



Alten- und Service-Zentrum

Caritas

Nah. | Am Nächsten

Pasing



Angebote
September
Oktober
November
Dezember
2018

Ihr Wegbegleiter im Alter

Beratung
Information
Unterstützung
Gruppen und Kurse
Begegnung
Beteiligung



Inhalt

2	Kurzbeschreibung des ASZ
2	Begrüßung unserer ausländischen Besucher/innen
3	Beratung, Information, Vermittlung
4 - 7	Kurz notiert - Aktuelles
8 - 11	Kurse
12 - 17	Veranstaltungen September
17 - 23	Veranstaltungen Oktober
23 - 26	Veranstaltungen November
27 - 29	Veranstaltungen Dezember
30	Ehrenamtliche
31 - 32	Terminkalender
33	Serviceangebote: Mittagstisch
34	Serviceangebote: Cafeteria und Begegnung
35	Serviceangebote: Nachbarschaftshilfe
36	Mobile Werkstatt Aubing, Fachstelle pflegende Angehörige
37	Sprechstunde Seniorenbeirat, Fußpflege, Briefmarken, Suche-Biete-Tafel, Freizeitpartnerbörse-Infowand
38	Sammlung Brillen, Briefmarken-Spenden, Handys Mieterberatung
39	Freizeit und Unternehmungen
40	Offene Gruppen
41	Gruppenangebote: Café Lichtblick, Psychologischer Alltag, Angehörigengruppe
42	Neue Medien: Computerkurse, Handy, Internet, betreutes Surfen
43	Angebote für Migrant/innen
44	Caritas-Angebote im Stadtteil, Pflege-Hotline
45	Weitere wichtige Adressen
46	ASZ - Team

Auf unserem Titelbild sehen Sie das ASZ- Team beim Betriebsausflug mit Alpakas und Lamas

Herzlich willkommen!

Benvenuti

Bienvenido

Bienvenue

Welcome

Hoş geldiniz

Dobro došli

Bienvendidoç

Добро пожаловать

Добро Дошли

Καλός ηρθατε

Das Alten- und Service-Zentrum Pasing ist:

- Ihr Wegbegleiter im Alter, unabhängig von Konfession und Nationalität.
- eine Anlaufstelle für Seniorinnen und Senioren im Stadtteil Pasing sowie deren Angehörige und andere Bezugspersonen, wenn sie Unterstützung, Beratung und Betreuung suchen.
- eine Einrichtung der Landeshauptstadt München in Betriebsführung des Caritasverbandes der Erzdiözese München und Freising e.V.

Ihre Spende hilft uns!

Liebe Besucherinnen und Besucher, liebe Freunde des ASZ, mit einem finanziellen Beitrag (bar oder als Überweisung) können Sie uns gezielt bei unserer Arbeit unterstützen.

Ihre Spende kommt zu 100 % dem ASZ zu Gute.

Auf Wunsch stellen wir Ihnen eine Spendenquittung aus.

Neue Kontonummer:

Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE25 7002 0500 8850 0004 10

BIC: BFSWDE33MUE

Vielen herzlichen Dank!

Beratung, Information, Vermittlung

Unsere sozialpädagogischen Fachkräfte beraten Sie und Ihre Angehörigen gerne, damit Sie möglichst lange selbstständig und selbstbestimmt leben können.

Nutzen Sie unsere fachliche Kompetenz bei Fragen zu

- Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten zu Hause (hauswirtschaftliche Hilfen, Hausnotruf, Essen auf Rädern, Begleitsdienste etc.)
- der Vermittlung von ambulanten Pflegediensten sowie Tages- und Kurzzeitpflege
- verschiedenen Wohnformen im Alter und Wohnraumberatung
- dem Umgang mit Behörden oder beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen
- speziellen Themen rund ums Älterwerden
- persönlichen Anliegen in belastenden Lebenssituationen
- der Vermittlung sowie Einsatzmöglichkeiten von ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern

Die Beratung ist kostenlos.

Ihr Anliegen wird selbstverständlich vertraulich behandelt.

Hausbesuche sind bei Bedarf möglich.

Kurz notiert - Aktuelles

Präventive Hausbesuche

Für die meisten Menschen ist das Altern in vertrauter Umgebung ein großes Bedürfnis. Sie möchten im Alter auch mit gesundheitlichen Einschränkungen so lange wie möglich in ihrer eigenen Wohnung bleiben und dabei gut versorgt werden. Ein besonderes Angebot der ASZ ist es, präventive Hausbesuche anzubieten. Dabei können alle individuellen und persönlichen Anliegen rund ums Älterwerden besprochen werden. Hierzu gehören z. B. die Klärung von Fragen zur Alltagsgestaltung, Wohnberatung, Behördenangelegenheiten, häusliche Versorgung, pflegerische Versorgung, finanzielle Absicherung sowie die Information über Angebote zur Freizeitgestaltung. Gerne besuchen und beraten wir Sie, auch wenn noch kein konkreter Hilfebedarf vorhanden ist.

Die Hausbesuche sind kostenlos und vertraulich. Wir freuen uns auf Ihr Interesse. Für Fragen oder eine Terminvereinbarung wenden Sie sich an die Diplom-Sozialpädagoginnen im ASZ Pasing, Kirsten Josefczak oder Lisa Schmidmaier.



Kirsten Josefczak



Lisa Schmidmaier

Hinweis:

Das Angebot „Präventive Hausbesuche“ wird vorgestellt
am Do, 25.10. / 14.30 Uhr.

Neues aus der Verwaltung

Sie möchten uns eine **Spende** überweisen? Bitte beachten Sie, dass wir eine **neue Kontonummer** haben. Näheres siehe Seite 2.
Herzlichen Dank!

Die Bezahlung der **Mittagstischrechnungen** ist aus verwaltungstechnischen Gründen ab sofort nur noch per **Lastschriftinzug** möglich.
Wir bitten um Ihr Verständnis.

Geschenk mit Herz

Dieses Jahr können Sie wieder ein Weihnachtspäckchen für die Aktion „Geschenke mit Herz“ des Vereins humedica e.V. für arme Kinder in Osteuropa bei uns abgeben oder zusammen mit Frau Blaut gemeinsam Päckchen bekleben und füllen.

Abgabeschluss für fertige Schuhkartons: Mo, den 12.11.2018

Gemeinsames Päckchen packen mit Frau Blaut:

Mi, 17.10. und Mi, 24.10., jeweils 14.30 Uhr

Bücherflohmarkt im Herbst

Von Dienstag, den 06.11. bis einschließlich Dienstag, den 13.11.2018 findet hier im Haus wieder unser **Bücherflohmarkt** statt.

Gut erhaltene und insbesondere neuere Bücher können ab Anfang Oktober bei uns abgegeben werden.

Der Erlös des Flohmarktes kommt dem ASZ zu Gute.

Besondere Veranstaltungen

Di, 18.09. / 13.30 Uhr

Besuch eines Bio-Bauernhofes

Mo, 15.10. / ab 14.00 Uhr

Informationsmesse zum Thema
„So viel Monat - so wenig Geld“

Mo, 15.10. / 15.00 Uhr

Vortrag: „Grundsicherung“

Mo, 29.10. / 14.30 Uhr

Bunter Nachmittag- Ihre Talente sind gefragt

„Einfach mal spazieren gehen...“

...nach dem Mittagessen, nur eine halbe Stunde. **In der Regel jeden Donnerstag** dreht Sigrid Wagner eine kleine Runde durch den Stadtpark mit allen, die sich ihr anschließen. **Treff: ASZ um 12.30 Uhr.**

Medizinische Fußpflege im ASZ

Frau Nowakowsky kümmert sich um das Wohl Ihrer Füße, jeweils freitags in unseren Räumen. Weitere Infos auf Seite 37. Nur mit Anmeldung!

Aktive Freizeit für

... „neue Ruheständler“, **fitte Seniorinnen u. Senioren**

Das Angebot reicht von geführten Wanderungen, Radtouren, Städtefahrten und Kinobesuchen bis zu zwanglosen Verabredungen, zu Führungen und kulturellen Veranstaltungen, wie Theater und Ausstellungen in und um München. Wir freuen uns über alle, die mitmachen und mitgestalten wollen. Mehr Informationen siehe auf Seite 39. Fragen Sie nach bei Frau Blaut.

Nächste Planungstreffen: Di, 11.09. / 09.10. / 13.11. / 11.12.2018, jeweils 17.00 Uhr.

Sprechstunde des Seniorenbeirats im ASZ Pasing

Jeden ersten Dienstag im Monat, von 10.00 -11.00 Uhr, bietet der Seniorenbeirat eine offene Sprechstunde im ASZ Pasing an. Wenn Sie ein Anliegen haben, können Sie ohne Anmeldung vorbeikommen.

Bei Bedarf ist die Seniorenbeirätin auch **telefonisch in der Regel jeden Samstag unter der Telefonnummer: 089 / 82 90 84 44 erreichbar.**

Räume zu vermieten

Wir vermieten außerhalb unserer Öffnungszeiten und an den Wochenenden einzelne Räume an Gruppen und Vereine. Wenn Sie regelmäßig einen Raum mieten wollen, bitte bei Claudia Hohendorf (Leitung ASZ) melden.

Seminarabend

für Familie und Freunde von Menschen mit Depressionen

Eine Depression erkennen, annehmen, sich selbst leichter fühlen.

Wenn ein nahestehender Mensch in eine Depression gerät, ist dieser Prozess für Angehörige oft schwer zu verstehen. Familie und Freunde sind für den depressiven Menschen jedoch sehr wichtig; oft können sie sogar mehr für ihn tun als professionelle Helfer.

Im gemeinsamen Austausch miteinander können Sie neue Wege finden und zu einer anderen Sichtweise im Umgang mit depressiven Angehörigen gelangen.

Das Seminar wird als Einzelveranstaltung angeboten:

- **Donnerstag, 08.11.2018**
- **von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr**
- **Seminargebühr: 10,- €**
- **Anmeldung unter: 0163/2633726 oder chh-coaching.de**
-

Leitung: Claudia Hohendorf, Dipl.Soz.Päd.(FH)/ Systemischer Coach und Berater (SE)

Herzlichen Dank!

Das ASZ Pasing, finanziert von der LH München unter der Betriebsführung des DiCV München und Freising e.V., wird für einzelne Projekte von der Mörtl-Stiftung und vom SZ-Adventskalender unterstützt. Durch die Stiftung der LHM, der Zonta-Stiftung, der Heinrich- u. Maria Eleonora-Leininger-Stiftung und der Seniorenhilfe Lichtblick e.V. konnte hilfsbedürftige Seniorinnen und Senioren ebenfalls finanzielle Unterstützung gewährt werden. Herzliches „Vergelt’s Gott“!

Kurse

Anmeldungen für Kurse

- Sie können sich ab sofort für die Kurse ab September anmelden.
- Anmeldung/Abmeldung/Rückerstattung etc. nur über das ASZ-Büro!
- **Frühzeitige Anmeldung ist die beste Anmeldung!**
- Die Kurse haben eine begrenzte Anzahl von Plätzen. Diese werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.
- Für die Anmeldung bitte Anmeldekarte ausfüllen bzw. Anmeldeurkunde unterschreiben
- Gültig ist die Anmeldung nach Eingang der Kursgebühr.
- **Rücktritt durch den / die Teilnehmer/in:** Grundsätzlich ist ein Kursrücktritt nur bis 3 Wochen vor Kursbeginn möglich. Die Verwaltungsgebühr dafür beträgt 5,- €. Bei Krankheit oder Kur ab einer Dauer von 4 Wochen und mit ärztlichem Attest kann die Kursgebühr rückerstattet werden. Für einzelne Tage, an denen keine Teilnahme möglich ist, erfolgt keine Erstattung.
- **Kursabsage durch das ASZ:** Das ASZ behält sich vor, Kurse abzusagen (z.B. bei zu geringer Teilnehmerzahl). Sie werden dann benachrichtigt und Ihnen wird der Kursbeitrag zurückerstattet.
- **Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist auf Anfrage möglich!**
- Bezahlung ist **ausschließlich per Lastschriftinzug** möglich!

Gedächtnistraining

Freitag 9.30 – 11.00 Uhr Kursbeginn Sept.: 14.09.2018 Kursbeginn Jan.: 11.01.2019 Kosten: 60,- € für 10x	Gedächtnistraining (G1) Im ganzheitlichen Gedächtnistraining werden Konzentration und Merkfähigkeit für den Alltag trainiert. Geübt wird ohne Leistungsdruck. Zwischendurch gibt es immer wieder leichte Bewegungselemente für Koordination und Entspannung. Referentin: Stefanie Boeke
--	---

Sprachen

Englisch

Montag

11.15 – 12.45 Uhr

Kursbeginn Sept.:

24.09.2018

Kursbeginn Jan:

14.01.2019

Kosten:

60,- € für 10x

Englisch Mittelstufe / Konversation (E1)

In diesem Kurs wird nicht mit einem Buch, sondern mit Texten gearbeitet, über deren Inhalt Sie miteinander ins Gespräch kommen. Es werden auch die Vokabeln und die Grammatik erarbeitet.

Referentin: Renate Junker

Montag

13.15 – 14.45 Uhr

Kursbeginn Okt.:

01.10.2018

Kursbeginn Jan:

07.01.2019

Kosten:

60,- € für 10x

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen (E5)

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer mit Vorkenntnissen bis einschließlich Simple Past. Es wird langsam vorgegangen. Unterrichtsmaterialien sind: Buch, kleine Geschichten, Texte und Lieder.

Referentin: Elisabeth Haas

Montag

15.00 – 16.30 Uhr

Kursbeginn Okt.:

01.10.2018

Kursbeginn Jan:

07.01.2019

60,- € für 10x

Englisch Mittelstufe II (E3)

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer mit guten Realschulkenntnissen oder Abiturkenntnissen. Im Unterricht verwenden wir Texte aus Zeitungen, Zeitschriften, Liedern und evtl. Kriminalromanen.

Referentin: Elisabeth Haas

Donnerstag

11.00 – 12.30 Uhr

Kursbeginn Sept.:

13.09.2018

Kursbeginn Jan:

10.01.2019

Kosten:

60,- € für 10x

Englisch Mittelstufe I (E4)

Für diesen Kurs benötigen Sie die Kenntnisse von etwa drei Jahren Schulenglisch. Es werden sowohl Grammatik als auch das Sprechen geübt. Das Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben.

Referentin: Heidemarie Sulger

Italienisch

Dienstag

9.00 – 10.30 Uhr

Kursbeginn Sept.:

11.09.2018

Kursbeginn Jan.:

08.01.2019

Kosten:

60,- € für 10x

Italienisch für Fortgeschrittene I (IT1)

Spaß am Lernen durch leichte, gelassene, unterhaltsame Arbeitsweise in einer freundlichen Atmosphäre. Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

Referent: Stefano Bizzi**Dienstag**

10.30 – 12.00 Uhr

Kursbeginn Sept.:

11.09.2018

Kursbeginn Jan.:

08.01.2019

Kosten:

60,- € für 10x

Italienisch für Fortgeschrittene II (IT2)

Hier können Sie in netter Runde Ihre Kenntnisse auffrischen. Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

Referent: Stefano Bizzi

Gesundheitstraining

Dienstag

13.45 – 14.45 Uhr

Kursbeginn Sept.:

18.09.2018

Kursbeginn Jan.:

08.01.2019

Kosten:

50,- € für 10x

Wirbelsäulen-Gymnastik (FG1)

Durch gezielte Übungen wird der gesamte Körper gestärkt, die Muskulatur gedehnt sowie die Beweglichkeit verbessert. Bitte mitbringen:

Turnschuhe, Sportbekleidung und ein Handtuch.

Referentin: Claudia Pagel**Dienstag**

13.45 – 14.45 Uhr

Kursbeginn Sept.:

25.09.2018

Kursbeginn Jan.:

15.01.2019

Kosten:

50,- € für 10x

Feldenkrais (F1)

Ziel der Methode ist, unser Lernen durch bewusstes Sich-bewegen zu fördern. Jeder Mensch, der sich seinem Körper liebevoll zuwenden will, ist herzlich willkommen.

Referent: Sascha Neff

Freitag

9.15 – 10.15 Uhr

Kursbeginn Okt.:

12.10.2018

Kursbeginn Jan.:

Noch nicht sicher

Kosten:

50,- € für 10x

Entspannungskurs (QE1)

Sie suchen Erholung und Ausgleich? Entspannungs- und Atemtechniken aus Qi Gong und Yoga halten Körper und Geist gesund und beweglich.

Referentin: Stefanie Oteng**Mittwoch**

10.00-11.00 Uhr

Kursbeginn Sept.:

12.09.2018

Kursbeginn Jan.:

09.01.2019

Kosten:

50,- € für 10x

Tanzen im Sitzen

Verschiedene Tänze zu lernen macht Freude, verbessert die Beweglichkeit und hält den Geist frisch. Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Referentin: Ursula Kalteis**Künstlerisches Gestalten****Montag**

09.15 – 11.45 Uhr

Kursbeginn Okt.:

08.10.2018

Kursbeginn Jan.:

07.01.2019

Kosten:

90,- € für 9x

Malen und Zeichnen (M1)

Verschiedene Mal- und Zeichentechniken werden hier vorgestellt und können ausprobiert werden. Es wird Experimentierfreude und Offenheit gefördert, damit Sie die Scheu vor der leeren Leinwand überwinden. Grundsätzliches zu Farblehre, Komposition, Hell-Dunkel, Linie und Form werden mit Hilfe von Beispielen aus der Kunstgeschichte vermittelt. **Referent:** Christian Schied

Montag

12.00 – 14.30 Uhr

Kursbeginn Okt.:

08.10.2018

Kursbeginn Jan.:

07.01.2019

Kosten: 90,- € f. 9x

Malen und Zeichnen (M2)

Text siehe oben!

Referent: Christian Schied

Veranstaltungen

Allgemeine Anmeldungen für Veranstaltungen

- Bei den einzelnen Veranstaltungsbeschreibungen ist angegeben, falls eine Anmeldung erwünscht oder notwendig ist.
Für eine erwünschte oder notwendige Anmeldung können Sie sich direkt im Büro oder unter Telefonnummer 089 / 82 99 77-0 melden.
- Sollten Sie nicht kommen können, bitten wir um rechtzeitige Absage.
- Für kostenpflichtige Veranstaltungen gilt: Wird nach Ende der Anmeldefrist abgesagt, so ist der Teilnahmebeitrag trotzdem zu entrichten. Für einige Veranstaltungen / Vorträge müssen wir zwecks Refinanzierung der Honorarkosten Teilnahmegebühren erheben. Eine Ermäßigung bei geringer Rente ist auf Anfrage möglich.
- Bei mangelnder Teilnehmerzahl muss die jeweilige Veranstaltung unter Umständen abgesagt werden. Wir bitten um Ihr Verständnis.
- **Bitte beachten – die Teilnahme an den angebotenen Ausflügen erfolgt auf eigene Gefahr! Es wird keine Haftung übernommen.**

Veranstaltungen im September

Mo, 03.09. Italienische Momente

15.00 Uhr Der italienisch-deutsche Gesprächskreis lädt ein zum Austausch und Gespräch in deutscher und italienischer Sprache. Wenn Sie Freude und Interesse an Italien und an der italienischen Sprache haben, sind Sie herzlich eingeladen.
Leitung: Herr G.-F. Zorzi. **Anmeldung erwünscht.**

Di, 04.09. Sprechstunde des Seniorenbeirats

10.00 – Die Seniorenbeirätin und die Mitglieder der örtlichen
11.00 Uhr Seniorenvertretung Pasing / Obermenzing haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen unter dem Motto: „Wir kümmern uns!“

Mi, 05.09. Entspannung für Körper, Geist und Seele

10.15 Uhr Nehmen Sie sich bewusst Zeit zum Innehalten – mit Horst-J. Lehmeier, Psychotherapeut (HPG). Dieses Angebot findet jeden Mittwoch statt.

Heute, wie jeden ersten Mittwoch im Monat mit
Klangschalenmeditation, durchgeführt von Monika Mayer.

Anmeldung erwünscht, Kosten: 3,- €

Do, 06.09. Einfach mal Spaziergehen...

12.30 Uhr ...nach dem Mittagessen. Gemeinsam macht ein Spaziergang doch viel mehr Spaß und stärkt die Lebensgeister. **In der Regel jeden Donnerstag** dreht Sigrid Wagner eine kleine Runde durch den Stadtpark mit allen, die sich ihr anschließen.
Treff: ASZ.

Do, 06.09. Filmnachmittag im ASZ

14.30 Uhr (Filmtitel erfahren Sie im Büro)
Es ist der leidenschaftlichste, aber auch gefährlichste Traditionstext deutscher Sprache. Goethe wurde mit seinem Jugendwerk, dem Briefroman „Die Leiden des jungen Werther“ berühmt. Der klassische Originaltext, der von den Gefühlen einer unglücklichen und hoffnungslosen Liebe eines jungen Mannes erzählt, wird in dieser modernen Neuverfilmung von 2008 in die Gegenwart transponiert.
Filmbegleitung durch Sigrid Wagner. **Anmeldung erwünscht.**

Mo, 10.09. Türkischer Frauentreff

15.00 Uhr Jeden 2. und 4. Montag im Monat bieten wir die türkischen Besucherinnen die Möglichkeit, sich in unserem ASZ zu treffen.
Weitere Informationen auf Seite 43.

Di, 11.09. Freizeitgruppe – Planungstreffen September

17.00 Uhr Weitere Informationen siehe unter „Kurz notiert – Aktuelles“ (S.6)
Neue Teilnehmer bitte im ASZ-Büro anmelden.

Di, 11.09. Männerstammtisch

17.00 Uhr Haben Sie Lust, sich in lockerer Runde mit anderen Männern auszutauschen? Dann besuchen Sie doch unseren Männerstammtisch. **Anmeldung erwünscht.**

Mi, 12.09. Nachmittag mit Gedichten zum Thema „Tiere“
14.00 Uhr Zum fünften Mal lädt Marlies Thomis herzlich ein,
alle, die lieben den schönen Reim.
Bringen Sie mit Ihr Lieblingsgedicht,
über **Tiere**, denn die stehen diesmal im Rampenlicht.
Anmeldung bis Di, 11.09.

Do, 13.09. Vortrag: „Rechtliche Betreuung – ein Ehrenamt für Sie?“
14.30 Uhr Erwachsene Menschen, die wegen Alter, Krankheit, Behinderung
oder Unfall nicht mehr in der Lage sind, ihre persönlichen und
finanziellen Dinge selbständig zu regeln, können eine rechtliche
Betreuung erhalten. Der Betreuungsverein des Katholischen
Jugendsozialwerkes e.V., in der Bäckerstraße 10, sucht, schult
und unterstützt Personen, die als Angehörige oder engagierte
Ehrenamtliche für andere diese wichtige Verantwortung
übernehmen.
Heute werden Sie darüber informiert, wie dieses Ehrenamt als
rechtlicher Betreuer konkret aussieht.
Referentin: Carina Reb, Leiterin des Betreuungsvereines.
Anmeldung bis Mi, 12.09.

Do, 13.09. „Verstrickt und zugenäht“
14.00 Uhr Herzliche Einladung zum **offenen Handarbeitstreff**.
Mit Christel Dill. Ohne Anmeldung.

Mo, 17.09. Gemeinsames Singen
14.30 Uhr Wir singen einfache Volkslieder und so manch anderes, was
uns Spaß macht. Die ASZ-Band begleitet Sie. **Gebühr: 2,- €**

Di, 18.09. Ausflug: Besichtigung eines Bio-Bauernhofes

13.15 Uhr Biohof Grenzebach in Hochstadt b. Weßling

Auf dem vielfältig gestalteten Familienbetrieb mit seiner bunten Mischung verschiedener Tiere und Pflanzen werden wir erfahren, was es heißt, Biobauer zu sein. Was unterscheidet diese Wirtschaftsweise von der konventionellen Landwirtschaft? Wir erhalten eine Führung über den Hof und einen Kurzvortrag über die Grundlagen des ökologischen Landbaus. Abgerundet wird der Nachmittag mit Kaffee und Kuchen. Bei Interesse können Sie auch Bio-Produkte im Hofladen einkaufen.

Begleitung: Anja Sobczak

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bund Naturschutz München und der LHM - Referat f. Umwelt u. Gesundheit statt. Gefördert aus Mitteln der Agenda 21.

Anmeldung bis Do, 13.09.,

Kosten: 6,- € (für Verzehr) + MVV (Gruppenkarte)

Mi, 19.09. Schafkopf

14.00 - Wer möchte gerne Karteln? Klaus Häußler bietet Schafkopf für
16.30 Uhr Anfänger und Fortgeschrittene an.

Weitere Termine: Mi, 31.10., 21.11., 12.12.2018

Anmeldung bis Di, 18.09.

Mi, 19.09. Vergnüglicher Kegelabend

17.00 Uhr Lust auf eine flotte abendliche Kegelrunde? Sie sind herzlich eingeladen zum Kegelabend in der Pfarrei Maria Schutz. Getränke werden zum kleinen Preis vor Ort angeboten und dürfen daher nicht selbst mitgebracht werden.

Kosten: anteilige Kegelbahnmiete und ggfs. Getränkeverzehr.

Weitere Kegelabende: Mi, 31.10., 21.11., 12.12.2018

Anmeldung bis Di, 18.09., Treff: Gemeindehaus von Maria Schutz, Bäckerstr. 29, im Keller.

Do, 20.09. Vortrag: „Arthritis und Arthrose“

14.30 Uhr Viele Menschen leiden an den Schmerzen, die durch Arthrose oder Arthritis hervorgerufen werden. Heute bekommen Sie Informationen über die Entstehung und die Ursachen, sowie über naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten und praktische Tipps. Im Anschluss können Sie gerne Ihre Fragen stellen.

Referenten: Oberarzt Dr. Schmidt und Stationsleitung Stefanie Springl, Krankenhaus für Naturheilweisen.

Anmeldung bis Mi, 19.09., Teilnahmegebühr: 3,- €

Mo, 24.09. Stammtisch für alle Ehrenamtlichen

14.30 Uhr Alle Ehrenamtlichen, die für unser ASZ tätig sind, können sich heute treffen, miteinander ratschen.... **Anmeldung erwünscht.**

Di, 25.09. Krippenkinder im ASZ

09.30 Uhr Ab heute kommen wieder alle 14 Tage die kleinen Gäste mit ihren Erzieherinnen vorbei und suchen Omis zum Spielen. Weitere Termine siehe Seite 40. **Begrenzte Teilnehmerzahl, Anmeldung erforderlich.**

Di, 25.09. Männerstammtisch

17.00 Uhr Haben Sie Lust, sich in lockerer Runde mit anderen Männern auszutauschen und gemeinsame Interessen herauszufinden? Dann besuchen Sie doch unseren Männerstammtisch!

Anmeldung erwünscht.

Mi, 26.09. Frühstückstreff

09.00 Uhr Herzliche Einladung zum gemeinsamen Frühstück, das liebevoll von unserer Ehrenamtlichen Anita Fricke vorbereitet wird. **Anmeldung bis Mo, 24.09., Teilnahme gegen Unkostenbeitrag.**

Do, 27.09. Rummy Cup für Anfänger

14.30 Uhr Im ASZ ganz leicht gemacht, dann ist der Anfang für ein neues Vergnügen gar nicht schwer – versprochen! Schritt für Schritt erobern wir uns spielend die Regeln zum neuen Spielespaß und machen uns fit von einer Runde zur nächsten, mit Sigi Wagner. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Weiterer Termin: Do, 22.11., **Anmeldung bis Mi, 26.09.**

Do, 27.09. „Verstrickt und zugenäht“

14.00 Uhr Herzliche Einladung zum **offenen Handarbeitstreff** mit Christel Dill. Ohne Anmeldung.

Veranstaltungen im Oktober

Mo, 01.10. Italienische Momente:

15.00 Uhr **„Große Operndiven singen ital. Arien“**

Heute lässt Gisela Kirbach große Frauenstimmen erklingen und begleitet durch den Nachmittag. Genießen Sie den wunderbaren Hörgenuss. Der italienisch-deutsche Gesprächskreis lädt dazu ein. Spenden erbeten, **Anmeldung erwünscht.**

Di, 02.10. Sprechstunde des Seniorenbeirats

10.00 - Die Seniorenbeirätin und die Mitglieder der örtlichen Senioren-
11.00 Uhr vertretung Pasing / Obermenzing haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen unter dem Motto: „Wir kümmern uns!“

Do, 04.10. Filmnachmittag im ASZ

14.30 Uhr (Filmtitel erfahren Sie im Büro)

Melancholie des Abschieds.

Der Film spielt im Sommer 1956 in der DDR. Der Theaterpatriarch, geboren in Augsburg am 10. Februar 1898 als Eugen Berthold Friedrich Brecht, verbringt diesen Sommer in seinem Sommerhaus in Brandenburg in dem Örtchen Buckow. Es ist der letzte Ferientag, bevor Brecht wieder nach Berlin

zurückfährt, um die neue Theatersaison vorzubereiten. In seinem Sommerhaus sind sämtliche wichtigen Frauen aus seinem Leben zusammengekommen: seine Ehefrau (Helene Weigel), die gemeinsame Tochter Barbara, die ehemalige Geliebte und seine aktuelle Geliebte.

Die Gruppe plaudert im Garten an einem kleinen See, isst und trinkt, philosophiert über die Kunst, die Politik und über den Sinn des Lebens. Dies wird beobachtet von der Staatssicherheit, die den Besucher und Staatskritiker Wolfgang Harich inhaftieren will. Helene Weigel kann das verhindern.

Der einflussreiche deutsche Dramatiker, Librettist und Lyriker des 20. Jahrhunderts stirbt vier Tage später in Ost-Berlin am 14. August 1956. Filmbegleitung mit Gespräch durch Sigrid Wagner.
Anmeldung erwünscht.

Fr, 05.10. Spaziergang und Besichtigung: „Botanischer Garten“
13.30 Uhr Gemütlicher Spaziergang vom Hartmannshofer Tor zum Botanischen Garten (ca. 40 Min.).
Dort schauen wir uns gemeinsam die jährliche Erntedank-Ausstellung an. Wie viele Apfelsorten kennen Sie? 136 Sorten können Sie u.a. bei der Ausstellung bewundern. Begleitung: Marlies Thomis. **Anmeldung bis Do, 04.10., Teilnahmegebühr: 2,- € + MVV + Eintritt, Treff: Bushaltestelle Amalienburgstraße (Bus 162).**

Mo, 08.10. Gemeinsames Singen
14.30 Uhr Wir singen einfache Volkslieder und so manch' anderes, was uns Spaß macht. Die ASZ-Band begleitet Sie. **Gebühr: 2,- €.**

Di, 09.10. Freizeitgruppe – Planungstreffen Oktober
17.00 Uhr Neue Teilnehmer bitte im Büro anmelden. Weitere Informationen siehe unter „Kurz notiert – Aktuelles“ (S.6)

Di, 09.10. Männerstammtisch

17.00 Uhr Haben Sie Lust, sich in lockerer Runde mit anderen Männern auszutauschen und gemeinsame Interessen herauszufinden? Dann besuchen Sie doch unseren Männerstammtisch.
Anmeldung erwünscht.

Mi, 10.10. Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige

15.00 Uhr Diese Gruppe findet **einmal im Monat** statt. Weitere Termine siehe Seite 36. **Interessierte können sich bei Karin Oßwald im Büro melden.**

Do, 11.10. Besuch der Caritas Kleiderkammer

09.30 Uhr Nicht nur für Bedürftige, auch für alle Interessierten, Angehörige, Freunde oder Betreuer von Menschen mit geringem Einkommen, gibt es heute Informationen rund um die Caritas Kleiderkammer in der Pippinger Straße. Sabine Müller, Sozialpädagogin im Caritas-Zentrum und Leiterin der Kleiderkammer, wird Ihnen vor Ort alles Wissenswerte zeigen und erklären.
Treff: ASZ, Kosten: MVV, Anmeldung bis Di, 09.10.

Do, 11.10. „Verstrickt und zugenäht“

14.00 Uhr Herzliche Einladung zum **offenen Handarbeitstreff**. Für alle, die gerne stricken, sticken, nähen, mit Christel Dill. Ohne Anmeldung.

Fr, 12.10. Ausflug mit allen Ehrenamtlichen

Unsere Ehrenamtlichen arbeiten unermüdlich für das ASZ. So wollen wir heute unser großes Dankeschön mit einem Ausflug ausdrücken. Auf schöne gemeinsame Stunden freuen wir uns. Bitte beachten: Genaue Uhrzeit und Ziel werden noch bekanntgegeben.
**Heute ist das ASZ für unsere Besucher geschlossen.
Wir bitten Sie um Ihr Verständnis.**

Mo, 15.10. Informationsmesse: „So viel Monat – so wenig Geld“

14.00 - Kein Auskommen mit dem Einkommen. Was tun?
17.00 Uhr Eine kleine **Informationsmesse** zeigt Möglichkeiten zur Entlastung und Bewältigung des Alltags auf. Sie können sich an Infoständen der verschiedenen Einrichtungen informieren.

15.00 Uhr **Vortrag: „Grundsicherung im Alter“**

Referentin: Frau Christerer, Sozialbürgerhaus Pasing

Kaffee und Kuchen wird während des Nachmittags angeboten.

Veranstalter: REGSAM (soziales Netzwerk im Münchner Westen), unter Beteiligung u.a. des Sozialbürgerhauses Pasing, des VdK Pasing, der Kath. Familien-/Altenpflegestiftung, des ASZ Pasing.

Veranstaltungsort: Stiftung Kath. Familien-/Altenpflegewerk, Mitterfeldstraße 20

Mi, 17.10. Geschenk mit Herz (1. Teil)

14.30 Uhr Wir packen gemeinsam einen Schuhkarton mit Geschenken für ein Kind in Armut. Wenn jeder (beim zweiten Termin!) eine Kleinigkeit beisteuert, haben wir schnell und ohne großen (finanziellen) Aufwand ein schönes und nützliches Geschenkpaket zusammengestellt. Heute wollen wir absprechen, wer welche Dinge besorgt und Sie erfahren mehr über die Hintergründe der Aktion. 2. Treffen Mi, 24.10., Weitere Informationen bei Frau Blaut. **Anmeldung erbeten!**

Do, 18.10. Geburtstagsfeier für alle im August, September und Anfang Oktober geborenen Geburtstagskinder

14.30 Uhr Wir freuen uns außerdem über alle, die mit unseren Jubilaren mitfeiern wollen. **Anmeldung bis Mi, 17.10.**

- Mo, 22.10. Kanuni Müşavirlik / Yasal Temsilcilik ve Tedbir**
15.00 Uhr **Vekaletnameleri**
Vortrag über rechtliche Betreuung und Vorsorgevollmacht in türkischer Sprache. Referentin: Çağrı Gül ARSLAN M.A.
Anmeldung erwünscht.
-
- Di, 23.10. Männerstammtisch**
17.00 Uhr Haben Sie Lust, sich in lockerer Runde mit anderen Männern auszutauschen und gemeinsame Interessen herauszufinden?
Anmeldung erwünscht.
-
- Mi, 24.10. Frühstückstreff**
09.00 Uhr Alle „Morgenmenschen“ sind herzlich willkommen zum gemeinsamen Frühstück, das liebevoll von Anita Fricke vorbereitet wird. **Anmeldung bis Mo, 22.10., Teilnahme gegen Unkostenbeitrag.**
-
- Mi, 24.10. Geschenk mit Herz (2. Teil)**
14.30 Uhr Heute bekleben und packen wir unseren gemeinsam zusammengestellten ASZ- Schuhkarton für ein Kind in Not. Wer beim ersten Treffen nicht dabei sein konnte, aber trotzdem mitmachen möchte, meldet sich bitte im Büro bei Frau Blaut.
-
- Do, 25.10. Vorstellung: „Präventive Hausbesuche“**
14.30 Uhr Wie Sie auf Seite 4 lesen konnten, bieten wir Präventive Hausbesuche an. Doch was beinhaltet dieses Angebot konkret? Wir möchten es Ihnen heute vorstellen und insbesondere auf folgende Fragestellungen eingehen:
WAS ist ein Präventiver Hausbesuch?
WANN ist ein Präventiver Hausbesuch sinnvoll?
WIE läuft ein Präventiver Hausbesuch ab?
Anmeldung bis Di, 23.10.

Do, 25.10. „Verstrickt und zugenäht“

14.00 Uhr Herzliche Einladung zum **offenen Handarbeitstreff**.
Für alle, die gerne stricken, sticken, nähen, mit Christel Dill.

Mo, 29.10. Bunter Nachmittag – Ihre Talente sind gefragt!

14.30 Uhr Wer sich einbringen will, der hat heute dazu Gelegenheit:
Vielleicht möchten Sie gerne etwas instrumental und / oder
gesanglich vortragen? Vielleicht haben Sie ein schönes,
eventuell sogar selbst verfasstes Gedicht auf Lager? Oder
Sie bringen ein Lieblingslied mit, das wir zusammen singen
können.

Herzlich eingeladen sind auch alle, die sich von den
Darbietungen einfach überraschen lassen wollen!

Die ASZ-Musikgruppe begleitet durch den Nachmittag.

**Wer etwas darbieten will, wird gebeten, sich im Büro bei
Frau Oßwald zu melden und mindestens eine
Viertelstunde vor Beginn der Veranstaltung zur Absprache
der Beiträge zu erscheinen.**

Mi, 31.10. Vortrag und Gespräch im Rahmen des Angebots

10.15 Uhr **„Entspannung für Körper, Geist und Seele“:**
„In Balance leben“

Das Leben bringt es mit sich, dass wir sehr schnell unsere
innere Mitte verlieren und uns von den äußeren Gegebenheiten
bestimmen lassen. Heute möchte Horst-J. Lehmeyer,
Psychotherapeut (HPG) mit Ihnen darüber ins Gespräch
kommen, wie es gelingt, immer wieder in die innere Balance
zu kommen. Gemeinsam werden alltagstaugliche Tipps
erarbeitet. **Anmeldung erwünscht, Kosten: 3,- €**

Mi, 31.10 Schafkopf

14.00 - Wer hat Freude am Karteln?

16.30 Uhr Klaus Häußler bietet Schafkopf für Anfänger und
Fortgeschrittene an. Weitere Termine: Mi, 21.11., 12.12.2018
Anmeldung bis Di, 30.10.

Mi, 31.10. Vergnüglicher Kegelabend

17.00 Uhr Lust auf eine flotte abendliche Kegelrunde? Sie sind herzlich eingeladen zum Kegelabend in der Pfarrei Maria Schutz. Getränke werden zum kleinen Preis vor Ort angeboten und dürfen daher nicht selbst mitgebracht werden. Kosten: anteilige Kegelbahnmiete und ggfs. Getränkeverzehr. Weiterer Kegelabend: Mi, 21.11., 12.12.2018
Anmeldung bis Di, 30.10., Treff: Gemeindehaus von Maria Schutz, Bäckerstr. 29, im Keller.

Veranstaltungen im November

Mo, 05.11. Italienische Momente

15.00 Uhr Der italienisch-deutsche Gesprächskreis lädt ein zum Austausch und Gespräch in deutscher und italienischer Sprache. Wenn Sie Freude und Interesse an Italien und an der italienischen Sprache haben, sind Sie herzlich eingeladen. Leitung: Herr G.-F. Zorzi.
Anmeldung erwünscht.

Bücherflohmarkt im ASZ

Woche für Bücherwürmer und Leseratten

von Dienstag, 06.11. bis einschließlich Dienstag, 13.11.

In dieser Woche können Sie bei uns nach Herzenslust in (Flohmarkt-) Büchern stöbern und schmökern und bei einer Tasse Kaffee oder Tee gemütliche Stunden verbringen.

Di, 06.11. Sprechstunde des Seniorenbeirats

10.00 – Die Seniorenbeirätin und die Mitglieder der örtlichen
11.00 Uhr Seniorenvertretung Pasing / Obermenzing haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen unter dem Motto: „Wir kümmern uns!“

Di, 06.11. Männerstammtisch

17.00 Uhr Haben Sie Lust, sich in lockerer Runde mit anderen Männern auszutauschen und gemeinsame Interessen herauszufinden?
Anmeldung erwünscht.

Do, 08.11. Schmöcker- und Lesezeit

ab 14.00 Uhr Heute gehört unsere Cafeteria im Besonderen den Liebhabern des Bücherflohmarktes. Bei Kaffee und Kuchen können Sie heute in Büchern schmökern oder sich austauschen....

Do, 08.11. „Verstrickt und zugenäht“

14.00 Uhr Herzliche Einladung zum **offenen Handarbeitstreff**.
Für alle, die gerne stricken, sticken, nähen, mit Christel Dill.

Mo, 12.11. Türkische Impressionen: „türkisches Liedersingen“

15.15 Uhr Mit unseren türkischen Besucherinnen und allen deutschen interessierten Gästen singen wir heute türkische Lieder. Oft auch mit dt. Übersetzung für unsere deutschen Besucher/innen. Frau Löwensprung wird uns durch diesen Nachmittag führen.
Anmeldung bis Fr, 09.11., Spende für die Musik erbeten.

Di, 13.11. Freizeitgruppe – Planungstreffen November

17.00 Uhr Neue Teilnehmer bitte im Büro anmelden. Weitere Informationen siehe unter „Kurz notiert – Aktuelles“ (S.6)

Mi, 14.11. Vortrag und Gespräch im Rahmen des Angebots

10.15 Uhr **„Entspannung für Körper, Geist und Seele“:**
„Wie wichtig ist das Trauern für uns?“
Die großen und kleinen Verluste und Abschiede unseres Lebens lassen uns Trauer erfahren. Es sind Krisenzeiten. Wir wollen uns manchmal nicht dieser leidvollen Zeit stellen und versuchen uns abzulenken. Aber erst wenn wir uns auf die Trauer und auf die tiefen schmerzhaften Gefühle einlassen, wird sie uns schließlich weiterführen und stärken.
Referent: Horst-J. Lehmeyer, Psychotherapeut (HPG).
Anmeldung erwünscht, Kosten: 3,-

Do, 15.11. Filmnachmittag im ASZ

14.30 Uhr (Filmtitel erfahren Sie im Büro)

Ein großer Star des Stummfilms, George Valentin, ist 1927 auf der Höhe seines Ruhms. Als der Tonfilm Einzug hält, ist es mit seiner Karriere mit einem Schlag vorbei, während nun Peppy Miller zum Star avanciert und einen berauschenden Karriereschub erlebt. Das sind nicht die idealen Voraussetzungen für eine harmonische Liebesbeziehung zwischen den beiden.

Ein turbulenter Liebesfilm aus der unwiderstehlichen klassischen Stummfilmzeit. Filmbegleitung durch Sigrid Wagner. **Anmeldung erwünscht.**

Mo, 19.11. Gemeinsames Singen

14.30 Uhr Wir singen alte Volkslieder, Minnelieder und was uns sonst noch so Spaß macht. Singen Sie doch mit uns!
Die ASZ - Musikgruppe begleitet Sie. **Gebühr: 2,- €**

Di, 20.11. Männerstammtisch

17.00 Uhr Haben Sie Lust, sich in lockerer Runde mit anderen Männern auszutauschen und gemeinsame Interessen herauszufinden? Dann besuchen Sie doch unseren Männerstammtisch!
Anmeldung erwünscht.

Mi, 21.11. Schafkopf

14.00 - Wer hat Freude am Karteln?
16.30 Uhr Klaus Häußler bietet Schafkopf für Anfänger und Fortgeschrittene an. Weiterer Termin: Mi, 12.12.2018
Anmeldung bis Di, 20.11.

Mi, 21.11. Vergnüglicher Kegelabend

17.00 Uhr Lust auf eine flotte abendliche Kegelrunde? Kosten: anteilige Kegelbahnmiete und ggfs. Getränkeverzehr. Weiterer Termin: Mi, 12.12.2018, **Anmeldung bis Di, 20.11., Treff: Gemeindehaus von Maria Schutz, Bäckerstr. 29, im Keller.**

Do, 22.11. Rummy Cup für Anfänger

14.30 Uhr Im ASZ ganz leicht gemacht, dann ist der Anfang für ein neues Vergnügen gar nicht schwer – versprochen! Schritt für Schritt erobern wir uns spielend die Regeln zum neuen Spielespaß und machen uns fit von einer Runde zur nächsten, mit Sigi Wagner. Keine Vorkenntnisse erforderlich.
Anmeldung bis Mi, 21.11.

Do, 22.11. „Verstrickt und zugenäht“

14.00 Uhr Herzliche Einladung zum **offenen Handarbeitstreff**.
Für alle, die gerne stricken, sticken, nähen, mit Christel Dill.

Mi, 28.11. Frühstückstreff

09.00 Uhr Das Frühstück wird liebevoll von unserer Ehrenamtlichen Anita Fricke vorbereitet. **Anmeldung bis Mo, 26.11., Teilnahme gegen Unkostenbeitrag.**

Do, 29.11. Bio Produkte: Film, Vortrag und Verköstigung

14.30 Uhr Für alle, die schon immer einmal wissen wollten, was an Öko-Landbau und Bio-Lebensmitteln anders ist.
Was bedeutet eigentlich Öko und Bio? Was versteht man unter artgerechter Tierhaltung? Wie werden Bio-Lebensmittel hergestellt und warum sind sie ihren Preis wert?
Im Anschluss wird der Film „Der Bauer, der das Gras wachsen hört“ gezeigt. Abgerundet wird das Programm durch eine kleine Verköstigung ökologischer Produkte.
Ref.: Anja Sobczak, Bund Naturschutz, Kreisgruppe München
Eintritt frei, Anmeldung bis Dienstag, 27.11.

Veranstaltungen im Dezember

Mo, 03.12. Italienische Momente: „Italienische Adventsfeier“
15.00 Uhr Der italienisch-deutsche Gesprächskreis feiert Advent und lädt alle Italienliebhaber und Freunde der italienischen Sprache zum Mitfeiern ein. Beitrag für das Buffet erwünscht.
Anmeldung bis Fr, 30.11.

Di, 04.12. Sprechstunde des Seniorenbeirats
10.00 – Die Seniorenbeirätin und die Mitglieder der örtlichen
11.00 Uhr Seniorenvertretung Pasing / Obermenzing haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen unter dem Motto: „Wir kümmern uns!“

Di, 04.12. Männerstammtisch
17.00 Uhr Haben Sie Lust, sich in lockerer Runde mit anderen Männern auszutauschen? Dann besuchen Sie doch unseren Männerstammtisch. **Anmeldung erwünscht.**

Mi, 05.12. Eine halbe Stunde Musik in der Adventszeit
11.15 – Eine Kerze und schöne Musik (auch von der Schallplatte) zum
11.45 Uhr Ruhigwerden in der Adventszeit. Einfach eine halbe Stunde, mitten am Tag. Gönnen Sie sich diese Zeit.

So, 09.12. Kultur am Sonntagvormittag
10.30 Uhr Besuch der Krippenausstellung mit großen Krippenfiguren aus Italien im Bayerischen Nationalmuseum.
Begleitung: Marlies Thomis. **Anmeldung bis, Fr, 07.12., Teilnahmegebühr: 2,- € + MVV + Eintritt, Treff: Rischart, Pasinger Bahnhof.**

Di, 11.12. Freizeitgruppe – Planungstreffen Dezember
17.00 Uhr Neue Teilnehmer bitte im Büro anmelden. Weitere Informationen siehe unter „Kurz notiert – Aktuelles“ (S.5)

Mi, 12.12. Schafkopf

14.00 - Wer hat Spaß am Karteln?

16.30 Uhr Klaus Häußler bietet Schafkopf für Anfänger und Fortgeschrittene an. **Anmeldung bis Di, 11.12.**

Mi, 12.12. Vergnüglicher Kegelabend

17.00 Uhr Lust auf eine flotte abendliche Kegelrunde? Sie sind herzlich eingeladen zum Kegelabend in der Pfarrei Maria Schutz. Kosten: anteilige Kegelbahnmiete und ggfs. Getränkeverzehr.

Anmeldung bis Di, 11.12., Treff: Gemeindehaus von Maria Schutz, Bäckerstr. 29, im Keller.

Do, 13.12. Festliches Weihnachtsmenü

12.00 Uhr Ein festliches Drei-Gänge-Menü erwartet Sie. Gemeinsam wollen wir mit Ihnen in froher Runde zusammen essen.

Anmeldung bis Di, 11.12., Preis: 8,- €, Ermäßigung möglich.

Do, 13.12. „Verstrickt und zugenäht“

14.00 Uhr Herzliche Einladung zum **offenen Handarbeitstreff** mit Christel Dill. Ohne Anmeldung.

Mo, 17.12. Singen im Advent

14.30 Uhr Es gibt so viele schöne Lieder zur Advents- und Weihnachtszeit. Wir wollen sie gemeinsam singen! Die ASZ-Musikgruppe begleitet Sie auf Instrumenten. **Gebühr: 2,- €**

Di, 18.12. Männerstammtisch

17.00 Uhr Haben Sie Lust, sich in lockerer Runde mit anderen Männern auszutauschen? Dann besuchen Sie doch unseren Männerstammtisch. **Anmeldung erwünscht.**

Mi, 19.12. Frühstückstreff

09.00 Uhr Alle „Morgenmenschen“ sind herzlich willkommen zum gemeinsamen Frühstück, das liebevoll von unserer Ehrenamtlichen Anita Fricke vorbereitet wird. **Anmeldung bis Mo, 17.12., Teilnahme gegen Unkostenbeitrag.**

Do, 20.12. Plätzchen vor Weihnachten

14.30 Uhr Weihnachten steht vor der Tür: Das ASZ lädt heute zum gemütlichen Beisammensein vor Weihnachten ein. **Anmeldung erwünscht.**

Do, 27.12. Gemütliches Beisammensein zwischen den Jahren

14.30 Uhr Wir möchten uns mit Ihnen bei Punsch und Plätzchen zusammensetzen. Diese Tage zwischen den Jahren laden ein, etwas innezuhalten, zurückzublicken und ein paar Gedanken dem neuen Jahr zu widmen. **Anmeldung erwünscht.**

Wünsche für das neue Programm?

Wenn Sie Programmvorschläge haben, dann melden Sie sich bei uns im Büro. Wir sind offen für Anregungen und versuchen Ihre Wünsche umzusetzen.

Ehrenamtliches Engagement

Unser ASZ wird von vielen Ehrenamtlichen mitgetragen, unterstützt und bereichert. Wir danken allen für den unermüdlichen Einsatz und die tatkräftige Hilfe!

Wichtige Termine für alle Ehrenamtlichen

- Mo, 24.09. / 14.30 Uhr Stammtisch für alle Ehrenamtliche
- **Fr, 12.10.** **Ausflug für alle Ehrenamtlichen**

Helfertreffen für die einzelnen Bereiche

- Mo, den 10.09. / 14.00 Uhr Mittagstisch-Helfertreff
- Mo, den 26.11. / 14.00 Uhr Mittagstisch-Helfertreff
- gesonderte Einladungen für NBH und Cafeteria

Einsatzbereiche, für die wir aktuell Mithilfe suchen:

„Hallo Nachbar“ – unsere Nachbarschaftshilfe (siehe S.35)

Helfer/innen für die Betreuung von älteren Menschen zu Hause gesucht.

Mittagstisch – ehrenamtliche Köchin / Helferin gesucht

Unser Küchenteam sucht eine weitere ehrenamtliche Köchin und auch Helferin, die gerne ca. 1x pro Woche den Kochlöffel schwingen möchten.

Wer würde gerne unsere Geburtstagsfeiern mitgestalten?

Wer hat Freude daran, Gedichte, Musik oder Geschichten vorzubereiten, kleine Geschenke für die Jubilare einzukaufen, den Kaffeetisch festlich zu decken und ein wenig durch den Nachmittag zu führen?

Spaziergänger/innen gesucht

Wer würde gerne in einem kleinen Team zusammen mit unserer Ehrenamtlichen Sigi Wagner regelmäßig donnerstags kleine Spaziergänge rund ums ASZ für unsere Besucher anbieten?

Terminkalender

September			Oktober		
Sa	1		Mo	1	Ital. Opernarien
So	2		Di	2	Seniorenbeirat,
Mo	3	Dt. -ital. Gesprächskreis	Mi	3	Tag der Deutschen Einheit
Di	4	Seniorenbeirat	Do	4	Film
Mi	5	Pfl. Angehörige, Entspannung	Fr	5	Botanischer Garten
Do	6	Spaziergang, Film	Sa	6	
Fr	7		So	7	
Sa	8		Mo	8	Türk. Frauen, Singen
So	9		Di	9	Freizeitgruppe, Männerst.
Mo	10	Türk. Frauen, Mitti-Teamtreff	Mi	10	Vortrag: Balance, pfl. Angeh.
Di	11	Freizeitgruppe, Männerst.	Do	11	Kleiderkammer, Handarbeiten
Mi	12	Gedichte, Lichtblick	Fr	12	Ausflug f. alle Ehrenamtliche
Do	13	Vortrag: Betreuer, Handarb.	Sa	13	
Fr	14		So	14	
Sa	15		Mo	15	Informationsmesse
So	16		Di	16	
Mo	17	Singen	Mi	17	Geschenk mit Herz, Lichtblick
Di	18	Ausflug Bio-Bauernhof	Do	18	Geburtstagsfeier
Mi	19	Schafkopf, Kegeln	Fr	19	
Do	20	Vortrag über Arthrose	Sa	20	
Fr	21		So	21	
Sa	22		Mo	22	Vortrag türkisch
So	23		Di	23	Männerstammtisch
Mo	24	Türk. Frauen, EA-Stammt.	Mi	24	Frühstück, Geschenk mit Herz
Di	25	Männerstammtisch	Do	25	Prävent. Hausbesuche, Hand.
Mi	26	Frühstück, Lichtblick	Fr	26	
Do	27	Rummy Cup, Handarbeiten	Sa	27	
Fr	28		So	28	
Sa	29		Mo	29	Bunter Nachmittag
So	30		Di	30	
			Mi	31	Vortrag, Schafkopf, Kegeln

Terminkalender

November		
Do	1	Allerheiligen
Fr	2	
Sa	3	
So	4	Bücherflohmarkt 06. – 13.11
Mo	5	Dt.-Ital. Gesprächskreis
Di	6	Seniorenbeirat, Männerst.
Mi	7	Pfl. Angeh., Lichtblick
Do	8	Schmökern, Handarbeiten
Fr	9	
Sa	10	
So	11	
Mo	12	Singen auf Türkisch
Di	13	Freizeitgruppe
Mi	14	Vortrag: "Trauern", Lichtblick
Do	15	Film
Fr	16	
So	17	
Mo	18	
Mo	19	Singen
Di	20	Männerstammtisch
Mi	21	Schafkopf, Kegeln, Lichtblick
Do	22	Rummy Cup, Handarbeiten
Fr	23	
Sa	24	
So	25	
Mo	26	Türk. Frauen, Mitti-Teamtreff
Di	27	
Mi	28	Frühstück, Lichtblick
Do	29	Film
Fr	30	

Dezember		
Sa	1	
So	2	
Mo	3	Ital. Adventfeier
Di	4	Seniorenbeirat, Männerst.
Mi	5	Musik, pfl. Angeh., Lichtblick
Do	6	
Fr	7	
Sa	8	
So	9	Kultur am Sonntagvormittag
Mo	10	Türk. Frauen
Di	11	Freizeitgruppe
Mi	12	Schafkopf, Kegeln, Lichtblick
Do	13	Weihnachtsmenü, Handarbeit
Fr	14	
Sa	15	
So	16	
Mo	17	Singen im Advent
Di	18	Männerstammtisch
Mi	19	Frühstück, Lichtblick
Do	20	Plätzchen vor Weihnachten
Fr	21	
Sa	22	
So	23	
Mo	24	Heiligabend
Di	25	1. Weihnachtstag
Mi	26	2. Weihnachtstag
Do	27	Gemütl. Beisammensein
Fr	28	
Sa	29	
So	30	
Mo	31	

Mittagstisch

Wenn Sie nicht (mehr) kochen oder einfach nicht alleine zu Hause essen möchten, dann kommen Sie doch zu uns ins ASZ Pasing.

- Mittagessen gibt es Dienstag bis Freitag um 12.00 Uhr
- An- und Abmeldung, auch telefonisch, bis 9.30 Uhr für den jeweiligen Tag
- Sie erhalten ein frisch und liebevoll zubereitetes Essen
- **Kosten:** 5,30 € pro Portion; Ermäßigung auf Anfrage.
- **Die Bezahlung der Mittagstischrechnungen ist aus verwaltungstechnischen Gründen ab sofort nur noch per Lastschrifteinzug möglich. Wir bitten um Ihr Verständnis.**

Unser ehrenamtliches Kochteam



Anneliese Wimmer



Hertha Paarmann



Lutz Paarmann



Bernd Heugel



Uli Unfried



Herbert Wolf



Evelyn Hentschel



Michael Klein



Jitka Steinmetz

außerdem Slava Milas und Jasmina Glaeser

Cafeteria und Begegnung

Herzlich willkommen in unserer Cafeteria, wir freuen uns sehr auf Ihren Besuch!

In unserem gemütlichen Begegnungsraum können Sie von Montag bis Donnerstag von 14.00 – 16.30 Uhr:

- alle warmen und kalten Getränke sowie unseren leckeren selbstgebackenen Kuchen genießen
- neue Bekanntschaften schließen oder alte Bekannte wiedertreffen
- ausliegende Zeitungen, Zeitschriften und Bücher lesen
- Gesellschaftsspiele nutzen

Kaffee zum Selbstbedienen ab 09.00 Uhr

Unser ehrenamtliches Cafeteria-Team



Edeltraud Plörer



Christina Jansch



Sigrid Wagner



Margot Erhart

sowie Ute Remmler und weitere ehrenamtliche Helferinnen.
Zu unserem Cafeteria-Team gehören ebenso fleißige Kuchenbäckerinnen, die unsere Besucher mit leckeren Kuchen verwöhnen.

Serviceangebote

Nachbarschaftshilfe „Hallo Nachbar“

Wir möchten mit diesem ehrenamtlichen Dienst nachbarschaftliche Kontakte vermitteln, älteren Menschen Hilfestellung im Alltag ermöglichen, um Senioren den Verbleib in der eigenen Wohnung zu erleichtern, und engagierten Menschen die Möglichkeit bieten, sich sinnvoll im sozialen Bereich zu betätigen.

Ehrenamtliche übernehmen für Senioren

Begleitdienste

- zum Spaziergehen
- zu Ärzten

sind tätig als Einkaufshilfe

- Begleitung zum Einkauf
- Besorgungen erledigen

übernehmen Besuchsdienste

- als Gesprächspartner
- als Spielepartner
- zum Kaffeetrinken



Ehrenamtl. Koordinatorin
Lidwina Maier

Wenn Sie Unterstützung wünschen oder als Ehrenamtlicher einem älteren Menschen etwas von Ihrer Zeit schenken möchten, dann melden Sie sich doch einfach bei **unseren Koordinatorinnen Beate Blaut und Lidwina Maier.**

Sie helfen Ihnen gern weiter und freuen sich auf Ihren Anruf.

Mobile Werkstatt und Repair-Café des ASZ Aubing

In Kooperation mit dem Alten- und Service-Zentrum Aubing können Sie Dienste der **Mobilien Werkstatt** in Anspruch nehmen. Wenn Sie über ein geringes Einkommen verfügen und in Ihrem Haushalt Reparatur- oder Montagearbeiten erforderlich sind, können ehrenamtlich tätige Handwerker vermittelt werden.

Diese kommen zu Ihnen nach Hause und führen die Arbeiten unentgeltlich durch. Sie müssen lediglich anfallende Materialkosten zahlen.

Bei Bedarf wenden Sie sich bitte direkt an eine Sozialpädagogin hier im ASZ Pasing. Wir vermitteln den Termin nach Aubing.

Sie haben auch die Möglichkeit, jeden ersten Dienstag im Monat von 14.00 – 16.00 Uhr das **Repair-Café** im ASZ Aubing zu nutzen.

Dort werden defekte Gebrauchsgegenstände wie Elektro-Kleingeräte (Haushaltsgeräte), Fahrräder oder Kleinmöbel unter fachkundiger Anleitung und mit Ihrer Hilfe repariert. Sie erhalten auch Hilfe, wenn Sie Fragen rund um die Bedienung Ihres Handys oder PCs haben.

Eine Anmeldung erwünscht unter Tel. 089 / 864 66 81-0.

Caritas Fachstelle für pflegende Angehörige

Die Caritas Fachstelle bietet für pflegende Angehörige an, sich umfangreich über Themen rund um die Pflege beraten zu lassen. Die Sozialpädagoginnen, Nicole Kaller und Josefine Sostak beraten Sie zu Leistungen der Pflegekasse, helfen bei Antragsstellungen, informieren bei Unklarheiten und helfen bei Ablehnung der Pflegestufe. Weiter können sich die Angehörigen über Entlastungsangebote informieren, wie sich diese finanzieren und organisieren lassen.

Die Fachstelle ist erreichbar unter Tel. 089 / 82 99 20-0.

Sprechstunde des Seniorenbeirates im ASZ Pasing

Vertreter des örtlichen Seniorenbeirats Pasing / Obermenzing haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen und freuen sich, wenn Sie von dem Sprechstunden-Angebot regen Gebrauch machen. Deren Motto: „Wir kümmern uns!“

- **Termine: in der Regel jeweils am 1. Dienstag im Monat:**
Di, 04.09. / 02.10. / 06.11. / 04.12.2018, jeweils von 10.00 – 11.00 Uhr

Fußpflege im ASZ (externes Angebot)

Rita Nowakowsky, medizinische Fußpflegerin, ist regelmäßig bei uns im Haus und kümmert sich um das Wohlergehen Ihrer Füße.

- **Kosten:** 28,50 €
- **Termine:** jeweils freitags
- Anmeldung bitte direkt über Frau Nowakowsky, Tel. 0173 43 20 335

Briefmarken: Sie sind Erbe oder Anfänger?

Haben Sie Fragen zum Thema „Briefmarken“ wie:

- Ist die ererbte Sammlung etwas wert und was fange ich damit an?
- Welches sind typische Anfängerfehler und wie vermeide ich diese?

Lassen Sie sich neutral (kein Handel) und unentgeltlich beraten. Melden Sie sich im ASZ zur Kontaktaufnahme.

Suche-Biete-Tafel

Hier können Sie Ihre Gesuche oder Angebote auf unserer Suche-Biete-Tafel im Eingangsbereich aushängen. **Bitte im Büro melden.**

Freizeitpartnerbörse – Infowand

An unserer Freizeitpartner-Infowand können Sie nach geeigneten Partnern für Freizeitunternehmungen Ausschau halten oder selbst einen Aushang veranlassen. **Bei Interesse melden Sie sich bitte im Büro!**

Sammlung von alten Brillen

Sie können bei uns alte Brillen im roten Büro abgeben. Die Brillen werden über eine soziale Organisation für die „Dritte Welt“ gesammelt.

Briefmarken-Spenden

Sie können bei uns Briefmarken jeder Art (gestempelt, ungestempelt) abgeben, die dann an eine gemeinnützige Organisation weitergeleitet werden.

Caritas-Box für gebrauchte Handys & Co.

Sie können bei uns gebrauchte Handys, Smartphones, Tonerkartuschen und Tintenpatronen abgeben. Die gesammelten Gegenstände werden von einer deutschen Recyclingfirma sortiert und recycelt. Für die gespendeten Handys, Tintenpatronen etc. bekommt der Caritasverband Geld, das für verschiedene Projekte eingesetzt wird. Näheres unter www.caritas.de/caritasbox.

Mieterberatung (externes Angebot)

Der Münchner Mieterschutzverein MIETER HELFEN MIETERN berät jede Woche seine Mitglieder und die, die es werden wollen, bei Problemen mit der Mietwohnung. Die Beratungen führen im Mietrecht erfahrene Rechtsanwälte und Rechtsanwältinnen durch.

- **Termine:** jeden Mittwoch, 18.00 – 19.00 Uhr
- **Anmeldung:** nicht erforderlich

Freizeit und Unternehmungen

Hinweis: Die Teilnahme an den angebotenen Ausflügen erfolgt auf eigene Gefahr! Es kann keine Haftung übernommen werden.

ASZ-Ausflüge (siehe auch unter Veranstaltungen)

Di, 18.09. / 13.30 Uhr	Bio-Bauernhof
Fr, 05.10. / 13.30 Uhr	Botanischer Garten
So, 09.12./ 10.30 Uhr	Kultur am Sonntagvormittag

Ausflüge des Kunst- und Kulturkreises (KKK)

Ausflüge des Kunst- und Kulturkreises werden kurzfristig durch Aushang oder Telefonrundruf mitgeteilt.

Freizeitgruppe f. neue Ruheständler, fitte Senior/innen

Planungstreffen 1x im Monat im ASZ, jeweils am 2. Dienstag, 17.00 Uhr

nächste Termine: 11.09. / 09.10. / 13.11. / 11.12.2018, jeweils 17.00 Uhr

- **Wanderungen im MVV-Bereich**

Wöchentlich werden Wanderungen von Waldemar, Nina & Edmund angeboten. **Informationen zur Anmeldung im ASZ-Büro oder am schwarzen Brett.**

- **Städtereisen**

Hans organisiert monatlich eine attraktive Stadtreise innerhalb Bayerns sowie 2-3mal im Jahr eine mehrtägige Kulturfahrt, **siehe Aushang.**

- **VDK-Kinokarten / Kino am Sendlinger Tor**

Halbj.-Abo oder Einzelkarten sowie Infos über Sigi, **siehe Aushang**

- **Fahrradtouren:** 14-tägig werden Radwanderungen in den Monaten März-Okt. angeboten. Wir fahren 30-40 km, teilweise mit Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel. Organisation durch Eberhard.

Ausflugsfahrten des Seniorenclubs der Arbeiterwohlfahrt

20.09. Benediktbeuern / 18.10. Mindelheim

Abfahrt: 10.00 Uhr Pasinger Bahnhof Nordseite

Anmeldung über Christl Klaiber, Tel: 089 / 83 40 942

Offene Gruppen

Offener Handarbeitskreis

- jeden 2. und 4. Donnerstag, von 14.00 - 16.00 Uhr

Kartenspielen

- jeden Dienstag, von 13.00 - 16.30 Uhr

Offener Spiele-Treff

- täglich außer freitags, von 13.00 - 16.30 Uhr

Schafkopf & Skat

- Mittwochs: 19.09. / 31.10. / 21.11. / 12.12.2018, jeweils, 14.00 Uhr

Kegeln

- Mittwochs: 19.09. / 31.10. / 21.11. / 12.12.2018, jeweils, 17.00 Uhr

•

Gemeinsames Singen

- Mo, 17.09. / 08.10. / 19.11. / 17.12.2018, von 14.30 – 16.30 Uhr

Frühstückstreff

- Mi, 26.09. / 24.10. / 28.11 / 19.12.2018, von 09.00 - 11.00 Uhr,
mit Anmeldung

Krippenkinder im ASZ

- Di, 25.09./ 09.10. / 23.10./ 06.11. / 20.11. / 04.12. / 18.12.2018,
von 9.45 - 10.45 Uhr, **neue Teilnehmer/innen nur nach Rücksprache!**

Mandolinen-Orchester

- jeden Mittwoch, von 14.00 - 16.30 Uhr

Männerstammtisch

- jeden Dienstag in einer ungeraden Woche, jeweils 17.00 Uhr

Entspannung für Körper, Geist und Seele

Übungen für tiefen Atem, tiefe Ruhe, tiefe Stille. Anfang mit leichten Körperübungen. Referent: Horst-J. Lehmeyer, Psychotherapeut (HPG).
Anmeldung erwünscht, Kosten: 3,- €, jeden Mittwoch von 10.15 -11.15 Uhr

Spezifische sozialpädagogische Angebote

Café Lichtblick im ASZ-Pasing

Für psychisch belastete, depressive und/oder einsame ältere Menschen.
Sie möchten nach oder trotz einer seelischen Belastung wieder unter Menschen gehen?

Wir möchten Sie einladen zum gemeinsamen Kaffeegespräch.

Zeit: jeden Mittwoch von 15.00 - 16.45 Uhr

Teilnahmegebühr: 1,- € für Kaffee

Leitung:

- Herr Dr. Mohr (Dipl. Psychologe, Gerontopsychiatr. Dienst West),
- Frau Hohendorf (Dipl.-Soz. Päd. FH, ASZ Pasing)

Nähere Auskünfte und Anmeldung: Frau Hohendorf

Gruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

Die Gruppe bietet den Angehörigen die Möglichkeit zum Austausch.
Sie erhalten Informationen und erfahren, dass Sie nicht allein sind mit Ihrer schwierigen Situation.

Zeit: Einmal pro Monat – mittwochs von 15.00 -17.30 Uhr

Termine: Mi, 05.09. / 10.10. / 07.11. / 05.12.2018

Leitung und nähere Auskünfte: Karin Oßwald (Dipl.-Soz. Päd. FH)

Neue Medien

Nutzung unserer Laptops

Sie können unsere Laptops während unserer Öffnungszeiten nutzen

Termin: nach Absprache im Büro **Kosten:** 3,- € / Stunde

Pfand: Personalausweis

PC-Anwendungen üben

Schreiben, Kalkulieren, Präsentieren, Bilder bearbeiten, Internet, E-Mail mit Bernd Heugel

Termin: nach Vereinbarung

Kosten: 10,- € / Stunde, bei geringer Rente Ermäßigung möglich,

Unterstützung im Umgang mit dem Handy

Termin: nach Vereinbarung

Kosten: 10,- € / Stunde, bei geringer Rente Ermäßigung möglich,

Senioren - Computerkurse der VHS München-West

Anmeldung und Informationen direkt im VHS-Büro, Tel. 0 89 / 83 53 53

Beginn der Kurse:

- Di, 09.10. / 09.30 Uhr / 3x Das iPhone
- Do, 11.10. / 09.30 Uhr / 3x Android-Smartphones für Einsteiger
- Fr, 12.10. / 10.00 Uhr / 8x Grundkurs -m(ein) neues Notebook
- Mo, 15.10. / 09.30 Uhr / 2x Android -Tablets für Einsteiger
- Di, 06.11. / 09.30 Uhr / 1x WhatsApp – Nachrichten, Bilder, etc.
- Mo, 12.11. / 09.30 Uhr / 2x Android – Tablettes optimal einstellen
- Di, 13.11. / 09.30 Uhr / 2x iPhone im Griff – Wiederholungskurs
- Do, 15.11. / 09.30 Uhr / 2x Android-Smartphone
- Mo, 26.11. / 09.30 Uhr / 3x Android-Smartphones für Einsteiger
- Mi, 28.11. / 09.30 Uhr / 1x Sicherheit für Ihr Smartphone
- Di, 04.12. / 09.30 Uhr / 1x WhatsApp – Nachrichten, Bilder, etc.

Angebote für Migrant/innen

Türkischer Frauentreff

Evde yalnız oturmayın
likte ASZde buluşup sohbet edelim

Frauen (ab 50) aus der Türkei und Frauen aus Deutschland mit türkischen Ehepartnern treffen sich zum gemütlichen Beisammensein, jeweils 2x im Monat von 15.00 – 17.30 Uhr im ASZ Pasing, Bäckerstr. 14.

Termine:

Mo, 10.09.	Offenes Treffen
Mo, 24.09.	Offenes Treffen
Mi, 08.10.	Offenes Treffen
Mo, 22.10	Vortrag Betreuung / Patientenverfügung / türkisch
Mo, 12.11.	Wir singen türkische Lieder
Mo, 26.11.	Offenes Treffen
Mo, 10.12.	Offenes Treffen / Advent

Hinweis für unsere türkischen Frauen:

Jeden 2. und 4. Donnerstag findet im ASZ Pasing ein offener Handarbeitskreis statt, jeweils um 14.00 Uhr. Herzliche Einladung dazu!

Scambio culturale italiano – tedesco

Deutsch-italienischer Gesprächskreis

Die Gruppe trifft sich jeden ersten Montag im Monat um 15.00 Uhr. Ogni primo lunedì del mese Italiani e Tedeschi anziani si trovano-qui alle ore 15.00.

Treffen / Prossimi incontri:

Mo, 03.09.	Gesprächskreis mit Herrn Zorzi
Mo, 01.10.	Operndiven singen italienische Arien
Mo, 05.11.	Gesprächskreis mit Herrn Zorzi
Mo, 03.12.	Italienische Adventfeier

Caritas-Angebote im Stadtteil

Pflege zu Hause

Caritas-Sozialstation München Süd-West und Würmtal

Wir kommen gerne und jederzeit zu Ihnen, ganz egal wo Sie wohnen.
Wir sind ganz in Ihrer Nähe.

Sie erreichen uns unter Tel. 0 89 / 89 11 66-0

Fachstelle für pflegende Angehörige

Caritas-Zentrum München Süd-West und Würmtal

- Einzelberatung und Gruppenangebote
- Vermittlung von geschulten Helfern

Sie erreichen uns telefonisch unter: 089 / 82 99 20-0 (Nicole Kaller und Josefine Sostak)

Essen auf Rädern

Caritas-Zentrum München Süd-West und Würmtal

- Köstliche Menüs täglich heiß oder tiefgekühlt geliefert.
- Direkt ins Haus für eine ausgewogene Ernährung!

Informationen unter Tel. 0 89 / 81 09 98 75

www.caritas-muenchen-west-würmtal.de

Münchner Tafel - kostenlose Lebensmittelausgabe

Caritas-Zentrum München Süd-West und Würmtal

- Antrag auf einen Berechtigungsschein für Pasinger Bürger über 60 Jahre bitte im ASZ Pasing, Tel. 089 / 82 99 77 -0, stellen.

Kleiderkammer

Caritas-Zentrum München Süd-West und Würmtal

- Ausgabe von Kleidung: jeden Dienstag 9.00 -12.00 Uhr
- Annahme von Kleidung: jeden Donnerstag 9.00 -12.00 Uhr

Berechtigungsausweis erforderlich, ab 60 Jahre im ASZ Pasing erhältlich.

Sie erreichen uns in der Pippinger Str. 97a, 81247 München.

Weitere wichtige Adressen / „Nachbarn“



Caritas Pflege-Hotline

Caritas ASZ Aubing

Am Aubinger Wasserturm 30, 81249 München, Tel. 864 66 81- 0

Caritas ASZ Obermenzing

Packenreiterstr. 48, 81247 München, Tel. 89 16 81 70

Sozialbürgerhaus Pasing

Landsberger Str. 486 , 81241 München, Tel. Infothek: 233 - 96804

Kath. Pfarrei Maria Schutz

Bäckerstr.19 , 81241 München, Tel. 829 39 79 -0

Ausflüge für Senioren - Näheres dazu im Pfarrbüro

Kath. Pfarrei St. Leonhard

Goßwinstr. 11, 81245 München, Tel. 82 92 06-0

Seniorenachmittage, letzter Mittwoch im Monat, 14.30 Uhr, Goßwinstr. 34

Kath. Pfarrei St. Hildegard

Paosostr. 25, 81263 München, Tel. 829 134-0

Seniorenachmittage jeden 2.und 4. Mittwoch im Monat

Evang.-Luth. Himmelfahrtskirche

Marschnerstr.3, 81245 München, Tel. 89 60 75 -0

Seniorenachmittag an Dienstagen, Termine im Büro erfragen

Alten- und Pflegeheim, Fritz-Kistler-Haus (AWO)

Schmaedelstr. 29, 81245 München, Tel. 89 60 53 -0

Seniorenwohnen Pasing-Westkreuz (BRK)

Aubinger Str. 51, 81243 München, Tel. 88 93-0

Gerontopsychiatrischer Dienst West

Landsberger Str. 367, 80687 München, Tel. 59 99 156 -0

Alten- Tagespflege Aubing gGmbH

Neideckstr. 6, 81249 München, Tel. 54 80 68 33

Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk

Mitterfeldstr. 20, 80689 München,

Hauswirtschaftliche Versorgung, Tel. 580 91-28, Tagespflege: Tel. 580 91-14

Kompetenzzentrum

Landsberger Str. 367-369, 81687 München

Tagespflege, Tel. 58 98 74 528

ASZ-Team



**Claudia
Hohendorf**
Dipl. Sozpäd. FH
Leitung



**Karin
Oßwald**
Dipl. Sozpäd. FH



**Kirsten
Josefczak**
Dipl. Sozpäd. FH



**Beate
Blaut**
Dipl. Sozpäd. FH



**Lisa
Schmidmaier**
Dipl. Sozpäd. FH



**Sylvia
Schneider**
Verwaltung



**Silvia
Frey**
Verwaltung



**Milica
Milos**
Hauswirtschaft

Adresse

Alten- und Service-Zentrum Pasing

Bäckerstraße 14

81241 München

Telefon: 0 89/82 99 77-0

Fax: 0 89/82 99 77-15

aszpasing@caritasmuenchen.de

www.asz-pasing.de

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag

8.30 Uhr – 17.00 Uhr

Freitag

8.30 Uhr – 13.00 Uhr

So kommen Sie zu uns

S-Bahn: S3, S4, S6, S8

Haltestelle: Pasing

Bus: Linien 56, 57, 160, 161, 162

Haltestelle: Rathaus Pasing

Tram: Linie 19

Haltestelle: Rathaus Pasing



gefördert von der
Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

Betriebsführung:
Caritasverband der
Erzdiözese München
und Freising e.V.

