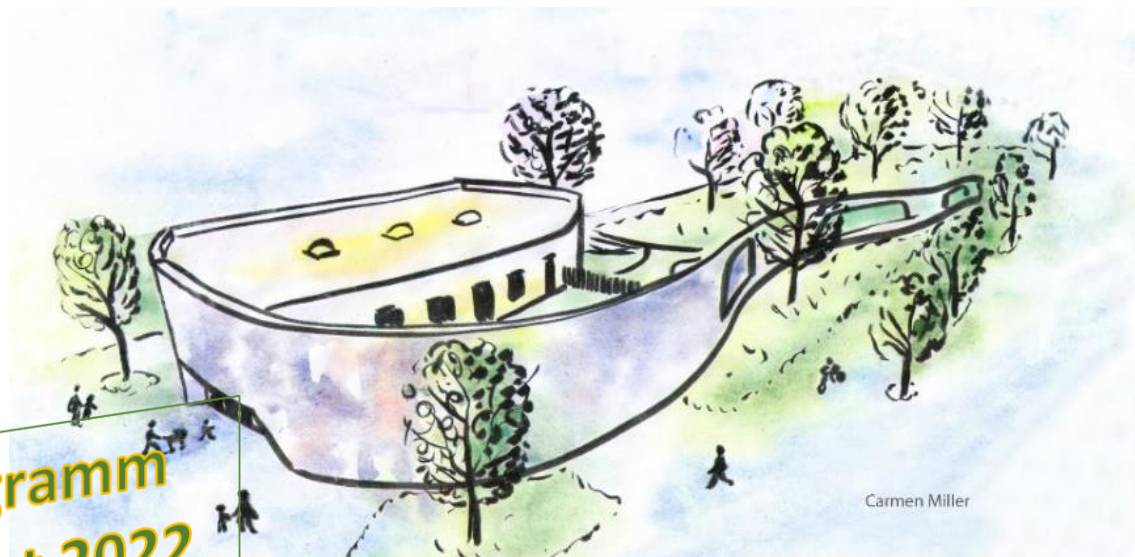


Nachbarschaftstreff Giesing



**Programm
August 2022**

**Neuschwansteinplatz 12,
81549 München
Telefon: 089 / 904 214 860
eMail: NTGiesing@QuarterM.de
Website: www.nt-giesing.de**

Der Treff ist offen und
das Büro besetzt

Montag 17.30 – 19.30 Uhr
Dienstag 12 – 15 Uhr
Donnerstag 12 – 15 Uhr
Freitag 10 – 13 Uhr

Telefonsprechzeiten:
Dienstag 10 – 12 Uhr

Bitte nutzen Sie unseren Anrufbeantworter,
wenn wir für Sie im Stadtteil oder in den
Räumen unterwegs sind.



IM AUGUST: ganz besonders



STARK wie ein Löwe – Mobbingprävention für Grundschüler + Spiel & Bewegung

Selbstbehauptungstraining für Grundschüler (6-11 Jahre) nach dem „STARK auch ohne Muckis“- Konzept. Was lernen die Kids? Umgang mit Mobbing, Streit und Konflikten. Wie schaffe ich es ruhig und entspannt zu bleiben, wie werde ich innerlich stark. Kombiniert mit Spiel & Bewegung für ein gesundes und starkes Körperbewusstsein.

Di., Mi., Do. von 9-12 Uhr /

Termine: 23.08. – 25.08. oder 30.08. – 01.09. / Kosten: 75 €
(45 € Geschwister)

Infos/Anmeldung: iriet@iriet.de / www.iriet.de/TRAININGS



Geschichten unter freiem Himmel!

Montag 15.30 bis 16.30 Uhr

Vorleseorte
Familientreffpunkt
Pöllatstraße 15
81539 München

(Termine: 25.7.22, 01.08.22, 08.08.22)

Nachbarschaftstreff Giesing
Neuschwansteinplatz 12
81549 München

(Termine: 22.08.22, 29.08.22, 05.09.22)

Die Lesefüchse lesen lustige und spannende Geschichten vor.
Für Kinder von 4 bis 8 Jahren.
Kostenfrei! Ohne Anmeldung!



Ferienprogramm auf der Pöllatinsel

Wie wäre es, den Zaun um den Nachbarschaftstreff zu verschönern? Gemeinsam mit anderen Kindern kannst du an der Malaktion, mit anschließendem Pizza backen teilnehmen.

Melde dich gerne an oder komm spontan vorbei!

Donnerstag, 18.08.2022 11:30-15:30 Uhr

Kreatives Tontopf - Upcycling

Haben Sie Lust Ihren Garten, Balkon oder Ihre Wohnung zu verschönern? Wir bemalen und bepflanzen Tontöpfe im Park. Für Materialien ist gesorgt, gerne können Sie auch einen eigenen Topf mitbringen. Außerdem beschäftigen wir uns mit der Frage, wie wir im Alltag mehr auf unsere Umwelt achten können.

Donnerstag, 11.08.2022

18:30-20 Uhr im Weißenseepark

(Treffpunkt: nahe den Toiletten im Weißenseepark)

Yoga im Park

Wir starten gemeinsam mit einer Runde Outdoor-Yoga in den Tag. Jede*r ist willkommen, egal ob Anfänger*in oder fortgeschritten, wir üben zusammen.

freitags, 12.08., 19.08., 26.08.2022 9 Uhr im Weißenseepark (Treffpunkt: nahe den Toiletten im Weißenseepark)

Offenes Courage-Treffen

mit gemeinsamer Brotzeit und dem Schwerpunktthema:

Hiroshima - Atombombenabwurf vor 77 Jahren mahnt: Verbot und Vernichtung aller ABC-Waffen weltweit

am Freitag, 5.8. ab 17.30

Offenes Courage-Treffen

mit gemeinsamer Brotzeit und dem Schwerpunktthema:

Tunis wir kommen - tunesischer Frauentag am 13.8.

Informationen und Austausch über die Situation in Tunesien

konkrete Reisevorbereitung der Münchner Teilnehmerinnen an der 3.

Weltfrauenkonferenz vom 3.-10.September

am Freitag, 12.8. ab 17.30

Regelmäßige offene Gruppen

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 Vereinbarung

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 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.

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.

dienstags:

Beratung von Geflüchteten aus der Ukraine

Speziell und ausschließlich für Geflüchtete oder deren Gastfamilien aus dem privaten Bereich.

Beraten werden Alltagsthemen und Hilfestellung bei Anträgen.

Dienstag 14-tätig, 2.8 /16.8./30.8.22, 13.30 – 15 Uhr

Viertelgeschichten: Giesing, lasst uns miteinander reden!

- offene Gesprächsrunde für Menschen über 65 Jahren:

Eine junge Giesingerin ist auf der Suche nach Giesinger*innen und ihren Lebens-, Alltags- und Viertelgeschichten. Jede Lebensgeschichte ist erzählenswert – auch Ihre!

dienstags ab 10 Uhr, bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Formular-Service:

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

dienstags ab 16 Uhr, 2.8.22

Sambratzel Band

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

dienstags 16 - 17.30 Uhr, 2./30.8.22

mittwochs:

Gemeinsam kochen, essen und reden auf der Pöllatinsel

Zusammen essen ist schöner!



Lernen Sie bei unserem offenen Essenangebot Ihre Nachbarn kennen. Kommen Sie zum Kochen und Vorbereiten oder nur zum Essen.

mittwochs, 3./ 10./

17./24/31.8.2022 ab 17 Uhr wird gekocht, 18 Uhr gibt es Essen für alle.

Um eine **Spende von 2-3 €** für den Einkauf der Lebensmittel wird gebeten.

donnerstags:

Gemeinsam Spaziergehen

Gemeinsam mit dem Nachbarschaftstreff und Nachbarn und Nachbarinnen spazieren wir in der Umgebung und bewegen uns an frischer Luft. Treffpunkt nahe den Toiletten im Weißenseepark – ohne Anmeldung.

jeden Donnerstag ab 10 Uhr, 4./11./18./25.8.22

Computer- und Handysprechstunde

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, 18./25.8.22

Gesangunterricht – Stimm- und Atemtechnik – Eigene Songs komponieren –

mit Klavierbegleitung von erfahrener Sängerin und Pianistin, Musik- und Stimmtherapie. Gesprächstherapie. Beratung in Krisenzeiten. Mehr Informationen unter www.cantharsis.de

Kathrin Feldmann: Heilpraktikerin für Psychotherapie

Schafkopfgruppe: Für Anfänger*innen & Spielbegeisterte

Hier treffen sich diejenigen, die Schafkopfen lernen wollen und Spielbegeisterte, denen es nicht „auf's Zocken“ ankommt.

Infos/ Anmeldung über Heil-kreis@web.de

Jeden 2. Donnerstag im Monat, 19 – 21.30 Uhr, 11.8.22

freitags:

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...

15 – 17 Uhr, 5./12./19./26.8.22

Ohne Anmeldung / **Unkostenbeitrag 2€**



Buchverleih

Sie mögen Bücher und Geschichten. Wir haben eine kleine Nachbarschaftsbibliothek, sie können die Bücher ausleihen, im Treff lesen, oder mit anderen darüber plaudern.

14 – 17 Uhr, 5./12./19./26.8.22 oder nach Vereinbarung



samstags:

Äthiopische Gruppe

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

1. Samstag im Monat, 6.8.22, ab 18.30 Uhr



Mein Nähtreff

Hier näht 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 etc. zur Seite. Bei Kaffee/Tee und Kuchen haben wir einen vergnüglichen kreativen Nachmittag. Infos unter dein.naehtreff@gmail.com

6.8.22, 14 – 18 Uhr

sonntags:

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 (14-tägig), 10 – 14.30 Uhr, 7./21.8.22

zeitlich flexibel

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**

(Schlagzeug, Trommel) Instagram: <https://www.instagram.com/drummermarcel/>

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.





Gegen eine Spende können Sie das Lastenrad für eigene Zwecke ausleihen. 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 Kautions hinterlegen.

gefördert von der
 Landeshauptstadt
 München
 Sozialreferat
 Bezirksausschuss des Stadtbezirkes 17 __
 Obergiesing / Fasangarten

Nachbarschaftshilfe

gemeinsames Erleben - ins Gespräch kommen – für einander da sein

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 /

Kontakt: nachbarschaftshilfe-o-giesing@gmx.de

Sprechzeiten: Dienstag, 10 – 11 Uhr und nach Vereinbarung