

Mai Juni Juli August 2018



Alten- und Service-Zentrum

Maxvorstadt



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



Bayerisches
Rotes
Kreuz
Kreisverband München

ASZ Maxvorstadt, Gabelsbergerstr. 55a, 80333 München
Tel.: 41 11 84 40, Fax: 41 11 844-26, asz-maxvorstadt@brk-muenchen.de

Einzelveranstaltungen Mai Juni Juli August 2018

Anmeldung ab Montag, den 16.04.2018, 10.00 Uhr

Mai

Do 03.05.
14.00 Uhr
€ 4,00

Maikonzert mit Live Music Now e.V. Mit einem Glas Maibowle stoßen wir gemeinsam auf die schöne „Maienzeit“ an und lauschen den fröhlichen Klängen der jungen Musiker. Versüßt wird der Nachmittag durch ein leckeres Stück Kuchen. Anmeldung

Fr 04.05.
08.45 Uhr
€ 12,00

Landpartie zur Schlossgärtnerei Weidenkams. Wir besuchen eine Bio- und demeter zertifizierte Gemüse- und Obstgärtnerei. Die Führung wird abgerundet durch eine Brotzeit und einen Kurzvortrag von Tanja Wassmann vom Bund Naturschutz. Anmeldung

Sa 05.05.
10.00 Uhr -
16.00 Uhr

Tag der offenen Tür im BRK Kreisverband München. Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm mit Einblicken in realistische Notfalldarstellung, Blutgruppenbestimmung und Erste Hilfe Übungen. Informieren Sie sich über das Ehrenamt und die vielfältigen Angebote des BRK! Außerdem ist Münchens größtes Weißwurstfrühstück geplant. Ort: Perchtinger Str. 5, 81379 München.

Di 08.05.
13.00 Uhr -
15.00 Uhr

Blickpunkt Auge. Beratung zu allen Fragen rund ums Sehen durch Stefanie Freitag vom BBSB e.V. Kostenfreie Termine. Anmeldung

Di 08.05.
14.00 Uhr

Treffen Ehrenamt im ASZ. Heute haben Sie die Gelegenheit, unseren neuen Kollegen Ignaz Rößler kennenzulernen, Ihr Ansprechpartner rund um das Thema Ehrenamt. Bei Kaffee und Kuchen besprechen wir die Einsatzplanung für das kommende Tertial. Neu Interessierte sind herzlich willkommen. Bitte anmelden!

Mo 14.05.
13.00 Uhr
€ 15,00

Computern leicht gemacht. Workshop Smartphone und Tablet – E-Mail, WhatsApp & Co. Behandlung grundlegender Fragen der Bedienung und Nutzung von Apps. Eigenes Gerät mitbringen. ASZ Geräte auf Anfrage. Anmeldung

- Mo 14.05.
17.30 Uhr **Rechtsberatung** in allen juristischen Fragen durch Rechtsanwalt Jürgen Langer. 15-minütige, kostenfreie Termine. Anmeldung
- Di 15.05.
10.00 Uhr
€ 2,50 **Beratungsangebot. Zuhause leben.** Lernen Sie bei einem kleinen Frühstück das Beratungs- und Unterstützungsangebot des ASZ kennen. Wir geben einen Überblick über verschiedene Hilfsangebote und beantworten Ihre Fragen rund um das Thema Wohnen im Alter, Pflegeversicherung, Hausnotruf und vieles mehr. Anmeldung
- Di 15.05.
16.00 Uhr
€ 2,00 **Neu. Männergruppe.** Heute – was wünschen sich Männer über 60? Bisher nutzen überwiegend Frauen das vielseitige Angebot des ASZ. Das würden wir gerne ändern. In der Maxvorstadt leben 3.621 Männer über 60 Jahren. Welche Interessen haben sie, mit welchen Themen setzen sie sich auseinander? Die von Manfred Jena geleitete Männergruppe trifft sich einmal monatlich. Auch am 12.06. und 24.07. Anmeldung
- Di 15.05.
18.00 Uhr **Treffen Ehrenamt im Besuchs- und Begleitdienst.** Zur Information, zum gegenseitigen Austausch Ihrer Erfahrungen und zur Erarbeitung von aktuellen Fragen und Themen. Interessierte sind willkommen. Bitte anmelden!
- Do 17.05.
14.45 Uhr
€ 3,00 **Singkreis „on tour“.** Der Mai, der lustige Mai...lockt uns in den Münchner Osten. Wir besuchen den Singkreis des ASZ Riem. Preis inkl. Kaffee und Kuchen. TP: ASZ Riem, Platz der Menschenrechte 10 (U2, Messestadt West). Anmeldung
- Do 17.05.
16.00 Uhr **Kastanienfest.** „Vom Eise befreit sind Strom und Bäche durch des Frühlings holden, belebenden Blick.... und auch die berühmte Kastanie in der Türkenstraße wird wieder blühen. Das ASZ feiert mit ihr, den Bürgern der Maxvorstadt und Helga Asenbaum das 20-jährige Überleben. 1998 sollte sie gefällt werden, da angeblich gefährlich...??? Nein, die Kastanie wurde gerettet, damit wir uns noch lange an ihr erfreuen.TP: Georg Elser Platz, unter der Kastanie. Anmeldung
- Mi 23.05.
09.00 Uhr
€ 2,00 **Sommerwanderung.** Wir wandern unter der Leitung von Ingeborg Binder und ihrer Wandergruppe bei hoffentlich schönem Wetter. Nähere Information bei der Anmeldung.
- Do 24.05.
14.00 Uhr
€ 5,00 **Stadtwanderung.** Eine Zeitreise durch die Anfänge Münchens mit Ludwigsbrücke, Isartor, Alter Peter, Hl. Geist Spital, Alter Hof, Frauenkirche und vielem mehr. Christine Klebe entführt Sie in die Zeit der „oiden Ritter“ und erzählt Ihnen spannende Geschichten aus ferner Zeit. Preis für Führung. TP: Eingang Müllersches Volksbad, Rosenheimer Str.1. Anmeldung
- Di 29.05.
11.20 Uhr
€ 2,00 **Das Evangelische Alten- und Pflegeheim Ebenhausen.** Dieses Haus der Inneren Mission bietet, mit Blick auf das Isartal und die Alpen, ein maßgeschneidertes Angebot von Seniorenwohnen über stationäre Pflege und Kurzzeitpflege bis zur Beschützenden Einrichtung. Vor der Führung kehren wir zum Mittagessen im Gasthof „Zur Post“ ein. Zum Heim und zurück zur S-Bahn ist es ein kleiner Spaziergang. Preis ohne Fahrt. TP: Hbf S-Bahnsteig hinten, S7 Wolfratshausen. Anmeldung

Juni

- Di 05.06.
10.30 Uhr
€ 3,00 **Umweltforschungsstation Schneefernerhaus.** Direkt unterhalb des Gipfels der Zugspitze in einer Höhe von 2656m befindet sich Bayerns Zentrum für Klima- und Wetterforschung. Dr. Inga Beck gibt uns in ihrem Vortrag Einblick in die interessante und wichtige, international bedeutende Forschungsarbeit. Anmeldung

- Do 07.06.
16.00 Uhr
€ 4,50
- Biergarten im ASZ.** Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah? In diesem Sinne pflegen wir die gemütliche bayrische Biergartentradition im ASZ Garten. Das ehrenamtliche Küchenteam verwöhnt Sie auch heute wieder. Preis für Speisen. Getränke extra. Anmeldung
- Di 12.06.
09.15 Uhr
€ 18,00
- Wasserburg. Stadt auf einer vom Inn umflossenen Halbinsel.** Bei einer Stadtführung spazieren wir durch die Altstadt. Wir erfahren Interessantes über das geschichtsträchtige und für den Handel sehr bedeutsame Städtchen. Zur Mittagszeit ist Einkehr und am Nachmittag gibt es Zeit für einen Spaziergang und eigene Erkundungen. Preis inkl. Fahrtkosten und Führung. TP: DB-Haupthalle, Infopoint. Anmeldung
- Di 12.06.
16.00 Uhr
€ 2,00
- Männergruppe** mit Manfred Jena. Thema heute: Wie entwickelt sich die Gesellschaft für uns Männer? Anmeldung
- Fr 15.06.
14.00 Uhr
€ 7,00
- Lust auf Kochen und Genießen?** Tanja Wassmann zaubert mit Ihnen ein sommerliches Menü aus biologisch regionalem Anbau, das Sie dann gemeinsam auf der Sommer- ASZ Terrasse genießen. Anmeldung
- Mo 18.06.
13.00 Uhr
€ 15,00
- Computern leicht gemacht. Workshop Smartphone und Tablet.** Installieren von Apps & Co. Behandlung grundlegender Fragen der Bedienung und Nutzung von Apps. Eigenes Gerät mitbringen. ASZ Geräte auf Anfrage. Anmeldung
- Mo 18.06.
17.30 Uhr
- Rechtsberatung** in allen juristischen Fragen durch Rechtsanwalt Jürgen Langer. 15-minütige, kostenfreie Termine. Anmeldung
- Di 19.06.
11 -13 Uhr
- Blickpunkt Auge.** Beratung durch Stefanie Freitag vom BBSB e.V. Siehe 08.05.
- Di 19.06.
15.00 Uhr
€ 4,00
- Singkreis.** Jede/r ist herzlich eingeladen, an unserem von Eva-Maria Stadler angeleiteten Singkreis teilzunehmen. Preis inkl. Kaffee und Kuchen. Auch am 24.07., 28.08. Anmeldung
- Mi 20.06.
14.00 Uhr
- Der Seniorenbeirat lädt ein. Auf schnellen Wegen.** Wie wird das Fahrrad und der Fahrradverkehr von morgen aussehen? TP: Verkehrszentrum, Am Bavariapark 5, 80339 München. Anmeldung
- Di 26.06.
14.00 Uhr
€ 3,00
- Traumreise Australien - Neuseeland.** Teil I. Dieter v. Essen gibt Ihnen mit seinem Film einen Überblick über seine Reise nach Australien. Sie tauchen in das Geschehen ein, als wären Sie selbst dabei gewesen. Anmeldung
- Do 28.06.
10.00 Uhr
- Besuch der kleinen Astronauten.** Sommerbasteln gemeinsam mit den Kindern aus der benachbarten Kinderkrippe. Anmeldung
- Do 28.06.
15.00 Uhr
€ 2,00
- Ratgeber. Richtig erben und vererben.** Brauche ich ein Testament? Wie kann ich ein Testament verfassen und welche Formvorschriften muss ich dabei beachten? Wie verhalte ich mich im Erbfall richtig und was ist wichtig bei der Abwicklung des Nachlasses? Wer hat einen Pflichtteilsanspruch? Was ist in Bezug auf die Erbschaftssteuer zu beachten? Der Vortrag von Rechtsanwältin Andrea Ducke gibt wertvolle Tipps und Hinweise für die Praxis, um Fehler bei der Nachlassgestaltung zu vermeiden. Anmeldung
- Sa 30.06.
10.00 Uhr -
13.00 Uhr
- Die BRK-Krebsberatungsstelle lädt wieder zu einem Wohlfühltag ein.** Es werden verschiedene Wohlfühlkonzepte vorgestellt und Wege aufgezeigt, wie man sein Wohlbefinden steigern, eigene Kraftquellen mobilisieren, die Selbstheilungskräfte aktivieren und Entlastung finden kann, um den Heilungs- und Gene-

sungsprozess zu fördern. Informationen und Anmeldung unter 089/2373-276 oder Krebsberatung@brk-muenchen.de

Juli

- Mi 04.07.
08.40 Uhr
€ 12,00
- Landpartie zur Bucheralm** unterhalb des Birkensteins bei Fischbachau. Hier dürfen sich im Sommer die Ziegen des dazugehörigen Leitzachtaler Ziegenhofs auf den Bergwiesen austoben und frisches Weidegras verputzen. Der Biohof ist bekannt für seine Ziegen und den prämierten Käse. Führung und Kurzvortrag von Tanja Wassmann vom BN. TP: BOB Schalter, Starnb. Flügelbhf. Anmeldung
- Do 05.07.
18.00 Uhr
€ 8,50
- Die Musikhochschule und ihre „Katakomben“.** Die Musikhochschule wurde 1846 gegründet und diente früher als „Führerbau“ der NSDAP. Ein Vortrag im Kaminzimmer und eine Führung von Herrn Dr. Krause durch die unterirdischen, öffentlich nicht zugänglichen „Katakomben“ verschaffen einen etwas anderen Eindruck dieses interessanten Baus. Preis für Führung. TP: Eingang Arcisstraße 12. Anmeldung
- Mo 09.07.
13.00 Uhr
€ 15,00
- Computern leicht gemacht. Workshop Smartphone und Tablet.** Behandlung grundlegender Fragen der Bedienung und Nutzung von Apps z.B. MVV Routenplaner, Verspätungsalarm, Geschäftefinder. Eigenes Gerät mitbringen. ASZ Geräte auf Anfrage. Anmeldung
- Do 12.07.
10.00 Uhr
€ 2,50
- Beratungsangebot. Zuhause leben.** Teil II. Siehe auch 15.05. Anmeldung
- Mo 16.07.
17.30 Uhr
- Rechtsberatung** in allen juristischen Fragen durch Rechtsanwalt Jürgen Langer. 15-minütige, kostenfreie Termine. Anmeldung
- Di 17.07.
14.00 Uhr
€ 3,00
- Traumreise Australien – Neuseeland.** Teil II. Individueller Reisebericht von Herrn v. Essen. Siehe auch 26.06. Anmeldung
- Mi 18.07.
16.00 Uhr
€ 7,50
- Sommerfest.** Das ASZ lädt zum traditionellen Würstl grillen ein! In diesem Jahr verzaubern wir Sie nicht nur mit unserem reichhaltigen Salatbuffet, sondern auch mit dem großartigen Zauberkünstler Daniel Eichinger. Preis für Speisen und Kunst. Anmeldung
- Di 24.07.
11 - 13 Uhr
- Blickpunkt Auge.** Beratung durch Stefanie Freitag vom BBSB e.V. Siehe 08.05.
- Di 24.07.
15.00 Uhr
€ 4,00
- Singkreis.** Sommer, Sonne, Singen... Kommen Sie zum Singkreis. Danach gehen Sie beschwingt in einen schönen Sommerabend, denn Singen tut gut (s.19.06.). Anmeldung
- Di 24.07.
16.00 Uhr
€ 2,00
- Männergruppe** mit Manfred Jena. Thema heute: Wie entwickelt sich die Politik aus der Sicht der Männer? Anmeldung

August

- Do 02.08.
10.45 Uhr
€ 2,00
- Sommerspaziergang zum Waldgasthof Buchenhain.** Von Höllriegelskreuth wandern wir gemütlich zu einer Einkehr unter schattigen Kastanien (ca.1,9 km). Rückfahrt ab Buchenhain oder zu Fuß zurück nach Höllriegelskreuth. TP: Hbf S-Bahnsteig hinten, S7 Wolfratshausen. Anmeldung

- Di 07.08.
14.00 Uhr
Eiszeit im ASZ. Wir genießen die schönsten Seiten des Sommers mit eiskalten Köstlichkeiten auf der ASZ Terrasse! Wählen Sie zwischen zweierlei Eisbechern und/oder Eiskaffee. Preis nach Verzehr. Anmeldung
- Do 09.08.
14.00 Uhr
€ 3,00
Unsere Kirchen in der Maxvorstadt. St. Bonifaz. Die Basilika wurde nach dem Vorbild frühchristlicher Kirchen von Ludwig I erbaut, der auch hier begraben ist. Im Krieg zerstört, wurde sie nur zum Teil wieder aufgebaut und umgestaltet. Pater Korbinian erzählt Ihnen bei einer Führung viel Interessantes und Wissenswertes. TP: Eingang St. Bonifaz. Anmeldung
- Di 14.08.
14.00 Uhr
€ 3,00
Traumreise Australien –Neuseeland. Teil III. Wie gestaltet sich das Leben in Neuseeland? Herr v. Essen erzählt von seinen Erlebnissen und Erfahrungen. Anmeldung
- Do 23.08.
14.00 Uhr
€ 3,00
Schattenmächte. In einer Demokratie ist es Aufgabe der Parlamente, Gesetze auszuarbeiten und zu verabschieden. Fritz R. Glunk, Publizist und Literaturwissenschaftler zeigt sachlich auf, wie durch Privatisierung von Entscheidungsprozessen die Demokratie entkernt wird und wie wir dieser Entwicklung entgegenwirken können. Anmeldung
- Di 28.08.
15.00 Uhr
€ 4,00
Singkreis. Wie immer gilt es, einen bunten Mix an Liedern in der fröhlichen Singkreisrunde anzustimmen (s. 19.06.). Anmeldung
- Do 30.08.
10.30 Uhr
€ 4,50
Programmeinführung. Bei einem gemütlichen Frühschoppen geben wir Ihnen einen Überblick über das kommende Herbstprogramm und freuen uns auf Ihre Anmerkungen und Anregungen. Anmeldung