romantischen Gewässer ausklingen. TP: Hauptbahnhof Servicepoint/Haupthalle. Anmeldung
- Fr 08.05.
14-täglich
10.00
€ 3,00
- Frauenfrühstück:** Ein Frühstück ist besonders in netter Runde gemütlich. Sie erwartet ein gemeinsames Frühstück in kleiner Runde, duftender Kaffee und frische Semmeln. Darüber hinaus tauschen wir Erinnerungen aus, suchen nach Schätzen, hören zu und lernen uns kennen. Klingt das für Sie verlockend? Dann melden Sie sich gerne an – Frau Huber freut sich auf Sie! Anmeldung
- Sa 09.05.
16.45 Uhr
- Ehrenamtsdankeschön – Gemeinsamer Besuch des GOP Varieté Theaters München.** Dieser Abend gilt als Dankeschön für all unsere freiwilligen HelferInnen des ASZ. Gezeigt wird die Aufführung „FREAKS“. Sie erwartet ein außergewöhnliches Artisten-Ensemble, großartige Effekte, ein spektakuläres Bühnenbild und eine Inszenierung, die unter die Haut geht. Wir bedanken uns herzlich für die großzügige Unterstützung des GOP Theaters München. TP: Maximilianstraße 47. Anmeldung bis 20.04.2020
- Mo 11.05.
10.00 Uhr
€ 5,00
- Montagsfrühstück.** Kulinarisch und musikalisch von Frau Staudinger gestaltet, befinden wir uns, bei vergangenen oder aktuellen Geschehnissen, am Puls der Zeit. Anmeldung
- Mi 13.05.
14.00 Uhr
€ 3,00
- Donau Teil X.** Erleben Sie eine faszinierende Individualreise als film von Herrn von Essen. Die Filme bieten Ihnen detaillierte Informationen in Wort und Bild. Heute **Rousse**. Anmeldung
- Fr 15.05.
10.15 Uhr
€ 2,50
- Wohnen im Alter:** Bei Führungen durch verschiedene Einrichtungen erhalten Sie Tipps & Informationen. Das **Altenheim St. Michael** liegt ruhig am Pfanzeltplatz in Altperlach. TP: Kiosk am Mangfallplatz. Anmeldung
- Sa 16.05.
10.00 –
13.00 Uhr
- Wohlfühltag der BRK-Krebsberatungsstelle.** Es werden Ihnen verschiedene Wohlfühlkonzepte und unterschiedliche Wege aufgezeigt, wie das eigene Wohlbefinden gesteigert und eigene Kraftquellen mobilisiert und Entlastung gefunden werden kann, um den Heilungs- und Genesungsprozess zu fördern. TP: ASZ Fürstenried
- Di 19.05.
14.00 Uhr
€ 5,00
- Fotografie erlernen.** Lassen Sie sich von Frau Weiß, Fotodesignstudentin, essenzielle Tipps und Tricks näherbringen, die es Ihnen erleichtern, eine gute Aufteilung des Bildes zu erreichen und so ein in sich stimmiges Foto zu schießen. Das Erlernte können Sie mit Ihrer eigenen Kamera direkt in die Praxis umsetzen. Einige der Ergebnisse werden bei Ausstellung im Dezember gezeigt. Anmeldung
- Mi 27.05.
14.00 Uhr
€ 3,00
- Ratgeber: Wird der Magen zur Last?** Plagen Sie Magenschmerzen, Völlegefühl oder Sodbrennen? Es gibt kaum jemanden, der nicht schon einmal davon betroffen war. Was sind die Ursachen? Welche wirksamen Mittel und Methoden der Naturheilkunde helfen? Tipps hierzu gibt Ihnen Frau Waldtraut Al Nasser-Winkler. Anmeldung

Fr 29.05. **Traditions-Cafés I:** Wir stellen Ihnen verschiedene Häuser in und um München vor. Heute gehen wir nach Haidhausen ins **Café Zimtzicke**. Reinkommen und wohlfühlen – das ist das Motto. TP: St-Quirin-Platz, Bushaltestelle 220 Richtung Giesing. Anmeldung
09.15 Uhr
Selbstkosten

Juni

Mi 03.06. Im **Reparier-Café** bieten wir Ihnen, durch unsere ehrenamtlichen HelferInnen, Reparaturen für kleinere Elektrogeräte, Fahrräder und Rollatoren sowie Näharbeiten und PC-Hilfen an. Während des Wartens können Sie Kaffee und Kuchen genießen.
14.00 –
16.00 Uhr

Fr 05.06. **Führung durch das Bezirksgut Haar.** Erfahren Sie mehr über die ursprüngliche Versorgung des Bezirkskrankenhauses Haar und die heutige Landwirtschaft. Der Gutsleiter führt uns über die denkmalgeschützte Hofanlage, über die Felder und beantwortet gerne Ihre Fragen rund um die Bewirtschaftung der Landwirtschaft. TP: U-Bahn St.-Quirin-Platz Sperrengeschoss/Lift.
08.30 Uhr
€ 3,00
Anmeldung

Fr 12.06. **Hofflohmärkte in München.** Hausbewohner verkaufen im eigenen Hof oder Garten. Wir besuchen zusammen die unterschiedlichsten Stadtteile und lassen uns treiben. **Heute: Kieferngarten.** TP: U-Bahn St.-Quirin-Platz
16.15 Uhr
Selbstkosten
Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung

Mo 15.06. **Montagsfrühstück.** Kulinarisch und musikalisch von Frau Staudinger gestaltet, befinden wir uns, bei vergangenen oder aktuellen Geschehnissen, am Puls der Zeit. Anmeldung
10.00
€ 5,00

Mi 17.06. **Donau Teil XI.** Erleben Sie eine faszinierende Individualreise als Film von Herrn von Essen. Die Filme bieten Ihnen detaillierte Informationen in Wort und Bild. Heute: **die Städte Lom und Widin.** Anmeldung
14.00 Uhr
€ 3,00

Mi 17.06. **Führung im Marion-von –Tessin-Memory-Zentrum München,** wo sich den Themen Gedächtnisstörungen und Demenz gewidmet wird. Die Demenz-Tagespflege und –Klinik, sowie eine Demenzambulanz, die auch aufsuchende Angebote umfasst, runden das Spektrum ab. TP: U-Bahn St.-Quirin-Platz
14.10 Uhr
€ 3,00
Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung

23.06. **Kino-Café:** Wir laden Sie ein zu Kaffee, Kuchen und einem Film, den wir Ihnen im Aushang vorstellen. Anmeldung
14.00 Uhr
€ 3,00

Mi 24.06. **Dolce – dolce – dolce: Italienischer Nachmittag** mit rote Beete-Tatar und Feta, Pasta mit Ragout an Béchamelsauce sowie Vanilleeis und Karamellsauce und Banane. Zudem reichen wir Wein, Espresso und für den Augengenuss einen italienischen Filmklassiker, den Sie im Aushang finden. Anmeldung
12.00 Uhr
€ 6,00

Di 30.06 **Ratgeber: Sterbehilfe.** Das Bundesverfassungsgericht hat das Verbot der Hilfe zum Suizid aufgehoben. Mehr zu diesem aktuellen Thema wird Ihnen Herr Heißdörfer berichten. Anmeldung
14.00 Uhr
€ 3,00

Juli

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

- Mi 01.07.
14.00 –
16.00 Uhr
Im **Reparier-Café** bieten wir Ihnen, durch unsere ehrenamtlichen HelferInnen, Reparaturen für kleinere Elektrogeräte, Fahrräder und Rollatoren sowie Näharbeiten und PC-Hilfen an. Während des Wartens können Sie Kaffee und Kuchen genießen.
- Do 02.07.
09.20 Uhr
€ 5,00
Fotografien in der Natur. Heute können Sie die erlernten Grundlagen, unter Anleitung von Frau Weiß, in die Praxis umsetzen. Mögliche Motive entdecken Sie auf einer Exkursion am Isarufer. TP: U-Bahn St.-Quirin-platz Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung
- Fr 03.07.
17.00 Uhr
Hinterhofflohmkt Harlaching. Sie entdecken nicht nur Ihren Stadtteil gerne, sondern haben auch Freude am Stöbern nach Raritäten und Schätzen, nach Altem und Neuem? Dann kommen Sie bei uns vorbei! Sie können einen Tisch anmieten und selber verkaufen oder sich in unserer Wohlfühlecke setzen und Kuchen, Würstchen, Kaffee und Kaltgetränke genießen.
- Mo 13.07.
10.00 Uhr
€ 5,00
Montagsfrühstück. Kulinarisch und musikalisch von Frau Staudinger gestaltet, befinden wir uns, bei vergangenen oder aktuellen Geschehnissen, am Puls der Zeit. Anmeldung
- Mo 20.07.
12.00 Uhr
€ 6,00
Orientalischer Nachmittag. Sie erleben ein Buffet mit Speisen aus dem Orient und passender musikalischer Untermalung. Der Auftritt einer Bauchtanzgruppe rundet den Nachmittag ab. Anmeldung
- Di 21.07.
13.10 Uhr
€ 3,00
Schätze der Stadt: Führung St. Michael, Berg-am-Laim. Die Hofmark Berg am Laim gehörte Clemens August, dem Sohn vom Kurfürsten Max Emanuel. Er ließ, für eine Bruderschaft und den Ritterorden St. Michael eine prächtige Kirche errichten. So entstand eines der kostbarsten Bauwerke des bayerischen Rokokos. Führung mit Herrn Peter Bierl durch die frisch renovierte Kirche. TP: U-Bahn St.-Quirin-Platz Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung
- Mi 22.07.
14.00 Uhr
€ 3,00
Ratgeber: SteG – Stelle für Gemeinwesenmediation. Frau Huber, Leitung, stellt Ihnen die verschiedenen Streitschlichtungsangebote bzw. die Vermittlung bei Konflikten v. a. in den Bereichen: Nachbarschaft / Wohnumfeld / Stadtteil / Bürgerschaftliches Engagement vor. Bringen Sie ihre Fragen mit. Anmeldung
- Fr 24.07.
09.15 Uhr
Selbstkosten
Traditions-Cafés II: Wir stellen Ihnen verschiedene Häuser in und um München vor. Heute gehen wir zusammen nach Schwabing ins **Café Franca.** Die Inhaberin bezeichnet ihr Café als einen Ort der Entschleunigung, einen Ort, an dem bewusst nicht alles perfekt, aber dafür mit Liebe gemacht ist. TP: U-Bahn St.-Quirin-Platz Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung
- Mo 27.07
17.30 Uhr
Selbstkosten
Gemeinsam kulinarisch durch München: Sie gehen gerne Essen und am liebsten in Gemeinschaft? Dann erkunden Sie mit uns die unterschiedlichen Restaurants in München. **Heute:** das italienische Restaurant **Casa di Dorota** am Mangfallplatz. TP: Kiosk am Mangfallplatz. Anmeldung

- Mi 29.07.
14.00 Uhr
€ 3,00 **Donau Teil XII.** Erleben Sie eine faszinierende Individualreise als Film von Herrn von essen. Die Filme bieten Ihnen detaillierte Informationen in Wort und Bild. Heute: **von Smederevo nach Novi Sad.** Anmeldung
- Do 30.07.
10.00 Uhr
€ 5,00 Portrait Fotokurs. Üben Sie die Portrait-Fotografie, mit Unterstützung von Frau Weiß, miteinander oder bringen Sie eigene Modelle mit. Anmeldung
- Fr 31.07.
08.30 Uhr
€ 5,00 **Bee or not to Bee – Bienen im Ökogarten Haar:** Werfen Sie zusammen mit Herrn Lohrey, einen Blick in den Bienenstock. Der langjährige Imker zeigt Ihnen seine Bienenvölker. Genießen Sie eine Kostprobe von der aromatischen Stockluft und vom frischen Honig. TP: St.-Quirin-Platz, Bushaltestelle 220 Richtung Giesing. Anmeldung

August

- Mo 03.08.
10.00 Uhr **Fotografie erlernen, Sichtung der Ergebnisse.** Besprechen Sie Ihre Fotos in der Gruppe mit Frau Weiß und wählen Sie gemeinsam Bilder für die Ausstellung aus. Anmeldung
- Di 04.08.
14.00 Uhr
€ 3,00 **Der ambulante Hospizdienst Dasein e.V.** Beate Urlich und Dominik Schmidt, beide Pallitiv-Care-Fachkräfte, stellen Ihnen den Hospiz- und Palliativberatungsdienst vor, der sich der Versorgung schwer kranker und sterbender Menschen, sowie der Begleitung und Entlastung ihrer Angehörigen im häuslichen Bereich und in stationären Pflegeeinrichtungen widmet. Anmeldung
- Mi 05.08.
14.00 –
16.00 Uhr Im **Reparier-Café** bieten wir Ihnen, durch unsere ehrenamtlichen HelferInnen, Reparaturen für kleinere Elektrogeräte, Fahrräder und Rollatoren sowie Nährarbeiten und PC-Hilfen an. Während des Wartens können Sie Kaffee und Kuchen genießen.
- Sa 08.08.
09.15 Uhr
Selbstkosten **Hofflohmärkte in München.** Hausbewohner verkaufen im eigenen Hof oder Garten. Wir besuchen zusammen die unterschiedlichsten Stadtteile und lassen uns treiben. **Heute: Trudering.** TP: U-Bahn St.- Quirin-Platz Sperrengeschoss/Lift. Anmeldung
- Mo 10.08.
10.00 Uhr
€ 5,00 **Montagsfrühstück.** Kulinarisch und musikalisch von Frau Staudinger gestaltet, befinden wir uns, bei vergangenen oder aktuellen Geschehnissen, am Puls der Zeit. Anmeldung
- Mi 12.08.
14.00 Uhr
€ 3,00 **Ratgeber: Mietrecht – Welche Rechte habe ich?** Das Evangelische Bildungswerk, von Frau Lutz-Plank, informiert Sie und geht auf Ihre Fragen ein. Anmeldung
- Mi 19.08.
14.00 Uhr
€ 3,00 **Donau Teil XIII.** Erleben Sie eine faszinierende Individualreise als Film von Herrn von Essen. Die Filme bieten Ihnen detaillierte Informationen in Wort und Bild. Heute: **von Novi Sad bis Mohacs Anlegestelle.** Anmeldung
- Fr 21.08.
12.00 Uhr
Selbstkosten **Biergartenbesuchsreihe: Taverna Orfeas** in Grafing. Zusammen genießen wir griechische Spezialitäten unter schattenspendenden Bäumen. TP: Hauptbahnhof Servicepoint/Haupthalle. Anmeldung
- Di 25.08. **Kino-Café:** Wir laden Sie ein zu kaffee, Kuchen und einem film, den wir Ihnen

14.00 Uhr im Aushang vorstellen. Anmeldung.
€ 3,00