



Alten- und Service-Zentrum

ASZ AU Veranstaltungen April 2024



Mittwoch,

10

April

11.00 –
12.00 Uhr

Plauderstunde am Vormittag

In netter Runde sprechen wir über das Thema Frühling. Bei dieser gemütlichen Plauderstunde können wir sicher viele lustige oder besondere Momente miteinander teilen. Wir freuen uns auf Sie!

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bis zum 08.04.

Donnerstag,

18

April

12.30 –
ca. 18.00 Uhr

Landpartie zur Wolfmühle

Südlich von Markt Schwaben liegt die Wolfmühle, die heute in vierter Generation von Familie Löffl nach ökologischen Grundsätzen geführt wird. Wir bekommen einen Einblick in das traditionsreiche Kunsthandwerk der Mülerei und lassen uns mit hausgemachtem Kuchen verwöhnen

Treffpunkt: 12.30 Uhr am Haupteingang Ostbahnhof

Kosten: kostenfrei (für MVV-Ticket bitte selbst sorgen)

Anmeldung: bis zum 11.04.

Kooperation mit dem BUND Naturschutz München, gefördert von der LHM, Referat für Klima und Umweltschutz

Freitag,

12

April

09.30 –
11.30 Uhr

Osterfrühstück

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

Kosten: 2 €

Anmeldung: 15.03. bis zum 02.04.

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

Dienstag,

16

April

13.30 –
15.00 Uhr

Vortrag: Nie mehr Ärger mit Handwerkenden!

Ein frischer Anstrich für die Küche oder eine ins Schloss gefallene Haustür: Wer Profis beauftragt, will sich Zeit und Mühe sparen. Doch passiert ein Missgeschick oder entpuppt sich der angerufene Notdienst als schwarzes Schaf, ist der Ärger groß. Der Vortrag greift Themen wie Kostenvoranschlag, Preiskalkulation und Sachmängel auf.

Kooperation mit dem evangelischen Bildungswerk München

Kosten: 2 €

Anmeldung: bis zum 09.04.

Donnerstag,

25

April

10.30 –
12.00 Uhr

Vortrag: Auf den Spuren von Vasco da Gama – von Lissabon nach Kapstadt

Erleben Sie eine Reise entlang der Küste von Westafrika mit dem Kreuzfahrtschiff Vasco da Gama: von Casablanca, Agadir, Dakar, St. Helena, Namibia nach Südafrika.

Kosten: 2 €

Anmeldung: bis zum 23.04.

Montag,

29

April

14.00 –
15.00 Uhr

Die Präventive Beratung im ASZ Au

Sie kommen noch gut allein zurecht, möchten sich aber vorsorglich über Hilfsangebote im Alter informieren? Hier erhalten Sie Infos rund um das Thema „Älter werden“.

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bis zum 26.04.

Mittwoch,

17

April

14.00 –
16.30 Uhr

Tanzcafé

Kommen Sie zu einem geselligen Tanznachmittag mit Live-Musik von Schorsch Niederer! Hier haben Sie die Möglichkeit, sich kennenzulernen, miteinander zu tanzen und ein schönes Beisammensein zu erleben.

Kosten: 2 €

Anmeldung: bis zum 15.04.

Gefördert vom Bezirksausschuss 5 Au / Haidhausen der Landeshauptstadt München

Dienstag,

30

April

15.00 –
ca.16.30 Uhr

Rollator-Training

Mit dem Rollator gehen will gelernt sein! Bei diesem Training mit der Verkehrswacht München erhalten Sie wichtige Praxistipps für den Umgang mit Ihrem Rollator.

Kosten: 2 €

Anmeldung: bis zum 25.04.

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.
- ASZ Au, Balanstr. 28, 81669 München, Tel. 45 87 40 29, E-Mail: asz-au@caritasmuenchen.org, www.asz-au.de
Öffnungszeiten Mo-Fr 09.00-16.30 Uhr, Fr 09.00-12.00 Uhr



gefördert von der
Landeshauptstadt
München
Sozialreferat