

Januar bis April 2024

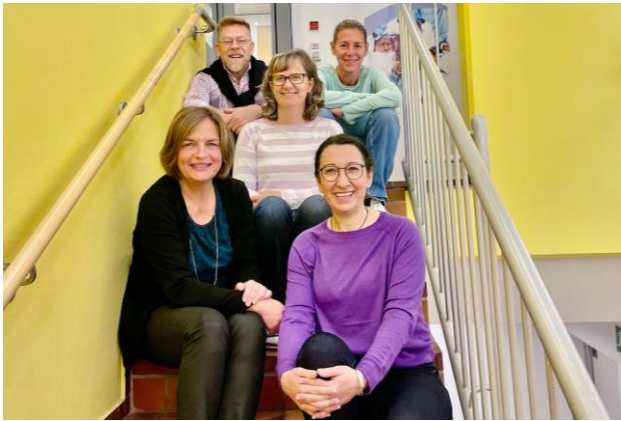


Gefördert durch
Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



**Bayerisches
Rotes
Kreuz**

Ihr Team im ASZ



Vorwort

Liebe Besucherinnen und Besucher,

viele Jahre kam unser Programm als langes Faltblatt zu Ihnen. Die ASZ-Vielfalt, vor allem im Beratungs- und Versorgungsbereich, hat sich in den letzten Jahren doch enorm erweitert. Um Sie noch besser über alle Angebote zu informieren, haben sich die 7 BRK-ASZ für ein neues Format entschieden. Viel Spaß beim Entdecken. Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team im ASZ: Steffen Lohrey, Anke Friedrich, Mürvet Karayel, N. N., Mira Prangel, Eva Mihalova

Wir über uns

Das Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen bietet Ihnen Beratung und Hilfestellung zu allen Fragen des Alters. Es setzt sich für die Belange älterer Menschen im Stadtteil ein und bietet Möglichkeiten des ehrenamtlichen Engagements. Die ASZ Angebote ermöglichen Kontakte und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

Das ASZ Bogenhausen ist eine Einrichtung der Landeshauptstadt München-Sozialreferat und des Bayerischen Roten Kreuzes - Kreisverband München.



Veranstaltungen im Haus sind barrierefrei.

Sprech- und Bürozeiten

Montag - Donnerstag 09:00 - 12:30 Uhr
Montag - Donnerstag 13:30 - 15:30 Uhr
Freitag 09:00 - 12:00 Uhr
und nach Vereinbarung.

Kursdauer

8. Januar 2024 bis 30. April 2024

Kursferien

01. Januar 2024 - 05. Januar 2024
12. Februar 2024 - 16. Februar 2024
25. März 2024 - 05. April 2024

Information und Beratung

Haben Sie Anliegen oder Fragen? Dann sprechen Sie uns gerne an. Nutzen Sie und Ihre Angehörigen unsere sozialpädagogische Beratung zu folgenden Themen:

Hilfen und Unterstützung zu Hause

- Hausnotruf
- Haushalts- und Einkaufshilfe
- Essen auf Rädern

Pflege und Gesundheit

- Information zur Pflege / Pflegediensten
- Schwerbehindertenausweis
- Vorsorge

Wohnen im Alter

- Verbleib in der eigenen Häuslichkeit
- Alternative Wohnformen, Seniorenheim, betreutes Wohnen, Seniorenwohngruppen

Finanzielle Hilfen

- Fragen Sie gerne nach Unterstützung zur Teilhabe am Gruppen- und Kursangebot des ASZ

Unterstützung beim Ausfüllen von Anträgen

- Grundsicherung im Alter, Wohngeld, Spenden und Stiftungsmittel und andere

Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei.
Hausbesuche sind möglich.

Präventive Hausbesuche

Sie möchten sich frühzeitig über die vielfältigen Angebote und Unterstützungsmöglichkeiten im Alter informieren, damit Sie möglichst lange in Ihrer gewohnten Umgebung leben können? Dann fragen Sie nach einem präventiven Hausbesuch / präventiver Beratung im ASZ oder per Telefon. Wir beraten Sie kostenlos & vertraulich, zu Ihren individuellen Anfragen und Anliegen.

Freiwilliges Engagement

Sie wollen aktiv bleiben, sich in Bogenhausen engagieren und neue Kontakte knüpfen? Für andere und für sich selbst etwas Sinnvolles leisten und neue Erfahrungen machen? Wir besprechen mit Ihnen die vielfältigen Einsatzfelder. Ihre Vorlieben, Fähigkeiten, Erfahrungen und zeitliche Möglichkeiten werden berücksichtigt:

- In der Nachbarschaft als Besuchsdienst, Einkaufshilfe, Begleitung beim Spazieren gehen etc.
- Im ASZ als Hilfe bei der Programmgestaltung, bei Festen und regelmäßigen Angeboten

Sprechen Sie uns bei Interesse an.

Termine für unsere Ehrenamtlichen:

- Einsatzbesprechung: Einladung erfolgt gesondert.
- Bürger für Bürger: Einladung erfolgt gesondert.

Persönliche Anmeldung

Ab Dienstag, 02.01.2024, 09.00 Uhr. Sie können sich persönlich, telefonisch oder durch eine Ersatzperson anmelden. Erst mit Bezahlen der Teilnahmegebühr für das aktuelle Tertial ist Ihre Teilnahme verbindlich gesichert. Bitte bringen Sie Ihr Programm und das Geld passend mit. Ermäßigungen sind möglich.

Gruppen- & Kursangebote

Kursdauer: 8. Januar 2024 bis 30. April 2024

Montag

- | | |
|--|--|
| 15.01.
19.02.
11.03.
15.04. | Praxisratgeber „Rechtsberatung“.
Herr Dr. Langer vom BRK München ist Rechtsanwalt und berät sie in allen juristischen Fragen. Es werden 15 minütige Termine vergeben, die für Sie kostenfrei sind.
Terminanfragen bitte im ASZ Büro.
Anmeldung |
| 09.30 Uhr
30 Min | Fitness und Bewegung nach den „Fünf Esslingern“. Gymnastik im Freien mit unserer Ehrenamtlichen, Frau Mühsam. |
| 09.30 Uhr
á € 1,00
60 Min | Open English Conversation.
Vertiefen Sie ihre Englischkenntnisse im Gespräch. Ohne Anleitung. |
| 10.00 Uhr
11.10 Uhr
€ 65,00
13 x 60 Min | Yoga für Einsteiger & Erfahrene.
Freude an Bewegung, Atmung und Koordination mit Frau Hausner. Nicht am 19.02.2024. Anmeldung |
| 10.00 Uhr | Sprechstunde Gerontopsychiatrischer Dienst.
Jeden ersten Montag im Monat.
Anmeldung unter Telefonnummer 45 22 35 240. |
| 14.00 Uhr
á € 1,00 | Offenes Tischtennisangebot. |
| 14.00 Uhr
90 Min | Offener Kaffeenachmittag.
Plaudern und genießen. Wir reichen frisch gebackenen Kuchen. |

Dienstag

09.15 Uhr
€ 105,00
14 x 90 Min

Do you speak English? Sprachkurs mit Frau Fabbro. Anmeldung

12.00 Uhr
€ 7,00

Mittagstisch – „sozial, fair und lecker“. 2-Gänge-Menü. Anmeldung

13.30 Uhr
á € 1,00
150 Min

Offenes Atelier. Malen, zeichnen oder töpfern Sie in aller Ruhe. Ohne Anleitung

Mittwoch

09.00 Uhr –
12.00 Uhr
13.00 Uhr –
16.00 Uhr

Wärmefondsberatung. Frau Simon unterstützt Sie bei der Beantragung der Pauschalen der SWM zur Bewältigung der gestiegenen Energiekosten für Haushalte mit geringem Einkommen. Ohne Anmeldung

9.15 Uhr
€ 97,50
13 x 90 Min

Englisch mit Vorkenntnissen. Sprachkurs mit Frau Reuter-Schmidt. Anmeldung

10.00 Uhr
11.00 Uhr
€ 78,00
12 x 50 Min

Einführung ins T'ai Chi Kurse I und II. Übungen für Körper und Geist mit Herrn Gödecke. Nicht am 07.02.2024. Anmeldung

12.00 Uhr
€ 7,00

Mittagstisch – „sozial, fair und lecker“. 2-Gänge-Menü. Anmeldung

13.30 Uhr
15.00 Uhr
€ 82,00
13 x 75 Min

Gedächtnistraining Kurse I + II. Steigern Sie Ihre Merkfähigkeit und behalten Sie Ihre geistige Leistungsfähigkeit unter der Anleitung von Frau Last. Anmeldung

Mittwoch

14.00 Uhr
a´ € 1,00
135 Min

Offener Spielenachmittag. Spielen Sie in angenehmer Atmosphäre Karten, Schach oder andere Gesellschaftsspiele.

Donnerstag

09.15 Uhr
13 x 90 Min
€ 97,50

Englisch mit Vorkenntnissen. Sprachkurs mit Frau Fabbro. Anmeldung

09.30 Uhr
12.00 Uhr
12 x 60 Min
€ 60,00

Fit durch Tanzgymnastik. Bewegungskurs mit Frau Salzberger-Bauer. Nicht am 25.04.2024. Anmeldung

10.45 Uhr
12 x 60 Min
€ 60,00

Hockergymnastik. Sportliche Betätigung im Sitzen mit Frau Salzberger-Bauer. Nicht am 25.04.2024. Anmeldung

12.00 Uhr
€ 7,00

Mittagstisch – „sozial, fair und lecker“. 2-Gänge-Menü. Anmeldung

13.30 Uhr
14.45 Uhr
€ 65,00
13 x 60 Min

Qi Gong Kurse I + II. Meditative Bewegungsübungen mit Frau Gsottbauer. Anmeldung



Freitag

10.00 Uhr
€ 40,00
13 x 90 Min

**Rock- und Popchor „Rock o‘
Later“.** Mit Frau Savage. Anmeldung



Einzelveranstaltungen

Januar – April 2024

Januar

Do 04.01.
08.45 Uhr
€ 2,00

Wanderung - Ilkahöhe. Schöne Wege vor unvergleichlichem Bergpanorama führen auf knapp 7 km hinauf auf aussichtsreiche Hügel über dem Starnberger See. Mit Einkehr. TP: S-Bahnhof Karlsplatz, Gleismitte, S6 Richtung Tutzing. Anmeldung

Di 09.01.
09.30 Uhr
€ 3,00

Morgenspaziergang. Starten Sie den Tag mit einem gemütlichen Morgenspaziergang in der Gruppe durch die angrenzenden Grünanlagen in Bogenhausen. Preis für Kaffee und Butterbreze. TP: am ASZ Eingang. Anmeldung

Di 09.01.
14.00 Uhr
€ 2,00

Faszination Singen - Singen Sie beliebte, Volkslieder, Schlager und Hits. Lernen Sie leichte und lustige Singübungen kennen. Kurze Atempause bei Kaffee und Kuchen. Preis ohne Speis und Trank. Anmeldung

Mi 10.01.
24.01.
€ 32,00

Fußpflege. Frau Deda, zertifizierte Fußpflegerin, kümmert sich zweimal im Monat in den Räumen des ASZ um das Wohlergehen Ihrer Füße. Mit Fußbad und Massage. Bitte eigenes Handtuch mitbringen. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine.

Januar

Fr 12.01.
26.01.
€ 6,50
á 30 Min

Digitale Sprechstunde. Computer, Tablet, Handy & Co. Herr Planke unterstützt Sie mit praktischem Wissen und Können beim Bedienen dieser Geräte. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine. Anmeldung

Di 16.01.
12.00 Uhr
€ 4,00

Suppenküche. "Fünf sind geladen, zehn sind gekommen, tu` Wasser zur Suppe, heiß` alle willkommen." (Aus Österreich). Unsere Ehrenamtlichen kochen für Sie. Anmeldung

Di 16.01.
14.00 Uhr
€ 2,00

Praxisratgeber - "Kosten und Finanzierung der Pflege". Frau Lechner von der städtischen Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege stellt Ihnen verschiedene pflegerische Versorgungsformen und Wohnkonzepte vor und gibt einen Überblick über deren Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten. Wir reichen Kaffee und Gebäck. Anmeldung

Mi 17.01.
14.00 Uhr
€ 2,00

Wohnen im Alter - Führung im "Haus an der Effnerstraße". Diese Einrichtung bietet in schöner und zentraler Lage sowohl Pflegeplätze als auch seniorengerechtes Wohnen mit Service. Eine Mitarbeiterin des Münchenstifts führt uns durch die Anlage und steht Ihnen für Fragen zur Verfügung. TP: Effnerstraße 76, 81925 München. Anmeldung

Januar

Fr 19.01.
€ 6,50
á 30 Min

Sprechstunde Technik im Alltag. Herr Jonas-Buchenberger unterstützt Sie beim Bedienen und Anwenden von technischen Geräten. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine. Anmeldung

Fr 26.01.
11.00 Uhr
€ 8,00

Neujahrsempfang. Aufbruch und neuer Schwung – lassen Sie sich überraschen und stoßen Sie mit dem ASZ Bogenhausen Team auf das neue Jahr an! Für Speis und Trank ist gesorgt. Preis inklusive Imbiss. Anmeldung.

Di 30.01.
14.00 Uhr
€ 2,00

Bingo. Ein fröhlicher und geselliger Glückspielnachmittag. Wir drücken Ihnen die Daumen! Anmeldung

Februar

Fr 02.02.
€ 6,50
á 30 Min

Sprechstunde Technik im Alltag. Herr Jonas-Buchenberger unterstützt Sie beim Bedienen und Anwenden von technischen Geräten. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine. Anmeldung

Di 06.02.
09.30 Uhr
€ 3,00

Morgenspaziergang. Starten Sie den Tag mit einem gemütlichen Morgenspaziergang in der Gruppe durch die angrenzenden Grünanlagen in Bogenhausen. Preis für Kaffee und Butterbreze. TP: am ASZ Eingang. Anmeldung

Februar

Di 06.02.
15.00 Uhr
€ 4,00

„**Komm! – ich erzähl Dir was.**“ Die Kunst Erlebnisse, Erfahrungen und Lebensweisheiten in Geschichten weiter zu geben hat eine lange Tradition in allen Kulturen. Leider droht sie durch die neuen Medien unterzugehen. Mit einfachen, kreativen Anleitungen wollen wir diese uralte Kulturtechnik wiederbeleben. Erlauben Sie Ihrem inneren Erzähler zu Wort zu kommen und lassen Sie sich überraschen, welche Schätze er ans Licht bringt. Wir illuminieren ein virtuelles Kaminfeuer und reichen warme Getränke. Leitung: Frau von Fircks, Diplom-Psychologin.
Preis für Getränk. Anmeldung

Mi 07.02.
21.02.
€ 32,00

Fußpflege. Frau Deda, zertifizierte Fußpflegerin, kümmert sich zweimal im Monat in den Räumen des ASZ um das Wohlergehen Ihrer Füße. Mit Fußbad und Massage. Bitte eigenes Handtuch mitbringen. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine



Februar

Do 08.02.
09.00 Uhr
€ 2,00

Wanderung - Entlang der Innleiten rund um die Wasserburger Altstadt. Das Hochufer vom Inn bietet auf gut 9 km Wegstrecke mit etwas steileren Anstiegen sagenhafte Blicke auf das Panorama der mittelalterlichen Stadt an der ehemaligen Salzstrasse. Mit Einkehr. TP: Ostbahnhof, Gleis12 Richtung Wasserburg / Inn. Anmeldung

Fr 09.02.
23.02.
€ 6,50
à 30 Min

Digitale Sprechstunde. Computer, Tablet, Handy & Co. Herr Planke unterstützt Sie mit praktischem Wissen und Können beim Bedienen dieser Geräte. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine. Anmeldung

Di 13.02.
14.00 Uhr
€ 2,00

Faszination Singen - Singen Sie beliebte, Volkslieder, Schlager und Hits. Lernen Sie leichte und lustige Singübungen kennen. Kurze Atempause bei Kaffee und Kuchen. Preis ohne Speis und Trank. Anmeldung



Februar

Di 20.02.
12.00 Uhr
€ 4,00

Suppenküche. "Fünf sind geladen, zehn sind gekommen, tu` Wasser zur Suppe, heiß` alle willkommen." (Aus Österreich). Unsere Ehrenamtlichen kochen für Sie.
Anmeldung

Do 22.02.
14.00 Uhr
€ 2,00

Filmerlebnis – „Unterwegs mit Jaqueline“. Begleiten Sie in diesem liebenswerten, amüsanten Film bei Kaffee und Croissant Fatah, einen Familienvater aus einem kleinen algerischen Dorf und seine Kuh Jaqueline auf seiner Reise voller Überraschungen über das Mittelmeer und zu Fuß durch Frankreich bis zur Landwirtschaftsausstellung in Paris.
Anmeldung

Di 27.02.
10.00 Uhr
€ 2,00

Führung Buddha - Haus. Seien Sie dabei, bei einer kleinen Einführung in den buddhistischen Weg sowie einer achtsamkeitsbasierenden einfachen Körperübung. Eine Lehrerin des Projekts ist persönlich vor Ort für Sie.
TP: Klarastr.4, 80636 München.
Anmeldung

Di 27.02.
14.00 Uhr
€ 2,00

Bingo. Ein fröhlicher und geselliger Glückspielnachmittag. Wir drücken Ihnen die Daumen! Anmeldung

März

Di 05.03.
09.30 Uhr
€ 3,00

Morgenspaziergang. Starten Sie den Tag mit einem gemütlichen Morgenspaziergang in der Gruppe durch die angrenzenden Grünanlagen in Bogenhausen. Preis für Kaffee und Butterbreze. TP: am ASZ Eingang. Anmeldung

Mi 06.03.
20.03.
€ 32,00

Fußpflege. Frau Deda, zertifizierte Fußpflegerin, kümmert sich zweimal im Monat in den Räumen des ASZ um das Wohlergehen Ihrer Füße. Mit Fußbad und Massage. Bitte eigenes Handtuch mitbringen. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine

Do 07.03.
09.00 Uhr
€ 2,00

Wanderung - Schloß Dachau und Amperauen. Am Fluss entlang geht es über den Schloßgarten knapp 11 km durch urwaldartige Auenlandschaft ins Amper Delta hinein. Mit Einkehr in Dachau. TP: S-Bahnhof Karlsplatz, Gleismitte, S2 Richtung Dachau. Anmeldung

Di 12.03.
12.00 Uhr
€ 4,00

Suppenküche. "Fünf sind geladen, zehn sind gekommen, tu` Wasser zur Suppe, heiß` alle willkommen." (Aus Österreich). Unsere Ehrenamtlichen kochen für Sie. Anmeldung

Di 12.03.
14.00 Uhr
€ 2,00

Faszination Singen - Singen Sie beliebte, Volkslieder, Schlager und Hits. Lernen Sie leichte und lustige Singübungen kennen. Kurze Atempause bei Kaffee und Kuchen. Preis ohne Speis und Trank. Anmeldung

März

Do 14.03.
14.00 Uhr
€ 2,00

Wohnen im Alter - Besichtigung der neuen "ZAIDMAN Seniorenresidenz" im Prinz-Eugen-Park. Diese neue Einrichtung der Israelitischen Kultusgemeinde (IKG) München und Oberbayern, die in Kooperation mit der Arbeiterwohlfahrt (AWO) betrieben wird, bietet Pflegeplätze, Betreutes Wohnen und Tagespflege. Das Haus vereint modernste pflegerische und architektonische Standards mit warmherziger jüdischer Atmosphäre und Seele. TP: Eugen-Jochum-Straße 4, 81927 München.
Anmeldung

Fr 15.03.
€ 6,50
à 30 Min

Digitale Sprechstunde. Computer, Tablet, Handy & Co. Herr Planke unterstützt Sie mit praktischem Wissen und Können beim Bedienen dieser Geräte. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine. Anmeldung

Mo 18.03. -
Mo 22.04.
09.30 Uhr
€ 25,00
135 Min

Handy-Kurs für Anfänger. Sie haben sich vor Kurzem ein Handy (Smartphone) angeschafft und kommen mit der Bedienung nicht zurecht? Oder Sie würden gerne weitere Funktionen nutzen? Frau Schröck, IT-Trainern, übt mit Ihnen die grundlegende Bedienung sowie weitere Funktionen wie Eingabe von Kontakten, Suche im Internet, Fotografieren, Apps installieren. In Kooperation mit dem Ev. Bildungswerk e.V. Montags als Blockangebot am 18.03. / 25.03. / 08.04. / 15.04. / 22.04.2024.
Anmeldung

März

Di 19.03.
10.30 Uhr
€ 2,00

Besichtigung des MVG Betriebszentrums. In dieser Leitstelle wird der städtische ÖPNV von U-Bahn, Bus und Tram seit 2021 gesteuert und überwacht. TP: Emmy-Noether-Straße 2, 80992 München. Anmeldung

Do 21.03.
11.00 Uhr

Markt der schönen Dinge. Handwerklich geschickt und künstlerisch Begabte aus dem Stadtteil Bogenhausen zeigen Selbsthergestelltes, wie Handarbeiten, Basteleien, Bilder u ä. Stöbern und Entdecken Sie! Interessierte Aussteller bitte bis Donnerstag, 29. Februar 2024 melden.

Fr 22.03.
€ 6,50
à 30 Min

Sprechstunde Technik im Alltag. Herr Jonas-Buchenberger unterstützt Sie beim Bedienen und Anwenden von technischen Geräten. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine. Anmeldung

Di 26.03.
14.00 Uhr
€ 2,00

Bingo. Ein fröhlicher und geselliger Glückspielnachmittag. Wir drücken Ihnen die Daumen! Anmeldung

Do 28.03.
14.00 Uhr
€ 2,00

Filmerlebnis – „It might get loud“. Drei Top Gitarristen der Rockmusik treffen aufeinander: Jimmy Page (Led Zeppelin), Jack White (The White Stripes) und The Edge (U2). Was dann kommt ist Musik und Rockstory vom Feinsten. Anmeldung

April

Fr 05.04.
€ 6,50
á 30 Min

Sprechstunde Technik im Alltag. Herr Jonas-Buchenberger unterstützt Sie beim Bedienen und Anwenden von technischen Geräten. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine. Anmeldung

Fr 05.04.
10.00 Uhr
€ 2,00

Praxisratgeber – „Arzneimittel und Medizinprodukte richtig anwenden“. Wie nehme ich meine Medikamente am besten ein? Wie messe ich meinen Blutdruck ohne Fehler? Frau Jauch ist Apothekerin in der Elektra Apotheke und berät Sie zur Vermeidung von Medikationsfehlern im Alter. Sie gibt Ihnen wertvolle Tipps und Tricks dabei. Wir reichen frischen Wildkräutertee. Preis für Vortrag und Getränk. Anmeldung

Di 09.04.
09.30 Uhr
€ 3,00

Morgenspaziergang. Starten Sie den Tag mit einem gemütlichen Morgenspaziergang in der Gruppe durch die angrenzenden Grünanlagen in Bogenhausen. Preis für Kaffee und Butterbreze. TP: am ASZ Eingang. Anmeldung

Di 09.04.
14.00 Uhr
€ 2,00

Faszination Singen - Singen Sie beliebte, Volkslieder, Schlager und Hits. Lernen Sie leichte und lustige Singübungen kennen. Kurze Atempause bei Kaffee und Kuchen. Preis ohne Speis und Trank. Anmeldung

April

Mi 10.04.
24.04.
€ 32,00

Fußpflege. Frau Deda, zertifizierte Fußpflegerin, kümmert sich zweimal im Monat in den Räumen des ASZ um das Wohlergehen Ihrer Füße. Mit Fußbad und Massage. Bitte eigenes Handtuch mitbringen. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine

Do 11.04.
09.15 Uhr
€ 2,00

Wanderung - Isartal. Durch den Auwald geht es über das Isarhochufer gute 7 km stromabwärts von Buchenhain nach Großhesselohe. Die frische Luft und das Gehen in der Natur verleihen Ihnen neue Energie und Power. Mit Einkehr in der Waldwirtschaft. TP: S-Bahnhof Karlsplatz, Gleismitte, S6 Richtung Tutzing. Anmeldung

Fr 12.04.
26.04.
€ 6,50
á 30 Min

Digitale Sprechstunde. Computer, Tablet, Handy & Co. Herr Planke unterstützt Sie mit praktischem Wissen und Können beim Bedienen dieser Geräte. Bitte vereinbaren Sie Einzeltermine. Anmeldung

Fr 12.04.
13.30 Uhr
€ 35,00

Meine Trauer hat viele Farben. Der Tod einer lieben Person überwältigt uns und wir finden vor Schmerz oft keine Worte. Die Farben helfen Ihnen, Ihre Gefühle auszudrücken: Ihre Ängste, Ihre Zweifel, Ihre Wut, Ihre Liebe. Sie müssen kein Künstler, keine Künstlerin sein. Es geht um Ihr Inneres, um das Verborgene, vielleicht schon längst Gesuchte. Wir arbeiten kreativ. Für das Malmaterial ist gesorgt. Anmeldung unter 089 13 07 87 83.

April

Do 18.04.
14.00 Uhr
€ 6,00

Spaziergang in Gesellschaft - Entdeckungstour durch die Borstei. Die denkmalgeschützte Wohnsiedlung aus den 1920er Jahren mit ihren Gärten, Höfen, Ladenstraße und Kunstwerken ist in München einzigartig. Herr Rümmelein vom Geschichtsverein Moosach nimmt Sie mit auf eine spannende Entdeckungstour. Im Anschluss Einkehrmöglichkeit im Borstei-Café. TP: Tram 20, Haltestelle Borstei. Anmeldung

Di 30.04.
14.00 Uhr
€ 2,00

Bingo. Ein fröhlicher und geselliger Glückspielnachmittag. Wir drücken Ihnen die Daumen! Anmeldung

Borst Immobilien GmbH & Co. KG



ASZ Kooperationspartner und selbst organisierte Gruppen im ASZ

- Borst Immobilien GmbH & Co. KG
- GeQo Prinz-Eugen-Park
- Gerontopsychiatrischer Dienst München Nord
- Christophorus Hospiz Verein e. V.
- Alzheimer Gesellschaft München e. V.
- Morbus Crohn-Gruppe
- Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker e. V.
- Ökologisches Bildungszentrum
- Seniorenbeirat der LHM
- WiAC e. V.
- Die Burda-Bande e. V.
- VdK München e. V.
- Sozialbürgerhaus Orleansplatz
Landeshauptstadt München
- Stelle für Gemeinwesenmediation SteG

Raumvergaben sind nach Absprache möglich.

Ihre Notizen

Name	
TN-Betrag	erhalten am

Münchner Rotes Kreuz

Das Rote Kreuz setzt sich im Zeichen der Menschlichkeit für das Leben, die Gesundheit, das Wohlergehen, den Schutz, das friedliche Zusammenleben und die Würde aller Menschen ein.

Datenschutz

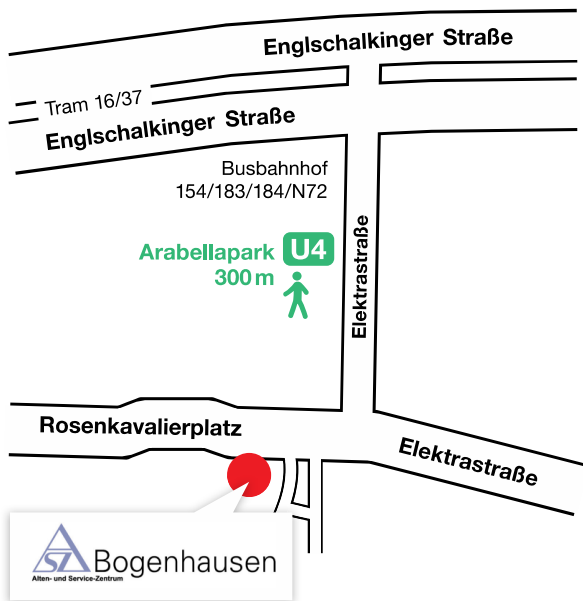
Sie haben gemäß Art. 21 Abs. 1 DS-GVO das Recht, jederzeit gegen die Verarbeitung Sie betreffender personenbezogener Daten, die aufgrund von Art. 6 Abs. 1 Satz 1 lit. e) oder lit. f) DS-GVO erfolgt, Widerspruch einzulegen.

Ihr Weg zu uns:

U4: Arabellapark Endstation

Buslinien: 154, 183, 184, 185, 187, 150

Trambahn: 16



Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen

BRK-Kreisverband München

Rosenkavalierplatz 9

81925 München

Tel.: 089 / 46 13 34 64 0

Fax: 089 / 46 13 34 64 90

E-Mail: asz-bogenhausen@brk-muenchen.de

www.brk-muenchen.de/asz-bogenhausen