

Nachbarschaftstreff auf der Pöllatinsel



Neuschwansteinplatz
12,
81549 München
Telefon: 904 214 860

eMail: NTGiesing@QuarterM.de

Website: www.nt-giesing.de

Wenn wir gerade nicht ans
Telefon gehen können, bitte
eine Nachricht auf den
Anrufbeantworter sprechen
oder eine E-Mail schreiben.



Telefonprechzeiten:

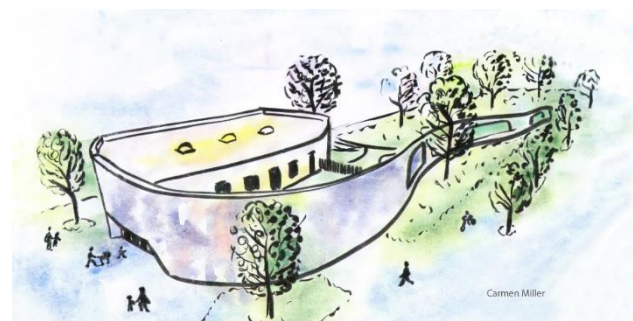
Dienstag 9 – 11 Uhr
Donnerstag 11 – 12 Uhr

Der Treff ist offen und das Büro besetzt

Dienstag 11 – 15 Uhr
Donnerstag 12 – 16 Uhr
Freitag 10 – 13 Uhr
Termine am Abend vereinbaren Sie bitte mit
uns per Telefon oder eMail

Sprechstunde Nachbarschaftshilfe

Nach Vereinbarung unter [Nachbarschaftshilfe-
O-Giesing@gmx.de](mailto:Nachbarschaftshilfe-O-Giesing@gmx.de)



Giesing ist meine Nachbarschaft

MAI 2022



Portraitaktion „Wir sind Giesing“

Sind Sie auch Giesing? Wir suchen Gesichter aus der
Nachbarschaft für unsere Fotoaktion. Jede Woche stellen
wir auf einem digitalen Bildschirm und im Netz einen
Giesinger / eine Giesingerin vor.

Wollen Sie mitmachen? Es braucht nur Zeit für 5 Fragen
und ein Foto. Dann melden Sie sich bei uns.

info@NT-Giesing.de oder 089/904 214 860.

Treffpunkte für Nachbarn

Die Nachbarschaftstreffs bieten kostenlos Räume für alle – auch für Geflüchtete aus
der Ukraine. Hier kann gemeinsam gekocht, gesungen, getanzt, diskutiert und
gespielt werden. Manche Treffs haben auch eine Werkstatt oder einen Garten. Sie
können eine Gruppe, einen Kurs oder eine Veranstaltung organisieren. Oder Sie
nehmen einfach an bestehenden Angeboten teil.

Ukrainsch:

Місця зустрічі для сусідів Місця зустрічі для сусідів пропонують безкоштовні
приміщення для всіх бажаючих – у тому числі для біженців з України.

Тут можна разом готувати, співати, танцювати, спілкуватися та грати. У деяких
місцях зустрічі також є майстерня або невеликі грядки.

Ви можете самостійно організувати будь-яку групу, курс чи влаштувати будь-яке
свято. Або ви можете просто брати участь в існуючих заходах. Громадянські,
демократичні ініціативи також можуть зустрітися тут для обміну ідеями.

Formular-Service:



Hilfe bei Kontakt mit Krankenkassen, Ämtern und Unterstützung bei Ausfüllen von Formularen und Aufsetzen von Briefen

nur nach Vereinbarung - Kontakt zu der Ehrenamtlichen wird über den Treff hergestellt.

Computer- und Handysprechstunde mit Lovis Beug

Wenn Sie Fragen zu Computer und Handy haben - Apps, Geräte einrichten, Infos im Internet suchen, Umgang Computerprogramme ... oder etwas nicht so funktioniert, kommen Sie zur Sprechstunde. Wenn möglich, bringen Sie bitte Ihr Gerät mit.

Donnerstag (mit Anmeldung), 15 – 17 Uhr, 5./12./19.5.22



Jemand mit einem offenen Ohr: privates Gespräch und Beratung mit BÜSRA

Für ein vertrautes Gespräch unter vier Augen.

Bitte melden Sie sich für einen Termin im Nachbarschaftstreff an.

wochentags ab 19 Uhr nach Absprache

Begegnung auf Augenhöhe - Dialoggruppe im Nachbarschaftstreff

Thema: Welches Miteinander wünschen wir uns, welche Hoffnungen haben wir für die Zukunft, was können wir dafür tun? ... und andere Themen. Im Mittelpunkt der neu startenden Dialoggruppe stehen Themen und das achtsame Gespräch miteinander. D.h. zuhören und wertfrei den anderen zu respektieren. Im Dialog die passenden Worte zu finden, dass alles möchte geübt werden und ist oft schwerer als gedacht. Der Gesprächsverlauf ist spontan und offen.

Jeden 2. Mittwoch im Monat 19.30–21.30 Uhr, 11.5.22

Sprechstunde für Seniorinnen und Senioren des Alten- und Servicezentrum (ASZ) Obergiesing

im Nachbarschaftstreff Giesing. Fragen rund ums Älterwerden, Pflege, Unterstützungs- und Hilfsangebote.

Ohne Anmeldung.

Beraterinnen: Frau Schmidt / Frau Sonnleitner

Dienstag, 3.5.22, 10 – 11.30 Uhr



Gemeinsam Spaziergehen



Spaziergehen fördert die Gesundheit, baut Stress ab und macht glücklich. Mit anderen gemeinsam kommt man auch noch in Kontakt und Austausch.

Gemeinsam mit dem Nachbarschaftstreff und Nachbarn und Nachbarinnen spazieren wir in der Umgebung und bewegen uns an frischer Luft.

Schließen Sie sich an und kommen dabei ins Gespräch. (nicht bei strömendem Regen und Gewitter)

Treffpunkt nahe den Toiletten im Weissenseepark – ohne Anmeldung.

Jeden Donnerstag ab 10 Uhr, 5./12./ 19.5.2022 (am 26.5. ist Feiertag)

Offene Probe Akkordeon

Lauschen Sie den Klängen des Akkordeons.
Unsere 10-Personen-Akkordeongruppe lädt Sie ein, das gemeinsame Akkordeonspiel mitzuerleben. Lehnen Sie sich zurück und genießen Sie.

Montag, 23.5.2022, 19 – 20 Uhr



Gemeinsam kreativ sein

Wir probieren uns aus im Malen, Zeichnen, Gestalten und Handwerken mit unterschiedlichen Materialien und verschiedenen Techniken.
Es sind keine Vorerfahrungen nötig.

Dienstag, (14-tägig), 3./17.5.2022, 10 – 12 Uhr

Ein Deutschkurs mit Kinderbetreuung



Frauen helfen Frauen ... Sprechen, Unterhalten und Informieren. Alle Frauen egal welchen Sprachniveaus sind herzlich willkommen!
Ohne Anmeldung.

donnerstags, 9 – 11 Uhr, 5./12./ 19.5.2022 (26.5. ist Feiertag)

Viertelgeschichten: Giesing, lasst uns miteinander reden!

- offene Gesprächsrunde für Menschen über 65 Jahren mit Marcia Rebay:

Eine junge Giesingerin ist auf der Suche nach Giesinger*innen ab 65 Jahren, um sich über Lebens-, Alltags- und Viertelgeschichten auszutauschen. Jede Lebensgeschichte ist erzählenswert – auch Ihre! Kommen Sie vorbei und teilen Sie Ihre Erfahrungen!

dienstags (vierzehntägig), 10 – 12 Uhr, 10./24.5.2022

Begleitung im 1. Lebensjahr



Im Kurs erleben Kinder eine vorbereitete Umgebung, die zum selbständigen Experimentieren, Spielen und Entdecken einlädt. Der Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern unterstützt bei Fragen in der Baby- und Kleinkindzeit.
Lieder und Reime strukturieren die gemeinsame Zeit.

donnerstags, 10 – 11.15 Uhr und 11.15 – 12.30 Uhr, 5./12./19.5.2022

Weitere Infos und Anmeldungen: yvonne.mackrothtanzer@web.de oder 0172-8105550

3. Weltfrauenkonferenz Frauengruppe Courage

Austausch und Festigung von Frauenthemen sowie Vorbereitungstreffen, Thema: Tunis-wir kommen - die 3. Weltfrauenkonferenz wird eine Frauen-Friedenskonferenz
Samstag, 7.5.2022, 18 – 21 Uhr, Sonntag 22.5.2022, 18 – 21 Uhr

Gemeinsam kochen, essen und reden auf der Pöllat.insel



Zusammen essen ist schöner!

Ein gemeinsames Angebot vom Nachbarschafts-treff Giesing und dem Familien-treffpunkt Giesing
Lernen Sie bei unserem offenen Essen-angebot Ihre Nachbarn kennen. Kommen Sie zum Kochen und Vorbereiten oder nur zum Essen.

**mittwochs, 4./ 11./ 18./ 25.5.2022 ab 16.30 Uhr
wird gekocht, ab 18 Uhr gibt es Essen.**

Eingang Familien-treffpunkt

Um eine Spende für den Einkauf der Lebensmittel wird gebeten.

Tag der Nachbarn und Nachbarinnen

Endlich wieder feiern. Wir öffnen die Türen und laden Sie ein, an einem Lastenradparcours teilzunehmen, Auftritte und Beiträge aus unseren Gruppen kennenzulernen, internationale Speisen zu probieren und bei Musik und Gespräch einfach zusammen ein bisschen zu feiern. Gerne können Sie für das Buffet eine Speise mitbringen. – ohne Anmeldung, kommen Sie einfach dazu.

Freitag, 20.5.22, ab 17 Uhr

Bollywood Dance für Frauen

Tanzen im Bollywood-Stil. Unterricht mit Vashvi Thaker in **englischer** Sprache!

Anmeldung über vashvi.thaker@gmail.com

donnerstags, 17.45 - 19 Uhr, 5./12./19.5.2022

Indian classical dance for kids

Klassischer Tanz in Indien ist beliebt und macht Spaß.

Unterricht mit Vashvi Thaker in **englischer** Sprache für Kinder ab 5 Jahren. **Anmeldung** über vashvi.thaker@gmail.com

freitags, 16 - 17 Uhr, 6./13./20.27.5.2022



Treff für Alt- und Neumünchener (m, w, d)

Neu in München? Hier der Anschluss für ALLE

Aktivitäten Dschungel? Gleichgesinnte? Städte Entdecker?

Alle sind willkommen und dürfen ihre Fragen (z.B. zum

Bildungssystem/Studium/Unterkunft) ohne Hemmungen stellen. Außerdem ist das wohle Beisammensein unser Ziel, was uns alle verbindet. Auch erfahrene MünchnerInnen werden gern gesehen.

Zusätzlich fungiert unser Treffen auch als Sprachtandem, was als eine positive Nebenwirkung angesehen werden darf.

jeden 2. Samstag im Monat: 14.15.22. ab 17.00 Uhr



Mobbingpräventionskurs

"Mental starke Kids" für Kinder 5 & 6 Jahre

Ich weiß wie ich mich in Konfliktsituationen verhalten kann & wie ich richtig Hilfe hole

Kids lernen in den 4 Kurs-Einheiten MENTAL STARK zu sein, MOBBING VORZUBEUGEN und WENIGER ÜBLER STRESS im Leben zu haben. Sie lernen, sich selbst zu erleben, sich innerlich zu stärken und Gefahren und Konflikte zu erkennen

und zu lösen. Zudem erhalten Eltern in der Online Infoveranstaltung Werkzeuge, die sie ebenfalls in ihrem Alltag anwenden können.

Samstag, 14.5., 14 - 16 Uhr/ Sonntag 15.5., 10.30 - 12.30 Uhr

Info und Anmeldung: nio.neumann@hotmail.de

Buchverleih

Wenn Sie Lust auf Bücher haben, aber all Ihre zu Hause schon gelesen haben und kein weiteres parat haben, dann kommen Sie zu uns in den Nachbarschaftstreff. Nette Nachbarn haben in den letzten Wochen wahre Schätze verschiedener Kategorien



zusammengetragen. Sie können die Bücher bis zu vier Wochen ausleihen, im Treff lesen, oder mit netten Leuten darüber plaudern.

freitags, 14 – 17 Uhr, 6./13./20.27.5.2022 oder nach Vereinbarung

Kaffeekränzchen mit Nachbarn

Was gibt es also Schöneres, als seine freie Zeit mit einer leckeren Tasse Kaffee, einem Stückchen Kuchen mit netten Nachbarn sowie dem aktuellen Klatsch und Tratsch der Welt zu verbringen? Kommen Sie einfach rein...

freitags, 15 – 17 Uhr, 6./13./20.27.5.2022

Ohne Anmeldung / Unkostenbeitrag 2€. Es gilt 2G.

Singen macht glücklich, Miteinander singen noch glücklicher.

Der Nachbarschaftschor DIE GIA-SINGER

Wir singen von Barock, Klassik über Jazz, Chansons, Gospel bis Pop alles was uns gefällt, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Informationen bei der Chorleitung Kathrin Feldmann über feldmannkathrin@hotmail.com, Honorar: 10,- Euro pro Probe.

donnerstags (14-tägig), 18 – 19.30 Uhr, 12./26.5.2022

Treffen für Wollsuchtige

Wir treffen uns regelmäßig, weil stricken, häkeln und spinnen gemeinsam einfach mehr Spaß macht und wir uns gegenseitig helfen können. Bei einem lustigen Gespräch kommt das eigene Projekt so nebenbei voran. **Infos:** karin@zimtwolle.de oder 0179/5103559. **Donnerstag, 19.5.2022, 19 – 21.30 Uhr**

Schafkopfgruppe: Für Anfänger und Anfängerinnen und Spielbegeisterte

Hier treffen sich diejenigen, die Schafkopfen lernen wollen und Spielbegeisterte, denen es nicht „auf's Zocken“ ankommt, sondern der Spaß am Spiel und an der Gemeinschaft haben.

Information und Anmeldung über Gerhard Möhner über Heil-kreis@web.de oder im Nachbarschaftstreff unter 089/904214860.

Donnerstag, 12.5.2022, 19.30 – 21.30 Uhr



Kindertreff

Schluss mit Langeweile am Wochenende. Komm zum Kindertreff am Samstag im Nachbarschaftstreff Giesing. Gemeinsam mit anderen Kindern zwischen 6 und 10 Jahren kannst du Basteln, Spielen und mehr. Die Teilnahme ist begrenzt drum bitte Anmelden im Nachbarschaftstreff nicht vergessen...

Samstag, 14.05.2022, 13.30 – 16.30 Uhr

Mein Nähtreff

Du hast eine eigene Nähmaschine, nährst aber lieber in geselliger Runde als allein? Hier nährt jeder an seinem eigenen Projekt und an seiner eigenen Nähmaschine (auf Anfrage steht eine Maschine zum Ausleihen bereit). Dabei stehen wir uns mit Rat zur richtigen Naht und sonstigen Ideen zur Seite und verleben bei Kaffee/Tee und Kuchen einen vergnüglichen kreativen Nachmittag. Egal, ob mit Flickwäsche, Schneidern eines Kleides oder einer aufwendig genähten Patchworkdecke.

Infos unter dein.naehrtreff@gmail.com

Samstag, 7.5.2022, 14 – 18 Uhr

Sing mal wieder!“

Alle, die gerne singen oder wieder damit beginnen wollen sind herzlich willkommen in dieser Runde. Nach einem Stimm- und Körperwarm-up singen und lernen wir einen bunten Mix von Liedern und Kanons aus aller Welt, die leicht ins Ohr gehen.

montags 14-tägig, 18.30 – 20 Uhr, 2./16./30.5.2022

Es ist keine Vorerfahrung nötig / 8€ pro Treffen

Anmeldung bei der Steffi Weizenbeck unter 015788722745 oder stefanie.weizenbeck@gmx.de

Offenes russischsprachiges Treffen

mit Kaffee und netten Gesprächen oder Spielen. Essen gerne mitbringen zum Teilen oder für sich oder über Lieferdienst später zusammen bestellen.

Открытая русскоязычная встреча по воскресеньям. Кофе, беседы, философия, игры. Можно принести еду поделиться или для себя или позже заказать вместе доставку

Sonntags, 10.30 – 13.30 Uhr/ 1./15./ 29.5.2022

Internationale Frauengruppe „Tee trinken – Deutsch reden“

In gemütlicher Runde sitzen und bei Tee sprechen und Deutsch üben, ganz ungezwungen und locker.

Dienstag, 17.5.2022 18.00 bis 20.00 Uhr

Äthiopische Gruppe

Lernen Sie die äthiopische Kultur und Essen kennen! Um eine kleine Spende für die Speisen wird gebeten

Samstag, 7.5.2022, ab 18.30 Uhr



Offener Spieltreff am Abend

Mal wieder Lust auf ein Spiel? Der offene Spieltreff gibt die Möglichkeit in angenehmer Atmosphäre & fröhlicher Runde Brett-, karten-, und Gesellschaftsspiele zu spielen und vielleicht mal ein neues Spiel kennenzulernen.

Kommen Sie einfach rein und spielen Sie mit. Gern können Sie Spiele mitbringen. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Lebenshilfe München e.V. statt-

Freitag, 20.5.2022, ab 19 Uhr

Teilnehmer-Beitrag: 5,00 € (inkl. ein Getränk)

Es gibt weitere Getränke und kleine Süßigkeiten zu kaufen.

Weitere Infos: Michael Ruoff, Tel. 089 – 693 47 142 oder 0151 – 5731 5749

www.lebenshilfe-muenchen.de/reisen-und-freizeit/freizeit-aktiv-gestalten-mit-der-oba

Trommelworkshop

Tauchen Sie ein in die Welt der Rhythmen. Unser Musiker Marcel Weißhäuptl nimmt Sie auf eine Trommelreise.

Eingeladen sind alle ob mit und ohne Erfahrungen beim Trommeln und egal wie alt. Die Plätze sind begrenzt, daher bitte anmelden im Nachbarschaftstreff.

Montag, 23.5.2022, 16 – 17.30 Uhr

Sambratzel Band

Percussion-Instrumente Unterricht im Nachbarschaftstreff Giesing. Üben Sie eine körperliche Aktivität aus und haben Sie Spaß.

dienstags ab 17:30 Uhr/3./10. /17./24./31.5.2022

Offener Abend für alle im Nachbarschaftstreff: Grillabend

gemütlich zusammen sein – über alles Mögliche ratschen
Interessantes erfahren – nette Menschen treffen
zusammen kochen und gut essen -- Neuigkeiten austauschen
lecker miteinander grillen – gemeinsam Spiele spielen
Kinofilme anschauen

Freitag, 13.5.2022, 17.30 – 19.30 Uhr (jeden Monat in Zusammenarbeit mit Regens Wagner und der Lebenshilfe München)

Bitte melden Sie sich an: OBA Lebenshilfe München, Tel. 089 / 693 47 141 oder oba@lebenshilfe-muenchen.de

Vermittlung von Schlagzeug und Gitarrenunterricht:

Die Musiker, die bei uns in den Räumen proben bieten auch Musikworkshops und Unterricht an.



Sophia (Gitarre, Trommel, Schlagzeug, musikalische Früherziehung)

Marcel Weißhäuptl (Schlagzeug, Trommeln)



Inspiration z.B. auch auf Instagram: <https://www.instagram.com/drummermarcel/>

Nachbarschaftshilfe

gemeinsames Erleben - ins Gespräch kommen - für einander da sein

Durch gegenseitiges Geben und Nehmen können längerfristige Beziehungen, sogar Freundschaften entstehen.



Es ist ein Service, der auf Gegenseitigkeit beruht: Die Ehrenamtlichen schenken Ihnen Ihre Zeit und geben Beistand. Umgekehrt zeigen Sie sich erkenntlich bei ihrer/m Ehrenamtlichen. z.B. die Kinder des Ehrenamtlichen betreuen, einen Kuchen backen oder die Wohnung oder das Haustier zu hüten.

Sie brauchen Unterstützung? z.B. Einkaufen, kleinen Hilfen im Haushalt, Begleitung zu Ärzten + Ämtern, Spaziergängen, Ausfahrten mit dem Rollstuhl, Anträgen. Die Nachbarschaftshilfe

vermittelt Ihnen eine verantwortungsvolle Person für diese Aufgaben.

Sie wollen sich ehrenamtlich engagieren?... weil Sie gerne mit anderen zusammen sind und sich für ihre Mitmenschen interessieren, weil Sie gerne in schweren Zeiten helfen oder auch weil Sie etwas Zeit haben und neue Erfahrungen machen möchten? Sie können sich die Personen, die Sie unterstützen möchten, nach Ihren Vorstellungen aussuchen.

Ansprechpartnerin: Micha Rabeneck

Musikübungsräume zu vergeben



Uns stehen im Untergeschoss zwei Musikübungsräume zur Verfügung, die für Bandproben, Musikprojekte und Workshops, privates Üben und Instrumentalkurse genutzt werden können.

Es gibt dazu eine technische Grundausstattung sowie ein E-Piano und ein Schlagzeug. Alle sonstigen Instrumente werden von den Nutzern selbst mitgebracht.

Ihr starker Nachbar ... das Lastenrad zum Leihen

Sind Ihnen regelmäßig die Einkäufe zu schwer? Möchten Sie eine Nachbarin bei einer Abholung unterstützen und haben kein Auto? Wäre es nicht schön, am Wochenende mit den Kindern auf dem Rad ins Grüne zu fahren und viel Gepäck mitzunehmen?

- Gegen eine Gebühr können Sie das Lastenrad für eigene Zwecke ausleihen (wer uns bei der Lastenrad-Ausleihe unterstützt fährt kostenfrei). Preise erfragen Sie im Treff.
- Es sind unterschiedliche Zeitfenster für den Verleih möglich z.B. 4 Stunden, ganzer Tag, Wochenende etc.
- Das Lastenrad hat einen Elektromotor und ist einfach in der Bedienung. Sie erhalten vorher eine Einweisung.
- Für die Nutzung müssen Sie uns einmalig Ihre private Haftpflichtversicherung vorlegen und eine Kaution hinterlegen.



Bezirksausschuss des Stadtbezirkes 17
Obergiesing / Fasangarten



gefördert von der
Landeshauptstadt
München
Sozialreferat