

im neuen Jahr wird im Feierwerk Nachbarschaftstreff wieder einiges von Nachbar*innen für Nachbar*innen geboten.

Neu an den Start geht der vegane Mitbring-Brunch – wir bieten eine entspannte Auszeit mit euren selbst mitgebrachten Lieblingsgerichten – und es wird eine Wiederaufnahme des Weißwurstfrühstücks geben.

Für nähere Informationen kommt einfach vorbei oder ruft uns an.

Wir freuen uns auf euer Kommen!

Alexandra Menzel
und das Feierwerk
Nachbarschaftstreff-Team



Alexandra Menzel
Treffleitung



Marianne Fronhofer
Raumverwaltung



WEISSWURSTFRÜHSTÜCK

Einmal im Monat, mittwochs,
10:00 - 11:30 Uhr:
08.01., 05.02., 05.03.

Alle Nachbar*innen sind herzlich zum gemeinsamen Weißwurstfrühstück eingeladen.

Meldet euch bitte eine Woche im Voraus an per Telefon unter 089-46138700 oder per E-Mail an nachbarschaftstreff@feierwerk.de

Kosten:

4 Euro (2 Weißwürste, 1 Breze)



VEGANER MITBRING-BRUNCH

Einmal im Monat, sonntags,
10:00 - 13:00 Uhr:
19.01., 23.02., 09.03., 27.04.

Bring dein Lieblingsgericht mit und gönne dir eine entspannte Auszeit.

Anmeldung erforderlich bei:
miriamrossmanith@gmail.com
(Plätze sind begrenzt)

Persönliche Sprechzeiten:

Dienstags, 13:30 - 17:30 Uhr
und freitags, 10:30 - 14:30 Uhr

Telefonische Sprechzeiten:

Montags, 13:30 - 17:30 Uhr
Tel. 089/46138700 | Mobil 0151/65477960

Aktuelle Informationen über die Gruppen, Projekte und Themen findet ihr in unserem gedruckten Programm, auf unserer Website nachbarschaftstreff.feierwerk.de und auf den Aushängen im Treff.

Auf unserer Website könnt ihr euch für unseren regelmäßigen Newsletter anmelden.

unterhalten sich
trinken Kaffee
reparieren
Beratung
basteln Familie
gemeinsam

UNSERE REGELMÄSSIGEN ANGEBOTE



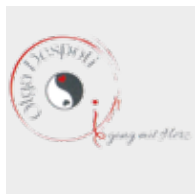
GEDÄCHTNISPIELE

mit Frau Finger
Montags, 14:00 - 15:00 Uhr
Wir bringen in der Gruppe unsere grauen Zellen spielerisch in Schwung.

max. 8 Teilnehmende

Teilnahmegebühr:

8 Euro pro Termin



QIGONG

mit Olga Despoti
Montags, 16:15 - 17:30 Uhr
(außer in den Schulferien und an Feiertagen)

QiGong kommt ursprünglich aus der chinesischen Medizin und setzt sich zusammen aus meditativen Bewegungen, Atemübungen und Vorstellungskraft.

Eine Schnupperstunde ist möglich.

Mehr Infos unter
www.qigong-mit-herz.de

Teilnahmegebühr:

12 Euro pro Einheit



LITERATURKREIS am Montag

Einmal im Monat, montags,
ab 18:00 Uhr: 13.01., 10.02., 10.03.,
07.04.

Wir, 4 lesebegeisterte Nachbar*innen, haben einen Literaturkreis gegründet. Im Vordergrund steht dabei der Austausch von unterschiedlichen und möglicherweise kontroversen Lektüreindrücken.

Wenn ihr Interesse habt, teilzunehmen, meldet euch bitte bei Claudia Klüppelberg per E-Mail: cklu@ma.tum.de

Die Buchtitel geben wir im Treff und auf unserer Website bekannt.

max. 6 Teilnehmende

Teilnahme kostenfrei



INTERNATIONALES LIEDERSINGEN – KLINGENDE BRÜCKE MÜNCHEN

Dienstags, 18:00 - 20:00 Uhr:
28.01., 25.02., 25.03., 29.04.

Margarete Löwensprung lädt zum gemeinsamen Singen ein. In lockerer Atmosphäre singen wir überlieferte Lieder in europäischen Sprachen. Das Angebot ist für Jugendliche und Erwachsene jeden Alters, die Freude an Liedern und Sprachen haben.

Anmeldung und mehr Informationen bei Margarete Löwensprung:
0151/11711333

Teilnahme kostenfrei

besprechen
treffen sich diskutieren
Gruppen informieren sich

UNSERE REGELMÄSSIGEN ANGEBOTE



STRICKEN & MORE

mit Marianne

Dienstags, 19:00 - 21:00 Uhr:
07.01., 21.01., 04.02., 18.02., 04.03.,
18.03., 01.04., 15.04. sowie
donnerstags, 10:00 - 12:30 Uhr:
09.01., 23.01., 13.02., 27.02., 13.03.,
27.03., 10.04., 24.04.

Im offenen Kreativtreff lädt Marianne Interessierte jeden Alters dazu ein, in lockerer Atmosphäre gemeinsam zu stricken, zu nähen, zu filzen, zu flicken und zu häkeln sowie Kenntnisse und Ideen auszutauschen.

Teilnahme kostenfrei



LITERATURKREIS am Mittwoch

mit Frau Schneider

Alle zwei Monate, mittwochs,
ab 19:30 Uhr: 22.02., 26.03.

Interessierte können sich bei Frau Schneider (dba.schneider@web.de) oder im Treff informieren.

max. 10 Teilnehmende

Teilnahme kostenfrei



NACHBARSCHAFTS-CAFÉ

Mittwochs, 14:00 - 17:00 Uhr &
donnerstags, 15:00 - 18:00 Uhr

Treffpunkt für alle Nachbar*innen, um sich in entspannter Atmosphäre kennenzulernen.



SKAT

Regelmäßig montags,
ab 19:00 Uhr: 20.01., 03.02., 17.02.,
03.03., 17.03., 31.03., 14.04., 28.04.

Die Gruppe trifft sich regelmäßig zum Skat spielen. Falls ihr Interesse habt, meldet euch gerne per Mail bei Claudia: cklu@ma.tum.de

max. 12 Teilnehmende

Teilnahme kostenfrei



MUSIKANTENTREFFEN – KLINGENDE BRÜCKE MÜNCHEN Folkmusik und Lieder aus ganz Europa, Nord- und Südamerika, Australien

Einmal im Monat, freitags,
18:00 - 21:00 Uhr: 17.01., 24.01., 14.02.,
21.02., 14.03., 21.03., 11.04.

Wir begleiten Lieder in allen europäischen Sprachen mit Musikinstrumenten. Wenn du ein Instrument spielst und Lust hast, dein Können in einer Gruppe auszuprobieren, bist du herzlich willkommen. Bitte melde dich vorab an.

Anmeldung und mehr Informationen bei Margarete Löwensprung:
0151/11711333

Teilnahme kostenfrei

UNSERE REGELMÄSSIGEN ANGEBOTE



TÜRKISCHE FRAUENGRUPPE

Einmal im Monat, freitags,
ab 18:00 Uhr:
10.01., 07.02., 07.03., 04.04.

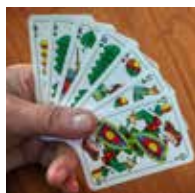
Unsere Gruppe besteht aus türkischen Nachbarinnen, die zusammen essen und trinken. Dabei ist uns wichtig, zusammen zu sein und Spaß durch Unterhaltungen und Austausch zu haben.



SONNTAGS-CAFÉ

Sonntags, 14:00 - 17:00 Uhr

In geselliger Runde bei entspannter Atmosphäre ist es möglich, Nachbar*innen kennenzulernen und zu ratschen. Jede/r versorgt sich selbst, bringt mit, was ihr/ihm beliebt.



MÄNNERABEND

Einmal im Monat, sonntags,
ab 19:00 Uhr:
12.01., 09.02., 09.03., 06.04.

Einmal im Monat treffen wir uns sonntagabends für Unterhaltung, Spaß, Kaffee und Gemeinschaftsspiele.

Teilnahme kostenfrei



YOGA FÜR SENIOR*INNEN

mit Alexandra Menzel

Dienstags, 10:30 - 11:30 Uhr
(außer an Feiertagen)

Wir machen einfache Übungen zur Stärkung der Rücken- und Nackenmuskulatur, verbessern die Körperbalance durch Gleichgewichtsübungen und bauen Stress durch das Erlernen neuer Atemtechniken ab.

Einstieg jederzeit möglich, keine regelmäßige Teilnahme erforderlich.

Für Anfänger*innen, Fortgeschrittene oder Menschen mit körperlichen Einschränkungen geeignet.

Teilnahme kostenfrei



PROGRAMM-SPECIALS



KINO-NACHMITTAG „FILM AB“

Einmal im Monat, donnerstags,
17:00 - 19:00 Uhr:
09.01., 06.02., 20.03., 10.04.

Eintritt frei

Bei frischem Popcorn und Knabbe-
reien laden wir zu einem gemeinsa-
men Filmvergnügen ein. Information
zum Film gibt es per Telefon unter
089/46138700 oder per E-Mail an
nachbarschaftstreff@feierwerk.de



TANZSAMSTAGE

Samstags, 15:00 - 17:00 Uhr:
18.01., 15.02., 15.03.

Einfache Folkloretänze und
Tanzlieder zum Mitsingen.

Anmeldung erforderlich bei
info@klingendebruecke-muenchen.de
oder unter Tel. 0151/11711333



FASCHINGSFEIER

Donnerstag, 06.03., 15:00 - 18:00 Uhr

Eintritt frei

Helau und Alaaf – wir feiern die
fünfte Jahreszeit! Alle Nachbar*innen
sind herzlich eingeladen.

Anmeldung erforderlich per Telefon
unter 089/46138700 oder per E-Mail
an nachbarschaftstreff@feierwerk.de



ALLES RUND UM NATUR UND KRÄUTER mit Gaby

Teilnahme kostenfrei

Bitte meldet eure Teilnahme an unter
nachbarschaftstreff@feierwerk.de
Die Termine dauern ca. 2 - 3 Stunden.



Samstag, 11.01., 15:00 Uhr

Thema: **Räuchern - Fortsetzung**

Fortsetzung des im November 2024
begonnenen Zyklus (Einstieg jeder-
zeit möglich). Räuchern als Ritual -
in entspannter, gemütlicher Runde
warten neue Themen auf euch.

Kosten: 2 Euro



Samstag, 08.02., 15:00 Uhr

Thema: **Räuchern zur Lichtmess mit heimischen Kräutern und Harzen**

Wir feiern die länger werdenden
Tage bei einer schönen Räucherung
in entspannter Atmosphäre.

Kosten: 2 Euro

organisieren lachen ratschen
trinken Tee Austausch tun Bildung
knüpfen Kontakte erzählen kochen
Kultur machen Kurse stricken sind aktiv diskutieren

PROGRAMM-SPECIALS



Samstag, 01.03., 11:00 Uhr

Thema: **Jahreszeitenspaziergang im Winter**

Bei diesem Spaziergang der besonderen Art geht es um Wahrnehmung und Achtsamkeit.

Wir nehmen dabei die besondere Stimmung der Jahreszeit mit allen Sinnen wahr.



Samstag, 22.03., 10:00 Uhr

Thema: **Frühlingserwachen der Bäume**

Wir sind dabei, wenn die Bäume sprießen, entdecken Knospen und finden heraus, wie wir sie für uns nutzen und verwenden können.



Samstag, 05.04., 11:00 Uhr

Thema: **Bärlauch**

Wir sammeln Bärlauch in einem kleinen Waldstück in der Nähe des Biergartens „Waldheim“ und treffen uns anschließend im Biergarten für ein gemütliches Beisammensein. Bitte Brotzeit selbst mitbringen.



KLIMAINITIAIVE MÜNCHEN

Einmal im Monat, mittwochs,
18:30 - 20:30 Uhr:
15.01., 12.02., 12.03., 09.04.

Anmeldungen erforderlich unter
Elisabeth.Frank@leocor.org oder
auf der Website
<https://leocor.org/veranstaltungen>

Teilnahme kostenfrei

Die Klimatreffs der „Klimainitiative München“ sind eine Gelegenheit, um im Viertel zusammenzukommen und sich niederschwellig mit Klima- und Umweltthemen zu beschäftigen oder selbst die eine oder andere Verbesserung anzustoßen. Dabei sind wir offen für alle Menschen, denen diese Themen am Herzen liegen und freuen uns über Zuwachs.

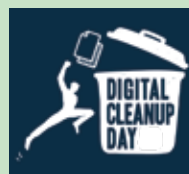


Foto:
digitalcleanupday.org

Mittwoch, 15.01., 18:30 - 20:30 Uhr

Thema: **„Digital Cleanup Party“**

Fühlst du dich manchmal auch so überwältigt von dem ganzen digitalen „Kram“? Warum sich nicht einfach treffen und den eigenen Rechner, die Cloud, das Handy vom Datenmüll befreien?

Komm zu uns, wir helfen dir dabei.



Mittwoch, 12.02., 18:30 - 20:30 Uhr

Thema: **Filmabend
„Aus Liebe zum Überleben“**

Regisseur Bertram Verhaag nimmt uns mit auf eine Reise zu 8 Bäuerinnen und Bauern, die mutig genug waren, die konventionelle Landwirtschaft hinter sich zu lassen. Freut euch auf einen berührenden, Mut machenden Abend, der zeigt, was möglich ist, wenn wir Natur nicht als Gegenspieler begreifen.



Foto: Adobe Stock,
Syuzann q

Mittwoch, 12.03., 18:30 - 20:30 Uhr

Thema: **„Speed Kleidertauschparty“**

Ihr habt ein paar Klamotten im Schrank, die sich über neue Besitzer*innen freuen würden? Ihr habt selber Lust auf was Neues, aber nicht darauf, Temu und Co. Geld in den Rachen zu werfen? Dann los, bringt maximal 10 Kleidungsstücke mit und macht euch ans Tauschen!

Wir geben
Tipps und
beantworten
gemeinsam
mit einem
Mediziner
Fragen.

Mittwoch, 09.04., 18:30 - 20:30 Uhr

Thema: **„Hitze und Gesundheit –
Folgen und Vorkehrungen“**

Die steigenden Temperaturen im Zuge der zunehmenden Erderhitzung mögen an manchen Tagen für Wohlbefinden sorgen. Jedoch unter bestimmten Umständen, und vor allem für ältere Menschen, stellen sie ein großes Gesundheitsrisiko dar.

Der Treff lebt davon, dass Menschen ihre **Ideen** und **Tatkraft einbringen** und so ihr eigenes Viertel **aktiv mitgestalten**.

Es gibt ganz unterschiedliche Möglichkeiten, sich zu beteiligen: von **spontaner Unterstützung** bis hin zu einem **regelmäßigen Angebot**. Durch **Teilnahme** an einer Gruppe, dem Einbringen einer Idee bis hin zur Realisierung eines **eigenen Projektes**.

- Ihr wollt eine **eigene Gruppe** starten, in der ihr eure **Interessen teilen**, neue **Menschen kennenlernen**, gemeinsam **Spaß** haben und voneinander lernen könnt, wie z.B. Eltern-Kind-Gruppen, Spiele- und Kreativtreffen oder internationale Frühstückstreffen?
- Ihr wollt **Unterstützung** und Hilfestellung in der Nachbarschaft wie Sprach-Tandems, Hausaufgabenbetreuung oder Technikhilfe **anbieten**?
- Ihr sucht **Räumlichkeiten** oder eine **Plattform** für eigene **Projekte** wie Foodsharing?
- Ihr wollt euch bei **Stadtteilthemen, Festen, Aktionen** oder **Projekten** organisatorisch **beteiligen**?

Dann **meldet** euch **bei uns** – wir beraten euch über die Möglichkeiten. Die **Häufigkeit** und **Dauer** eures Engagements **bestimmt** ihr natürlich **selbst**.

HIER FINDEN SIE UNS:



FEIERWERK NACHBARSCHAFTSTREFF

Badgasteiner Straße 5 | 81373 München
Tel. 089/46138700 | Mobil 0151/65477960
nachbarschaftstreff@feierwerk.de
nachbarschaftstreff.feierwerk.de



Öffentliche Anfahrt:
U6 / Bus 54 Partnachplatz
Busse 130, 134 Ortlerstraße
Bus 63 Hinterbärenbadstraße

gefördert von der
Landeshauptstadt München



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat