

Alten- und Service-Zentrum Au, Balanstr. 28, 81669 München
Tel: 089 / 45 87 40 29, asz-au@web.de, www.asz-au.de

ASZ AU

**Die Begegnungsstätte für alle ab 60 –
gleich hier um die Ecke!**

Das Alten- und Service-Zentrum Au ist für alle Seniorinnen und Senioren aus der Au sowie deren Familien und andere Bezugspersonen da, wenn sie **Informationen, Beratung, Begleitung und Unterstützung** benötigen.

Bei uns finden Sie außerdem eine Vielzahl an interessanten Kursen, Gruppen und Veranstaltungen, die Abwechslung in den Alltag bringen und den Austausch mit Gleichgesinnten ermöglichen. An drei Tagen pro Woche findet ein kostengünstiger **Mittagstisch** statt. Es besteht außerdem auch die Möglichkeit, sich **ehrenamtlich** zu engagieren.

Informationen über unser Angebot finden Sie in unserem dreimal jährlich erscheinenden Programm, auf unseren Aushängen und auf unserer Homepage. Oder kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne!

Ihr Team vom ASZ Au



Unterstützt durch den
Bauverein München
Haidhausen eG



gefördert von der
Landeshauptstadt
München
Sozialreferat





Alten- und Service-Zentrum

ASZ AU Veranstaltungen Januar 2023



Mittwoch,

11

Januar

10.30 –
11.30 Uhr

Vorstellung des neuen Programms

Heute stellen wir Ihnen das neue Programmheft vor. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, sich gleich einen Platz bei den Veranstaltungen zu sichern.

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bis zum 10.01.

Donnerstag,

26

Januar

13.30 –
15.00 Uhr

Reihe: Wissen zum Dessert Finanzen im Griff

Für ein finanzielles Gleichgewicht ist es nie zu früh. Denn entspannte Finanzen beeinflussen auch unser Wohlbefinden positiv. Wir sprechen über lohnende Münchner Angebote zu Bereichen wie Gesundheit, Energie oder Mobilität. Auch darüber, welche Ausgaben und Investitionen sinnvoll sind, worauf Sie achten sollten und welchen Beratungsstellen Sie vertrauen können.

Kosten: 2 €

Anmeldung: bis zum 23.01.

Mittwoch,

18

Januar

10.00 –
11.30 Uhr

Es ist noch niemand zurückgekommen. Wirklich nicht?

Viele Menschen sind skeptisch: Gibt es ein Weiterleben nach dem Tod? In diesem Vortrag werden Videoausschnitte von Menschen gezeigt, die durch Nahtoderfahrungen oder als sogenannte Astralreisende Jenseitswelten erkundet haben. Wie glaubwürdig sind sie?

Kosten: 2 €

Anmeldung: bis zum 16.01.

Montag,

30

Januar

13.30 –
15 Uhr

Vortrag / Diskussion: Münchner Müllmärchen

Unser Referent vom Abfallwirtschaftsbetrieb München berichtet Wissenswertes über Abfallvermeidung, Mülltrennung und Recycling und räumt mit bekannten Märchen zu diesen Themen auf.

Kosten: 2 €

Anmeldung: bis zum 26.01.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem ASZ Haidhausen statt.

Freitag,

20

Januar

09.30 –
11.30 Uhr

Neujahrsfrühstück

Genießen Sie ein von unseren ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen liebevoll zubereitetes leckeres Frühstück in netter Gesellschaft.

Kosten: nach Verzehr

Anmeldung: bis zum 16.01.

Wir bedanken uns herzlich bei der Clarissa & Michael-Käfer-Stiftung für ihre Spende.

Dienstag,

31

Januar

14.00 –
ca. 15.30 Uhr

Die Begegnungsstätte der anderen Art: Exkursion zum Haus der Eigenarbeit

Heute lernen wir bei einer Führung das HEI (Wörthstr.) kennen. Hier kann gewerkelt werden in Werkstätten mit und ohne Unterstützung von Fachpersonal. Zusätzlich gibt es Veranstaltungen, Kurse und Gruppen.

Neu ist der FairTeiler, mit dem Lebensmittel vor dem Wegwerfen gerettet werden. Jeder kann dort Lebensmittel bringen oder holen.

Bei Kaffee und Kuchen lassen wir den Nachmittag ausklingen.

Begleitung: Sabine Widmann, ASZ Au

Treffpunkt: 13.30 Uhr im Foyer des ASZ Au

Kosten: nach Verzehr

Anmeldung: bis zum 26.01.

Montag,

23

Januar

11.30 –
13.30 Uhr

Neujahrsempfang für unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Wir möchten uns bei allen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für ihr großartiges Engagement bedanken und laden herzlich ein zu einem gemütlichen Beisammensein mit Sektempfang und leckerem Mittagessen.

Anmeldung: bis zum 17.01.

DAS ALTEN- & SERVICE-ZENTRUM AU IST:

EIN WEGBEGLEITER FÜR MENSCHEN AB 60 – KOMMEN SIE VORBEI!

- Unabhängig von Konfession, Nationalität und Gender.
- Wenn Sie im Stadtteil Au wohnen und Gleichgesinnte treffen wollen und/oder Unterstützung oder Beratung wünschen.
- Wir sind eine Einrichtung der Landeshauptstadt München in Betriebsführung des Caritasverbandes der Erzdiözese München und Freising e.V.
- **Öffnungszeiten Mo-Fr 09.00-16.30 Uhr, Fr 09.00-12.00 Uhr / Tel: 089-45 87 40 29 / www.asz-au.de**



gefördert von der
Landeshauptstadt
München
Sozialreferat