



ASZ Riem, Platz der Menschenrechte 10, 81829 München
Tel.: 4142 4396-0, Fax: 414 243 96-25, asz-riem@brk-muenchen.de

Einzelveranstaltungen Januar Februar März April 2019

Januar

- Di 08.01.
10.00 Uhr **„Alt und Jung“** – Einmal im Monat kommt eine Gruppe von Vorschulkindern aus dem KiTZ der Heinrich-Böll-Straße zu uns ins ASZ. Der Ablauf dieser Treffen orientiert sich an Ihren kreativen Ideen - singen, basteln, spazieren gehen oder tanzen - alles ist erlaubt. Neue Interessentinnen und Interessenten sind herzlich willkommen! (auch am 05.02, 05.03., 02.04.) Anmeldung
- Do 10.01.
09.50 Uhr **SeniorInnenführung im Deutschen Museum** – Der Seniorenbeirat und die Förderer des Museums laden Sie an diesem Tag zu einer kostenfreien Sonderführung ein. Alexander Lucas wird Ihnen das Thema „Künstliche Intelligenz - wenn Maschinen denken lernen“ näher bringen. TP: Eingang Deutsches Museum. Anmeldung
- Fr 11.01.
10.00 Uhr
€ 5,00 **Neujahrsfrühstück** – Wir freuen uns, Sie nach den Feiertagen wieder im ASZ begrüßen zu dürfen. Stoßen Sie mit uns auf das neue Jahr 2019 an und stärken sich an einem abwechslungsreichen Frühstücksbuffet, das auch in diesem Jahr wieder durch unsere fleißigen Helferinnen und Helfer zubereitet wird. Wir wünschen einen Guten Appetit! Preis für Essen und Trinken. Anmeldung
- Fr 18.01.
10.00 Uhr **Vorstellung Begegnungstage** – Erfurt "liegt am besten Ort. Da muss eine Stadt stehen", urteilte einst der Reformator Martin Luther. Wir wollen uns selbst ein Bild machen und sind vom 03. bis 06. Juni zu Gast in der Landeshauptstadt Thüringens, die auch den Beinamen „thüringisches Rom“ trägt. Anmeldung im Anschluss möglich.
- Di 22.01.
10.00 Uhr
€ 2,00 **Winterspaziergang Olympiapark** – Wir wandern vorbei an der weltberühmten und architektonisch einmaligen BMW Welt zum Olympiapark. Der Weg führt entlang der olympischen Kathedrale des Sports und des Sees auf den Olympiaberg, wo wir vom Gipfelkreuz einen prachtvollen Ausblick über München genießen. Abschließend kehren wir zum Mittagessen ins Hofbräu am Oberwiesenfeld ein. Gesamtlänge ca. 5 km. TP: U-Bhf. Olympiazentrum, Bahnsteigmitte. Anmeldung

- Do 24.01. 14.30 Uhr € 3,00 **Singkreis – „Der Mond ist aufgegangen“** – Aufgepasst! Ab diesem Jahr beginnen die Singkreise eine halbe Stunde früher als gewohnt. Alles andere bleibt jedoch beim Alten, und wir bedanken uns herzlich bei Maria Schächer und Margarethe Behlendorf für die Gestaltung dieser musikalischen Nachmittage. Preis für Kaffee und Kuchen (weitere Termine: 21.02., 28.03., 18.04.) Anmeldung
- Di 29.01. 13.45 Uhr € 2,00 **Führung durch den AWO Föhrenpark** – Unter dem Slogan „Naturnah wohnen und pflegen“ bietet die seit einem Jahr bestehende Einrichtung betreutes Wohnen und Pflegeplätze an. Erfahren Sie Wissenswertes über den Föhrenpark, bei dessen Bau die natürliche Umgebung besonders berücksichtigt wurde. Im Anschluss gibt es Kaffee und Kuchen. TP: S-Bhf Fasangarten, Bahnsteigmitte. Anmeldung
- Do 31.01. 14.30 Uhr € 2,00 **Erkennen Sie die Melodie?** – Erinnern Sie sich an die gemeinsamen Samstagabende mit der Familie beim heiteren Musik-Rätselraten? Lassen Sie mit uns die Quizshow der späten 60iger Jahre wieder aufleben und testen Sie Ihr Wissen rund um die Themen Oper, Operette, Musical und Schlager. Natürlich gibt es auch etwas zu gewinnen – also, seien Sie dabei. Anmeldung

Februar

- Fr 01.02. 10.00 Uhr € 5,00 **Frühstück** – Kommen Sie auf leisen Sohlen durch den Schnee zu uns ins warme ASZ. Hier erwartet Sie ein jahreszeitliches Winterbuffet mit vitaminreichen und gesunden Zutaten. Dazu gibt es einen wärmenden Tee oder einen stärkenden Kaffee. Preis für Essen und Trinken. Anmeldung
- Fr 01.02. 13.45 Uhr € 8,00 **Das „neue“ Gärtnerplatztheater** – Nach langjähriger Umbauzeit öffnete das Gärtnerplatztheater 2018 wieder seine Pforten und erstrahlt in neuem Glanz. Freuen Sie sich auf eine spannende und aufschlussreiche Führung mit interessanten Einblicken in unser Münchner Volkstheater. Preis inklusive Führung. TP: Eingangstreppe Gärtnerplatztheater. Anmeldung
- Di 05.02. **„Alt und Jung“** – siehe Text 08.01.
- Do 07.02. 14.30 Uhr € 2,00 **Praxisratgeber Recht** – Wie regle ich meinen digitalen Nachlass? Neben der Patientenverfügung, der Betreuungsvollmacht und dem Testament ist mit dem Einzug der digitalen Medien und deren Nutzung durch E-Mail, Online-Banking, Facebook, Whatsapp etc. auch die Regelung Ihres digitalen Nachlasses notwendig geworden. Wie das geht, erklärt Ihnen Rechtsanwältin Elisabeth Aleiter im Vortrag. Anmeldung
- Di 12.02. 09.30 Uhr € 5,00 **Winterwanderung an der Würm** – Von Pasing aus wandern wir durch den dortigen Stadtpark und das Würmtal bis zur Wallfahrtskapelle Maria Eich in Planegg. Die Gesamtstrecke beträgt ca. 10 km mit nur wenigen Höhenmetern. Bevor wir mit der S-Bahn von Planegg aus zurück fahren, kehren wir dort gemütlich zum Mittagessen ein. Festes Schuhwerk ist unbedingt erforderlich. Preis inklusive Fahrt. TP: Rischart, Bahnhof Pasing. Anmeldung
- Fr 15.02. 09.15 Uhr € 6,00 **Tour durch das Filmdorf Lansing** – „Dahoam is Dahoam“ ist mittlerweile Kult. Lassen Sie sich hinter die Kulissen der bayerischen Daily Soap entführen. Gezeigt werden die Außen- und Innenkulissen (weite Fußwege) und viel Wissenswertes über die Serie. Ob und welche SchauspielerInnen vor Ort sind, erfahren wir erst kurzfristig. Anschließend Einkehr ins Gasthaus Augustenfelderhof. Bitte warme Kleidung anziehen. 1,5 km Fußweg von der S-Bahn, Führung ca. 2 Stunden. Preis für Fahrt, Führung ist kostenfrei. TP: Hbf. S-Bahnsteigmitte. Anmeldung

- Do 21.02. 14.30 Uhr **Singkreis** – „Es klappert die Mühle am rauschenden Bach“- siehe Text 24.01.
- Fr 22.02. 10.00 Uhr € 3,50 **Reisevortrag Kambodscha und Seychellen** – Gerald Schmidtsdorff nimmt Sie mit auf eine Reise nach Kambodscha, dem einst größten Reich der Welt mit ausgeklügeltem Bewässerungssystem. Mit beeindruckenden Bildern werden wir die typischen Stelzendörfer, Tempel und Märkte kennenlernen. Anschließend reisen wir weiter auf die Seychellen, die durch paradiesische Strände, Riesenschildkröten und die nur hier vorkommenden Coco de mer bestechen. Anmeldung
- März**
- Fr 01.03. 10.00 Uhr € 5,00 **Faschingsfrühstück** – Passend zur „nährischen Zeit“, für manche auch die fünfte Jahreszeit, bieten wir Ihnen ein buntes Frühstücksbuffet an. Lassen Sie es sich an mit Konfetti und Luftschlangen geschmückten Tischen schmecken... wer möchte, auch gerne im Faschingskostüm. Preis für Essen und Trinken. Anmeldung
- Di 05.03. **„Alt und Jung“** – siehe Text 08.01.
- Mi 06.03. 12.00 Uhr € 6,00 **Traditionelles Aschermittwoch-Fischessen.** Beginnen wir die 40-tägige Fastenzeit mit dieser lieb gewonnenen, altbayerischen Tradition. Unser ehrenamtliches HelferInnenteam verwöhnt Sie mit einem leckeren Fischgericht und vitaminreichem Salat. Preis für Essen und Trinken. Anmeldung
- Di 12.03. 10.00 Uhr € 2,00 **Märzwanderung entlang der Amper** – Die ca. 10 km lange Wanderung startet in Olching und führt auf gut befestigten Wegen bis nach Fürstenfeldbruck. Immer begleitet uns hier die Amper und hoffentlich die ersten Frühlingsblüher am Rande des Weges. In Fürstenfeldbruck angekommen geht es zur gemeinsamen Einkehr ins Klosterstüberl, das für seine gute Gastronomie bekannt ist. TP: S-Bhf. Olching. Anmeldung
- Do 14.03. 15.00 Uhr € 2,00 **Klassisches Konzert zum Frühlingsanfang** – Freuen Sie sich auch in diesem Jahr auf das bei uns zur Tradition gewordene Konzert mit Margarete Behlendorf am Klavier und Rainer Hegerl an der Violine. Mit einem bunten Repertoire klassischer Stücke läuten wir gemeinsam die blühende Jahreszeit ein und hoffen auf ein herrliches Frühjahr. Anmeldung
- Mo 18.03. 13.50 Uhr € 3,50 **Jugendstil trifft Genossenschaftsbau** – Unter diesem Motto führt uns Ilse Merkle heute durch Untersending. Der Spaziergang führt uns vom Drachenhaus vorbei an aufständigen Bauern, mutigen Bürgern und mythischen Wesen zum „Elysium“, der heutigen Himmelfahrtskirche. Anschließend wärmen wir uns bei Kaffee und Kuchen. TP: U-Bhf Harras Bahnsteigmitte. Anmeldung
- Di 26.03. 8.00 Uhr € 38,00 **Busausflug zur Burg Trausnitz und zum Alpakahof** – Erleben Sie eine Burgführung oberhalb der Altstadt Landshuts und erfahren Sie mehr über die berühmte Narrentreppe. Nachdem wir die Kunst- und Wunderkammer besichtigt und uns gestärkt haben, fahren wir weiter zu einem Biohof, auf dem wir Aronia- und Apfelplantagen besichtigen und einen Einblick in die Welt der Alpakas gewinnen. Anschließend erhalten wir Kaffee und Kuchen. Preis inklusive Fahrt, Führungen, Kaffee und Kuchen. BesucherInnen mit kleiner Rente können eine Vergünstigung erhalten. TP: ASZ. Anmeldung
- Do 28.03. 14.30 Uhr **Singkreis-** „Auf der schwäbsche Eisebahne“ - siehe Text 24.01.

Fr 29.03.
11.10 Uhr
€ 10,50

Ostereiermarkt im Kloster Andechs – Nach einem gemeinsamen Mittagessen in der Burgschänke geht's in den „Florian Stadl“. Dort bestaunen wir die vielfältigen Maltechniken von KünstlerInnen aus der Schweiz, Österreich, Russland und Deutschland. Es besteht die Möglichkeit, den KünstlerInnen bei ihrer Arbeit über die Schulter zu schauen und etwas über die Techniken zu erfahren. Preis inklusive Eintritt, Fahrt. TP: Hbf S-Bahnsteigmitte. Anmeldung

April

Di 02.04. „**Alt und Jung**“ – siehe Text 08.01.

Mi 03.04.
13.00 Uhr
€ 13,00

Landpartie - Besuch der Schäferei Unglert in Puchheim – Bei einer Führung über den Biolandhof sehen wir die schöne Lebensweise der Kühe, Schweine, Hühner, Enten, Pferde und natürlich Schafe auf den ausgedehnten Wiesen- und Weideflächen. Unsere Organisatorin Tanja Wassmann erklärt uns dabei die Wirtschaftsweise des ökologischen Landbaus. Abgerundet wird das Angebot durch Kaffee und Kuchen und den Besuch des Hofladens. Strecke ca. 2 km. Preis inklusive Fahrt, Führung und Verpflegung. TP: ASZ. Anmeldung

Fr 05.04.
10.00 Uhr
€ 5,00

April-Frühstück – „April, April, der weiß nicht was er will“ - Wir wissen aber genau was wir Ihnen heute alles auf unserem Buffet anbieten möchten. Sie haben eine vielfältige Auswahl an Belägen, Süßem und Gesundem, Semmeln und Brot. Lassen Sie sich überraschen. Preis für Essen und Trinken. Anmeldung

Di 09.04.
09.35 Uhr
€ 7,00

Wanderung von Kirchseeon nach Ebersberg – Unsere Wegstrecke führt uns durch das Kirchseeoner Dorf und anschließend über die Felder bei Forstseeon zum Egglburger See. Nach dem Mittagessen wandern wir weiter an der Weiherkette und am Klostersee entlang nach Ebersberg, wo wir uns mit Kaffee und Kuchen stärken. Länge ca. 11 km (Mittagseinkehr nach 8 km), 125 HM. Gutes Schuhwerk ist unerlässlich. Preis inklusive Fahrt. TP: Trudering, S-Bahnsteigmitte. Anmeldung

Do 11.04.
12.25 Uhr
€ 5,00

Flugwerft Schleißheim - Hängegleiter, Senkrechtstarter & Co. – Diese Zeitzeugen der Luftfahrt erzählen ihre ganz eigene Geschichte, vorgetragen von Bruno Graf. Zu dieser kostenfreien Sonderführung werden Sie vom Seniorenbeirat und dem Deutschen Museum eingeladen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit noch durch das Schlossgelände zu spazieren und einen Kaffee zu trinken. Preis für Fahrt. TP: ASZ. Anmeldung

Do 18.04.
14.30 Uhr

Singkreis – „Da kommt von den blauen Hügeln“ - siehe Text 24.01.

Do 25.04.
10.00 Uhr
€ 5,00

Osterbrunch – Die Sonne lacht, die Blumen sprießen. Ostern liegt gerade erst hinter uns und nach alter Tradition bereiten wir für Sie einen gemütlichen Brunch vor. An der reich gedeckten Tafel finden Sie Köstliches, vorbereitet von unserem ehrenamtlichen HelferInnenteam. Preis für Essen und Trinken. Anmeldung

Di 30.04.
08.40 Uhr
€ 23,00

Festspielhäuser Salzburg – Mit dem Zug fahren wir in die bezaubernde Mozartstadt. Nach einem kleinen Rundgang durch die Altstadt stärken wir uns im historischen Wirtshaus „Krimpelstätter“. Anschließend geht es über den Mönchsberg (bei Regen Alternativroute) zu den weltbekannten Festspielhäusern, wo uns eine einstündige Führung erwartet. Danach bleibt genügend Zeit für eine köstliche Sachertorte oder zum Flanieren durch die Getreidegasse. Preis inklusive Fahrt und Führung. TP: Ostbahnhof Gleis 8. Anmeldung