

Bayerische Landesregierung / MUT-Punkte / Mehrgenerationenhäuser

„Schulungsangebote für ältere Menschen im Umgang mit digitalen Medien“

<https://www.stmas.bayern.de/senioren/aktives-altern/digitalisierung-im-alter.php>

<https://www.stmas.bayern.de/medien-im-alter/>

<https://mgh-lnw-bayern.de/zugang-zur-digitalisierung-ist-keine-frage-des-alters-vorsitzende-des-landesnetzwerks-stellt-mut-punkt-projekte-vor>

<https://mgh-lnw-bayern.de/in-eigener-sache/die-mitglieder-im-landesnetzwerk>

z.B., München

im Pixel / Anrufen unter **089-21528594**

<https://digitalehilfe-muc.de/>

Stand **2024**

Im Pixel, **Rosenheimer Str. 5 81667 München, Dienstag von 12-18 Uhr** die offene Sprechstunde für die „Digitale Hilfe an der Theke“ wahrgenommen werden.

Seit Januar 2024, **Freitags von 10-16 Uhr im z’sam Theresienstraße 63 80333 München** Unterstützung in den Bereichen Internet und digitale Medien.

„Digitale Hilfe ist ein kostenfreies Angebot für alle, die Unterstützung in den Bereichen Internet und digitale Medien benötigen...“

Medienzentrums München des JFF – Institut für Medienpädagogik

<https://www.medienzentrum-muc.de/angebotevent/digitale-hilfe/>

Stand **2023**

Rupprechtstrasse 29 / 80636 München

Hotline Digitale Hilfe: 089 21528594

Mail: benedikt.aigner@jff.de

Sprechstunden: Di: 12-18 Uhr & Fr: 10-16 Uhr

Website: www.digitalehilfe-muc.de

„ Digitale Hilfe, Kostenfreie Unterstützung in den Bereichen Internet und digitale Medien..“

Münchener Volkshochschule (MVHS)

Stand **2023**

<https://www.mvhs.de/>

Einsteinstraße 28 / 81611 München

Tel. (089) 48006-0

Mail: info@mvhs.de

Viele Kurse und Angebote zu digitalen Themen, kostenpflichtig.

<https://cup-digital-muenchen.de/>

Orleansstraße 2 (Nähe IHK) / 81669 München

Telefon 089-6931455 – 30

Mail: cup.digital@daa.de

Herausgeber: DAA Deutsche Angestellten-Akademie GmbH

Kostenloses WLAN

„Verschiedene Beratungen und Hilfen für alle Bürger*innen. Weitere Angebote, Kurse, Beratungen und Schulungen, allerdings nur für „Kunden des Arbeitsamtes“.

Computertruhe e. V.

Stand 2023

Computer für bedürftige Menschen und gemeinnützige Organisationen, seit Mai 2023

<https://computertruhe.de/>

Computertruhe e. V.

z. Hd. Marco Rosenthal

Kirchstraße 3 / 79261 Gutach im Breisgau

Kontakt über Kontaktformular <https://computertruhe.de/kontakt/?form-request-type=Ich%20w%C3%BCrde%20gerne%20etwas%20erhalten#kontaktformular>

„ Teilhabe für Menschen ermöglichen, die sich sonst keinen Rechner leisten könnten.

Geflüchteten Menschen bei der Integration in unsere Gesellschaft behilflich sein.

Gemeinnützige Organisationen bei ihrer Arbeit unterstützen.

Durch die Weiterverwendung funktionsfähiger Geräte und die sachgerechte Entsorgung defekter Komponenten die Umwelt schützen.“

Back Market

Stand 2024

Gebrauchte HW, die verkauft oder gekauft werden kann. „..Wir sorgen dafür, dass erneuerte Technik verlässlich, günstig und besser als neu ist...“

<https://www.backmarket.de/de-de/about-us>

Back Market - JUNG SAS

Mail-Adresse: hallo@backmarket.de

Rufnummer: +49 800 202 2886

Kottbusser Damm 103A / 10967 Berlin

„..Wir arbeiten Hand in Hand mit professionellen Händler*innen und ihren Werkstätten. So können wir garantieren, dass jedes einzelne Gerät geprüft wurde und zu 100 % funktioniert. Und das zu einem fairen Preis...“

Myswoop

Stand 2024

„gebrauchte Technik verkaufen und kaufen“ „Swoop es weiter und verwandle deine gebrauchte Technik zu Geld: Bei mySWOOOP kannst du deine alte Elektronik schnell, sicher und einfach zu Top-Preisen verkaufen. Oder gönnt dir ein wie neues, gebrauchtes Gerät und kaufe gebrauchte Technik bei mySWOOOP – nachhaltig und zu Bestpreisen!...“

<https://www.myswoop.de/>

mySWOOOP GmbH

Mail: info@myswoop.de

Telefon: +49 (0) 421 98 96 87 0

Linzer Str. 2 / D-28359 Bremen

Rebuy

Stand 2024

„Wir waren schon da, als Nachhaltigkeit noch kein Trend war. Heute sind wir europäischer Marktführer bei gebrauchter Elektronik und gebrauchten Medien mit über 5 Millionen Kunden und Kundinnen...“

<https://company.rebuy.com/>

rebuy recommerce services GmbH & Co. KG

Kanalstr. 139 / 12357 Berlin

Mail: anfrage@rebuy.de

Telefon: +49 (0)69 500 70 570

Labdoo

Stand 2024

Spende Deine HW und SW, „Labdoo ist ein weltweites Netzwerk ehrenamtlicher Helfer*innen, das Kindern digitale Teilhabe in In- und Ausland ermöglicht. Unsere gemeinnützige Plattform steht allen Menschen weltweit offen, um nicht mehr genutzte Laptops oder Tablets mit leistungsfähiger Bildungssoftware auszustatten...“

<https://www.labdoo.org/deu/de/>

Labdoo.org e. V.

Ahornstr. 22 / 45478 Mülheim an der Ruhr

Mail: contact-D@Labdoo.org

Telefon: +49 (0) 176 46 29 78 46

Raum für eigenleben mit Café

Stand 2023

<https://eigenleben.de/dabei-sein/>

Kurfürstenstr. 2 / 80799 München

Tel: 089-23 68 44 00

Mail: cafe@eigenleben.de

„Dabei sein / Lernen, aktiv sein, sich austauschen und inspirieren (lassen) – das sind unsere Veranstaltungen im Raum für eigenleben: Technik-Treff für Beginner...“

SilverNet-Muenchen e.V.

Stand 2023

<https://www.silvernet-muenchen.de/>

SilverNet-Muenchen e.V.

c/o Hannelore Wolff

Nebelhornstr. 6 / 80686 München

Kontakte <https://www.silvernet-muenchen.de/kontakt-mit-uns/>

„SilverNet-Muenchen will Menschen ab einem Lebensalter von 50 Jahren erreichen, die sich für neue Medien interessieren.“

Mitgliedschaft und Kosten fallen an.

<https://kreativlabor-freiam.de/ueber-uns/>

Ute-Strittmatter-Straße 6 / 81248 München (Freiam)

Mail: mint@kreativlabor-freiam.de

über Little Lap - Telefon: 0151 414 53330

Mediensprechstunde

ab dem 21. September 2023, jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, jew. 15:00 – 16:30 Uhr, ohne Anmeldung, einfach hingehen.

„Haben Sie ein Smartphone, Tablet oder einen Computer mit Kamera und Mikrofon, können damit aber nicht richtig umgehen oder haben verschiedene Fragen? Dann sind Sie herzlich dazu eingeladen, sich bei unserer Mediensprechstunde in Einzelgesprächen beraten zu lassen.“

SIN (Studio im Netz e.V.)

Stand 2023

<https://www.studioimnetz.de/ueber-uns/>

Haus der Medienbildung

Heighofstraße 1 / 81377 München

Telefon : 089 – 72 46 77 00

Mail: sin@sin-net.de

„Das SIN – Studio im Netz ist eine medienpädagogische Facheinrichtung, die sich schwerpunktmäßig mit Kindern, Jugendlichen und ihren Medienwelten beschäftigt.“

„Unser Ziel ist es, medienpädagogische Impulse für einen sinnvollen Umgang mit digitalen Medien zu setzen. In maßgeschneidert Angeboten für alle Ziel- und Altersgruppen greifen wir individuelle Interessen auf und beleuchten aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen.“

ZAB e.V (Zusammen Aktiv Bleiben)

Stand 2024

<https://www.zab-ev.de/>

Rumfordstr. 21a, Rückgebäude / 80469 München

Tel. 089 299 920

Mail: zab@zab-ev.de

„Mit unseren Angeboten fördern wir die körperliche, geistige und seelische Gesundheit und stärken soziale Kontakte“

Digitale Hilfe im ZAB

Anmeldungen im Büro / Telefon

Es gibt Anfänger- und Fortgeschrittenenkurse, sowie Einzelberatungen, gegen geringen Kostenbeitrag.

Es werden auch Digitallotsen*innen gesucht, die anderen weiterhelfen können.

Alten-Servicezentrum (ASZ) Ramersdorf

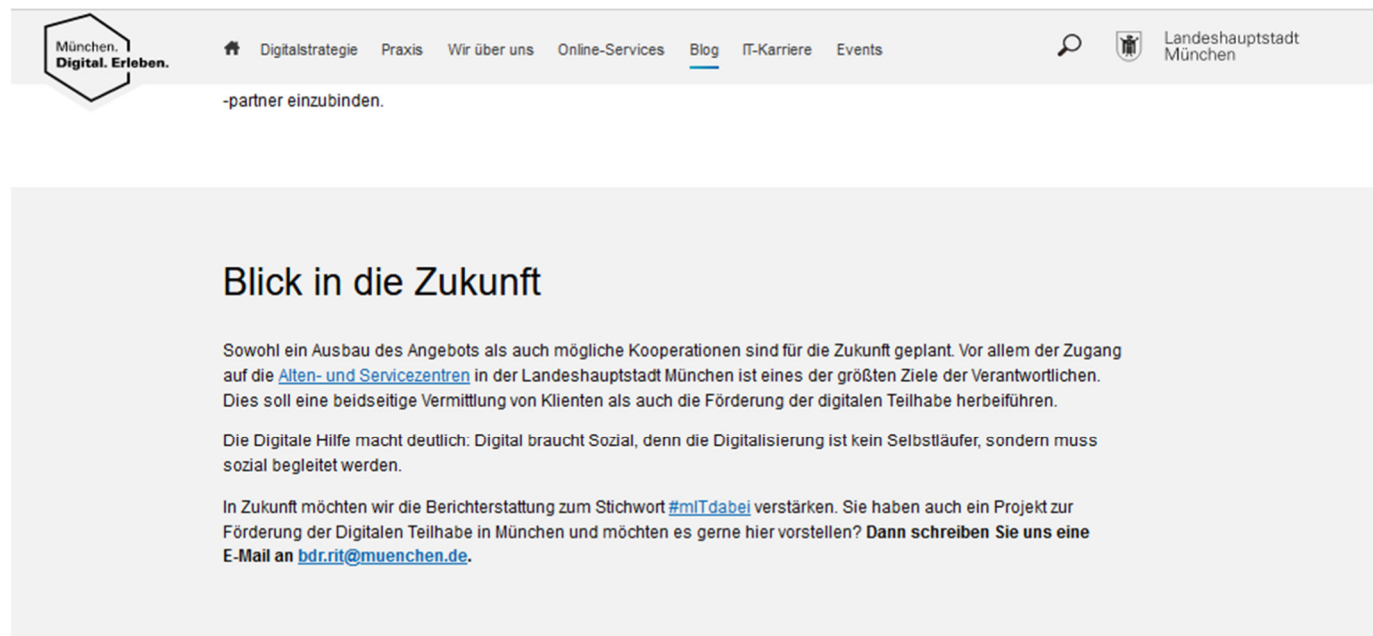
Stand **2024**

Rupertigaustraße 61A, 81671 München

„Café & Clicks“, / Kostenfrei / Evangelische Bildungswerk (ebw) München startet mit den „Lern-Treffs zur Digitalen Welt“ am 28.06.2024 / z.B., Grundlagen digitaler Kommunikation, ...
Ansprechpartner: Annette Hüsken-Brüggemann, Tel.: 089 55 25 80 41;
E-Mail: annette.huesken-rueggemann@ebw-muenchen.de

Auf der Homepage des IT Referates der LH München, seit **2022.01.31**

<https://muenchen.digital/blog/digitale-hilfe/>



The screenshot shows the header of the website 'München. Digital. Erleben.' with navigation links: Digitalstrategie, Praxis, Wir über uns, Online-Services, Blog (highlighted), IT-Karriere, Events. A search icon and the logo of the Landeshauptstadt München are also visible. Below the header, the text reads: '-partner einzubinden.'

Blick in die Zukunft

Sowohl ein Ausbau des Angebots als auch mögliche Kooperationen sind für die Zukunft geplant. Vor allem der Zugang auf die [Alten- und Servicezentren](#) in der Landeshauptstadt München ist eines der größten Ziele der Verantwortlichen. Dies soll eine beidseitige Vermittlung von Klienten als auch die Förderung der digitalen Teilhabe herbeiführen.

Die Digitale Hilfe macht deutlich: Digital braucht Sozial, denn die Digitalisierung ist kein Selbstläufer, sondern muss sozial begleitet werden.

In Zukunft möchten wir die Berichterstattung zum Stichwort [#mitdabei](#) verstärken. Sie haben auch ein Projekt zur Förderung der Digitalen Teilhabe in München und möchten es gerne hier vorstellen? **Dann schreiben Sie uns eine E-Mail an hdr.rit@muenchen.de.**

BAGSO Bundesarbeitsgemeinschaft der -Seniorenorganisationen e.V.,

Stand **2023**

Wegweiser durch die digitale Welt Für ältere Bürgerinnen und Bürger

<https://www.bagso.de/publikationen/ratgeber/wegweiser-durch-die-digitale-welt/>

<https://www.bagso.de/themen/digitalisierung/>

DigitalPakt Alter, seit 2021

<https://www.bagso.de/projekte/digitalpakt-alter/>

Online, Ziel ist es, ältere Menschen bei der digitalen Teilhabe zu unterstützen und auf geeignete Lernangebote sowohl digital als auch vor Ort aufmerksam zu machen.

DsiN-Digitalführerschein (DiFü) / Lernzentrale

Stand **2023**

Deutschland sicher im Netz e. V. gefördert durch BMLuH

https://difü.de/digitalfuehrerschein/lernzentrale/#reopen-exam-modal:exam_fullscreen_modal_open_8522

6 Themengebiete mit 3 Level um sein digitales Wissen zu verbessern, mit Zertifikat.
Nur Online, kostenlos, bequem wiederholbar, zusätzliche andere digitale Informationen.

20231207-München-Senioren-Hilfen bei der Digitalisierung-V1.docx 5 v 12

Münchner Volkshochschule

Stand **2023**

<https://www.mvhs.de/>

Sucheingabe : Senioren VHS zum halben Preis / Hier finden sich verschieden Kursangebote
Es gibt viele aber auch teure Kurse zu digitalen Themen.

Evangelische Stadtakademie München

Stand **2023**

<https://www.stadtakademie-muenchen.de/>

Evangelische Akademie Tutzing

<https://www.ev-akademie-tutzing.de/themen/digitale-welten/>

Die evangelischen Akademien bieten verschiedene Seminare, Kurse, etc. auch zur Digitalisierung an, die aber eher bildungsorientiert sind und weniger auf konkret Beratung und Hilfen.

Digitaler Engel

Stand **2023**

<https://www.digitaler-engel.org/>

Mit dem Projekt Digitaler Engel unterstützt Deutschland sicher im Netz ältere Menschen bei der Nutzung digitaler Angebote – alltagsnah, persönlich und vor Ort. Der Digitale Engel führt seine deutschlandweite Tour vor Ort, aber auch weiterhin online durch. Schauen Sie in den Tourenplan, welche Veranstaltungen vor Ort stattfinden und welche digital durchgeführt werden und seien Sie herzlich eingeladen dabei zu sehen.

KI für ein gutes Altern, ein BAGSO Projekt

Stand **2023**

<https://ki-und-alter.de/>

Das Projekt „KI für ein gutes Altern“ vermittelt älteren Menschen und Seniorenorganisationen Kompetenzen rund um das Thema Künstliche Intelligenz (KI). Es möchte dazu beitragen, dass ältere Menschen sich in aktuellen Diskussionen über ChatGPT, Mustererkennung oder selbstlernende Algorithmen aktiv einbringen können und dafür sorgen, dass sie in Forschung und Entwicklung von KI-Systemen stärker wahrgenommen und berücksichtigt werden.

Der Toilettenfinder in München

Stand **2023**

<https://inclus.de>

Eine Internet-Seite/App, die von der Stadt München zusammen mit der UnternehmerTUM / Digital Product School und dem Club Behinderter und ihrer Freunde (CBF) München entwickelt wurde.

Alten- und Service-Zentren (ASZ) - Landeshauptstadt München

Stadtbezirk 1 / Alten- und Service-Zentrum Altstadt / ASB

Stand **2023**

<https://www.asz-altstadt.de/>

Sebastiansplatz 12 / 089/ 26 40 46 / info@asz-altstadt.de /
Kostenloses WLAN / Digitale Beratung (4,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 1 / Alten- und Service-Zentrum Lehel / BRK

Stand **2023**

<https://www.brk-muenchen.de/angebote/alltagshilfen/alten-und-service-zentren/asz-lehel/>

Christophstraße 12 / 089/ 452 164-101 / asz-lehel@brk-muenchen.de
Nur intern kostenloses WLAN Anfragen / Digitale Beratung (4,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 2 / Alten- und Service-Zentrum Isarvorstadt / CARITAS

Stand **2023**

<https://www.asz-isarvorstadt.de/de>

Hans-Sachs-Straße 14 / 089/ 23 23 98 84 0 / asz-isarvorstadt@caritasmuenchen.org
Kostenloses WLAN / Digitale Beratung, verschiedene Tage (?,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 3 / Alten- und Service-Zentrum Maxvorstadt / BRK

Stand **2023**

<https://www.brk-muenchen.de/angebote/alltagshilfen/alten-und-service-zentren/asz-maxvorstadt/>

Gabelsbergerstraße 55a / 089/ 41 11 8 44 0 / asz-maxvorstadt@brk-muenchen.de
Nur intern kostenloses WLAN Anfragen / Digitale Beratung, verschiedene Tage (3,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 4 / Alten- und Service-Zentrum Schwabing-West / CARITAS

<https://www.asz-schwabing-west.de/de>

Stand **2023**

Hiltenspergerstraße 76 / 089/ 30 00 76 60 / asz-schwabing-west@caritasmuenchen.org
WLAN per GAST-Antrag / Digitale Beratung, verschiedene Tage (?,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 5 / Alten- und Service-Zentrum Au / CARITAS

Stand **2023**

<https://www.asz-au.de/de>

Balanstraße 28 / 089/ 45 87 40 29 / asz-au@caritasmuenchen.org
Nur intern kostenloses WLAN Anfragen / Digitale Beratung, verschiedene Tage (8,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 5 / Alten- und Service-Zentrum Haidhausen / DIAKONIE **Stand 2023**

<https://www.hilfe-im-alter.de/hilfe-im-alter-startseite/offene-altenarbeit/beratung-begegnung/alten-und-servicezentrum-haidhausen>

Wolfgangstraße 18 / 089/ 46 13 84 0 / asz-haidhausen@diakonie-muc-obb.de
Nur intern kostenloses WLAN Anfragen / Digitale Beratung, verschiedene Tage (8,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 6 / Alten- und Service-Zentrum Sendling / AWO **Stand 2023**

<https://www.awo-muenchen.de/senioren/begegnung-und-beratung/alten-und-service-zentren/einrichtungen-in-ihrer-naehe/alten-und-service-zentren-4/ueber-uns>

Daiserstraße 37 / 089/ 77 92 54 / asz-sendling@awo-muenchen.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung, verschiedene Tage (10,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 7 / Alten- und Service-Zentrum Sendling-Westpark / CARITAS

<https://www.asz-westpark.de/de>

Stand 2023

Garmischer Straße 209 / 089/ 51 77 72 40 0 / asz-westpark@caritasmuenchen.org
Kostenloses WLAN / Digitale Beratung, verschiedene Tage (4,- / 0,5 Std) / Anfragen

Stadtbezirk 8 / Alten- und Service-Zentrum Schwanthalerhöhe / CARITAS

<https://www.asz-westend.de/de>

Stand 2023

Tulbeckstraße 31 / 089/ 54 03 08 20 / asz-westend@caritasmuenchen.org
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung, verschiedene Tage (Spenden,- / 0,75 Std) / Anfragen

Stadtbezirk 9 / Alten- und Service-Zentrum Neuhausen / CARITAS **Stand 2023**

<https://www.asz-neuhausen.de/de>

Nymphenburger Str. 171 / 089/ 13 99 82 83 / asz-neuhausen@caritasmuenchen.org
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung, verschiedene Tage (?,- / 0,5 Std) / Anfragen

Stadtbezirk 10 / Alten- und Service-Zentrum Moosach / AWO **Stand 2023**

Gubestraße 5 / 089/ 14 00 24 – 23 / asz-moosach@awo-muenchen.de

WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung, nach Rücksprache / Anmeldung

Stadtbezirk 11 / Alten- und Service-Zentrum Milbertshofen / AWO **Stand 2023**

<https://www.awo-muenchen.de/senioren/begegnung-und-beratung/alten-und-service-zentren/einrichtungen-in-ihrer-naehe/alten-und-service-zentren-1/ueber-uns>

Schleißheimer Straße 378 / 089/ 35 62 77 33-0 / asz-milbertshofen@awo-muenchen.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung, verschiedene Tage (10,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 12 / Alten- und Service-Zentrum Freimann / BRK

Stand **2023**

<https://www.brk-muenchen.de/angebote/alltagshilfen/alten-und-service-zentren/asz-freimann/>

Edmund-Rumpler-Str. 1 / 089/ 32 98 93-0 / asz-freimann@brk-muenchen.de
WLAN bei Terminen auf Gast-Antrag möglich / Digitale Unterstützung,
unregelmäßig (2,- / ? Std) / Anfragen

Stadtbezirk 12 / Alten- und Service-Zentrum Schwabing-Ost / Die Mitterfelder

<https://www.asz-schwabing-ost.de/>

Stand **2023**

Siegesstraße 31 / 089/ 68 97 92 30 / kontakt@asz-schwabing-ost.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich auf Anfrage Digitale Beratung, verschiedene Tage
(10,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 13 / Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen / BRK Stand **2023**

<https://www.brk-muenchen.de/angebote/alltagshilfen/alten-und-service-zentren/asz-bogenhausen/>

Rosenkavalierplatz 9 / 089/ 46 13 34 64 -0 / asz-bogenhausen@brk-muenchen.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich nur auf Nachfrage / Digitale Beratung,
verschiedene Tage (6,- / Std) / Anfragen

Stadtbezirk 14 / Alten- und Service-Zentrum Berg am Laim / ?? Stand **2023**

<https://www.asz-bergamlaim.de/>

Berg-am-Laim-Str. 141 / 089/ 43 43 13 / info@asz-bergamlaim.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich / derzeit keine Homepage vorhanden (seit
24.04.2023) Digitalkurse sollen in Zukunft wieder angeboten werden.

Stadtbezirk 15 / Alten- und Service-Zentrum Trudering-Riem / BRK Stand **2023**

<https://www.brk-muenchen.de/angebote/alltagshilfen/alten-und-service-zentren/asz-riem/>

Platz der Menschenrechte 10 / 089/ 41 42 43 96 0 / asz-riem@brk-muenchen.de
Digitale Unterstützung, unregelmäßig (1,- / ? Std) / Anfragen
Keine Antwort wg. WLAN

Stadtbezirk 16 / Alten- und Service-Zentrum Perlach / CARITAS Stand **2023**

<https://www.asz-perlach.de/de>

Theodor-Heuss-Platz 5 / 089/ 67 82 02 60 / asz-perlach@caritasmuenchen.org
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung, verschiedene Tage (?,- / Std) /
Anfragen

Stadtbezirk 16 / Alten- und Service-Zentrum Ramersdorf / LH Mün. Stand **2023**

<https://stadt.muenchen.de/infos/asz-ramersdorf.html#>

Rupertigaustraße 61a / 089/ 67 34 68 79 0 / asz-ramersdorf.soz@muenchen.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Unterstützung, unregelmäßig (?,- / Std) /
Anfragen

Stadtbezirk 17 / Alten- und Service-Obergiesing / AWO Stand **2023**

<https://www.awo-muenchen.de/senioren/begegnung-und-beratung/alten-und-service-zentren/einrichtungen-in-ihreer-naehe/alten-und-service-zentren-3/ueber-uns>

Werinherstraße 71 / 089/ 69 06 16 2 / asz-obergiesing@awo-muenchen.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Es werden Freiwillige für Digitale
Themen/Beratung/Kurse gesucht.

Stadtbezirk 18 / Alten- und Service-Zentrum Harlaching / BRK Stand **2023**

<https://www.brk-muenchen.de/angebote/alltagshilfen/alten-und-service-zentren/asz-harlaching/>

Rotbuchenstr. 32 / 089/ 69 90 66 0 / asz-harlaching@brk-muenchen.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung, verschiedene Tage (1,- / Std) /
Anfragen

Stadtbezirk 18 / Alten- und Service-Zentrum Untergiesing / Diakonie Stand **2023**

<https://www.asz-untergiesing.de/>

Kolumbusstraße 33 / 089/ 24 41 39 10 / info@asz-untergiesing.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung, verschiedene Tage (1,- / Std) /
Anfragen

Stadtbezirk 19 / Alten- und Service-Zentrum Fürstenried / Diakonie Stand **2023**

<https://esd-m-fuerstenried.de/unsere-einrichtungen/alten-und-service-zentrum/>

Züricher Str. 80 / 089/ 75 95 51 1 / info@asz-fuerstenried.de
WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung (5,- / Std) / Diverse Kurse und
Sprechstunden / Anmelden

Stadtbezirk 19 / Alten- und Service-Zentrum Solln / Caritas Stand **2023**

<https://www.asz-solln.de/de>

Herterichstraße 58 / 089/ 75 07 54 70 / asz-solln@caritasmuenchen.org
WLAN auf Gast-Antrag möglich Digitale Sprechstunde (kostenfrei) /Vorträge /
Anmelden /

Stadtbezirk 19 / Alten- und Service-Zentrum Thalkirchen / BRK

Stand 2023

<https://www.brk-muenchen.de/angebote/alltagshilfen/alten-und-service-zentren/asz-thalkirchen/>

Perchtinger Straße 5 / 089/ 23 73-0 / service@brk-muenchen.de

WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Sprechstunde (5,- / 30 Min) / Anmelden

Stadtbezirk 20 / Alten- und Service-Zentrum Hardern / Caritas

Stand 2023

<https://www.asz-kleinhadern.de/de>

Alpenveilchenstraße 42 / 089/ 58 03 47 6 / asz-kleinhadern@caritasmuenchen.org

WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Sprechstunde (7,50 / 45 Min) / Vorträge / Anmelden

Stadtbezirk 21: Alten- und Service-Zentrum Obermenzing / Caritas

Stand 2023

<https://www.asz-obermenzing.de/de>

Packenreiterstraße 48 / 089/ 89 16 81 70 / asz-Obermenzing@caritasmuenchen.org

WLAN auf Gast-Antrag möglich Digitale Beratung (?, - / 30 / 60 Min.) / Anmelden

Stadtbezirk 21: Alten- und Service-Zentrum Pasing / Caritas

Stand 2023

<https://www.asz-pasing.de/de>

Bodenseestraße 4b / 089/ 82 99 77 0 / asz-pasing@caritasmuenchen.org

WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung (10,- / 60 Min) / Kurse / Anmelden

Stadtbezirk 22: Alten- und Service-Zentrum Aubing / Caritas

Stand 2023

<https://www.asz-aubing.de/de>

Am Aubinger Wasserturm 30 / 089/ 86 46 681-0 / asz-aubing@caritasmuenchen.org

WLAN auf Gast-Antrag möglich / bei digitalen Terminen / Digitale Beratung (?, - / 30 Min), Kurse (kostenlos) / Anmelden

Stadtbezirk 23 : Alten- und Service-Zentrum in Allach – Untermenzing /

Der Paritätische **Stand 2023**

<https://oberbayern.paritaet-bayern.de/hilfe-und-angebote/angebote-fuer-aeltere-menschen-und-angehoerige/alten-und-service-zentrum-allach-untermenzing>

Manzostraße 105 / 089/ 17 11 96 90 / asz1allach@paritaet-bayern.de

Kostenloses WLAN / Digitale Beratung (?, - / ?) Anmelden

ASZ-Außenstelle Allach, nur an bestimmten Tagen

Oertlplatz 15 / 089/ 17 11 96 90 / asz1allach@paritaet-bayern.de

Stadtbezirk 24 Alten- und Service-Zentrum Hasenberg / Diakonie

Stand 2023

<https://www.diakonie-hasenberg.de/asz-hasenberg>

Stanigplatz 8a / 089/ 45 22 35 78 6 / asz-hasenberg@diakonie-hasenberg.de

WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung (?,- / ?) / Anmelden

Stadtbezirk 25 Alten- und Service-Zentrum Laim / AWO

Stand 2023

<https://www.awo-muenchen.de/senioren/begegnung-und-beratung/alten-und-service-zentren/einrichtungen-in-ihrer-naehe/alten-und-service-zentren/ueber-uns>

Kiem-Pauli-Weg 22 / 089/ 57 50 14 / asz-laim@awo-muenchen.de

WLAN auf Gast-Antrag möglich / Digitale Beratung (?,- / 30 Min) / Kurse / Anmelden

V.i.S.d.P.

Günter Wolf

Seniorenvertreter für den Stadtteil 5, Au-Haidhausen, b. d.Landeshauptstadt München

Vorsitzender des Fachausschuss 8 Digitalisierung

Mobile:0176 57 52 12 08

eMail: guenterwolf.eu@t-online.de