

PROGRAMM
APRIL – JULI 2024

A word cloud on a green background. The central words are 'Nachbarn' and 'gemeinsam' in large white font. Surrounding them are various activities and social concepts in smaller purple and yellow fonts, including: 'besprechen', 'treffen sich', 'diskutieren', 'informieren sich', 'Gruppen', 'organisieren', 'lachen', 'ratschen', 'trinken Tee', 'Austausch tun', 'Bildung', 'knüpfen Kontakte', 'essen', 'Kultur', 'machen Kurse', 'stricken', 'erzählen', 'kochen', 'diskutieren', 'Kinder', 'sind aktiv', 'spielen', 'unterhalten sich', 'helfen', 'reparieren', 'Beratung', 'planen', 'lesen', 'trinken Kaffee', 'basteln', 'Familie', 'gestalten', 'Veranstaltungen', and 'sind kreativ'.

FEIERWERK

NACHBARSCHAFTSTREFF

nachbarschaftstreff.feierwerk.de

Liebe Nachbar*innen,

UNSERE REGELMÄSSIGEN ANGEBOTE

wir freuen uns, gemeinsam mit euch den Frühling mit unseren neuen und bestehenden Angeboten einzuleiten. Es wird bei uns einen bunten Hofflohmarkt, eine Pflanzaktion im Rahmen der Münchner Nachbarschaftswochen, ein tolles Sommerfest und vieles mehr geben.

Kommt gerne persönlich vorbei oder ruft uns an, um euch über unsere vielfältigen Angebote zu informieren.

Nachbarschaftliche Grüße und hoffentlich bis ganz bald,

Alexandra Menzel und das Feierwerk Nachbarschaftstreff-Team



Alexandra Menzel

Treffleitung



Marianne Fronhofer

Raumverwaltung



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; Sommerpause vom 15.07. bis einschließlich 09.09.)

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

Ein Kurs besteht aus 6 Einheiten (eine Einheit à 75 Minuten)

Für den Kurs ist eine Anmeldung erforderlich. Eine Schnupperstunde ist möglich. Kontaktdaten unter www.qigong-mit-herz.de

Teilnahmegebühr:

12 Euro pro Einheit

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, auf nebenan.de und auf den Aushängen im Treff.

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

besprechen
treffen sich diskutieren
informieren sich
Gruppen

UNSERE REGELMÄSSIGEN ANGEBOTE



LITERATURKREIS am Montag

Einmal im Monat, montags,
ab 18:00 Uhr: 22.04., 06.05., 03.06.,
01.07., 29.07.

Wir, 4 lesebegeisterte Nachbar*innen,
haben einen Literaturkreis gegrün-
det. Im Vordergrund steht dabei der
Austausch von unterschiedlichen und
möglicherweise kontroversen Lektü-
reeindrücken.

Wenn ihr Interesse habt, teilzuneh-
men, meldet euch bitte bei Claudia
Klüppelberg per E-Mail: cklu@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:
30.04., 25.06., 30.07.

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 Informa-
tionen bei Margarete Löwensprung:
0151/11711333

Teilnahme kostenfrei



STRICKEN & MORE mit Marianne

Dienstags, 19:00 - 21:00 Uhr: 02.04.,
16.04., 07.05., 21.05., 04.06., 18.06.,
02.07., 16.07. sowie
donnerstags, 10:00 - 12:30 Uhr:
11.04., 25.04., 16.05., 30.05., 13.06.,
27.06., 11.07., 25.07.

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: 03.04., 22.05., 24.07

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

max. 10 Teilnehmende

Teilnahme kostenfrei



NACHBARSCHAFTS-CAFÉ

Mittwochs und donnerstags,
jeweils 15:00 - 18:00 Uhr

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

UNSERE REGELMÄSSIGEN ANGEBOTE



SKAT

Zweimal im Monat, montags,
ab 19:00 Uhr: 15.04., 29.04., 13.05.,
27.05., 10.06., 24.06., 08.07., 22.07.

Die Gruppe trifft sich zweimal im
Monat 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, donnerstags, 18:15 –
20:00 Uhr: 18.04., 23.05., 13.06.

Wir begleiten Lieder in allen euro-
päischen Sprachen mit Musikinst-
rumenten. 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



TÜRKISCHE FRAUENGRUPPE

Einmal im Monat, freitags,
ab 18:00 Uhr: 19.04., 03.05., 07.06.,
05.07.

Unsere Gruppe besteht aus türki-
schen 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
(außer jeden 1. Sonntag im Monat)

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

unterhalten sich
trinken Kaffee
gemeinsam
reparieren
Beratung
basteln Familie
heilen

UNSERE REGELMÄSSIGEN ANGEBOTE



MÄNNERABEND

Einmal im Monat, sonntags,
ab 19:00 Uhr: 21.04., 05.05., 09.06.,
07.07.

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

Teilnahme kostenfrei



BUNTER VOGEL

Singen und Musizieren für alle

Freitags (außer in den Schulferien;
Sommerpause ab 01.07. bis ein-
schließlich 09.09.), 15:00 - 16.30 Uhr:
19.04., 26.04., 03.05., 07.06., 14.06.,
21.06.

Der bunte Vogel ist wieder da!
Wir singen Lieder und machen zu-
sammen Musik. Auf zum Musik-Aben-
teuer mit dem bunten Vogel - wir
singen auch Lieder in deiner Mutter-
sprache. Ob ihr schon musikalische
Erfahrung habt oder nicht, auch Alter
und Deutschkenntnisse sind ganz
egal. Was zählt, ist unser Spaß am
Singen, Spielen und Lachen.

Teilnahme kostenfrei



YOGA FÜR SENIOR*INNEN

mit Alexandra Menzel

Dienstags, 10:30 - 11:30 Uhr (außer in
den Schulferien und an Feiertagen)

Wir machen einfache Übungen zur
Stärkung der Rücken- und Nacken-
muskulatur, verbessern die Körperba-
lance durch Gleichgewichtsübungen
und bauen Stress durch das Erlernen
neuer Atemtechniken ab.

Einstieg jederzeit möglich, keine re-
gelmäßige Teilnahme erforderlich.

Für Anfänger*innen, Fortgeschrittene
oder Menschen mit körperlichen Ein-
schränkungen geeignet.

Teilnahme kostenfrei



Bitte
bequeme
Kleidung
mitbringen,
Yogamatten,
etc. sind
vorhanden.

PROGRAMM-SPECIALS



KINO-NACHMITTAG „FILM AB“

Einmal im Monat, donnerstags,
17:00 - 19:00 Uhr: 11.04., 02.05.,
06.06., 18.07.

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



PFLANZAKTION

Mittwoch, 15.05.,
15:00 - 18:00 Uhr

Kommt vorbei zur gemeinsamen
Pflanzaktion! Auf der Terrasse vom
Treff könnt ihr Töpfe mit Erde und
verschiedene Kräuter- und Blumen-
samen für eure Wohnung oder euren
Balkon befüllen.

Wer Lust hat, kann den Topf mit
Mosaiksteinen verzieren.

Materialkosten: 3 Euro



SOMMERFEST

Samstag, 15.06.,
14:00 - 18:00 Uhr

Mit Tanz, Live-Musik, Basteln und
Würstl grillen feiern wir unser
Sommerfest. Alle Nachbar*innen sind
herzlich eingeladen. Kommt zahlreich
vorbei. Keine Voranmeldung nötig.
Bringt gerne was fürs Buffet mit.



Foto: Ji Elle

HOFFLOHMARKT

Samstag, 27.07.
10:00 - 16:00 Uhr

Wir sind bei den Hofflohmärkten in
Sendling-Westpark dabei und freuen
uns auf eure Teilnahme. Die Stand-
plätze bei uns im Innenhof sind
kostenfrei. Nur euren eigenen Tisch
müsst ihr mitbringen.

Eine Anmeldung zur Teilnahme ist
unbedingt erforderlich.
Mehr Infos und Anmeldung bis
25.07. unter 089/46138700 oder
nachbarschaftstreff@feierwerk.de

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

PROGRAMM-SPECIALS

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.

Mittwoch, 17.04., 10:30 Uhr

Thema: **Wilde Wiesenkräuter im Westpark**

Wir spazieren durch den Westpark, lernen die Wiesenkräuter kennen, sammeln sie und bereiten daraus anschließend ein Wildkräutersalz zu.

Treffpunkt: Kiosk am Wasserspielplatz beim Eingang Heiterwanger Straße
Bitte zum Sammeln Papiertüte oder Körbchen mitbringen.

Mittwoch, 24.04., 11:00 Uhr

Thema: **Bärlauch**

Den Bärlauch sammeln wir in einem kleinen Waldstück beim Biergarten „Waldheim“ in Großhadern. Mit unserer frischen Ernte gehen wir dann in den Biergarten und machen uns eine feine Bärlauch-Brotzeit.

Treffpunkt und Mitfahrgelegenheit für 3 Personen um 11:00 Uhr in der Krüner Straße 23 / bitte Papiertüte oder Körbchen mitbringen.



Mittwoch, 08.05., 14:00 Uhr

Thema: **Spitzwegerich im Westpark**

Wir sammeln Spitzwegerich und machen daraus im Anschluss bei uns im Treff den Ansatz für eine wertvolle Spitzwegerich-Tinktur, die von Insektenstichen bis hin zu Brennesselquadeln sehr hilfreich sein kann.

Treffpunkt: Kiosk am Wasserspielplatz beim Eingang Heiterwanger Straße
Bitte Papiertüte oder Körbchen mitbringen.

Samstag, 25.05., 14:00 Uhr

Thema: **Gundermann für Familien** Höchstteilnehmerzahl 12 Personen

Ihr seid herzlich eingeladen zum Kräutersammeln im Westpark. Es geht um den Gundermann, den wir sammeln und anschließend im Nachbarschaftstreff was Süßes zum Naschen daraus zubereiten werden. Ihr dürft gespannt sein und ich freue mich auf euch.

Treffpunkt: Kiosk am Wasserspielplatz bei Eingang Heiterwanger Straße



PROGRAMM-SPECIALS



Mittwoch, 19.06., 11:00 Uhr

Thema: **Holunder**

Wir gehen zum Sammeln in den Wald bei Fürstenried und machen einen Spaziergang zu „meiner Hütte“.

Auf dem Rückweg sammeln wir die schönen Hollerblüten, um sie dann getrocknet zum Räuchern, für einen Tee oder für einen Hollersirup zu verwenden.

Bitte große Papiertüte oder Korb zum Sammeln mitnehmen und wer möchte gerne auch eine Brotzeit und etwas zu trinken.

Treffpunkt und Mitfahrgelegenheit für 3 Personen um 11:00 Uhr in der Krüner Straße 23



Mittwoch, 26.06., 11:00 Uhr

Thema: **Lindenblüten im Westpark**

Wir sammeln die Blüten für so manche Köstlichkeit, zum Trocknen für Tee oder zum Räuchern oder für einen köstlichen Lindenblütenzucker, der auf Eiscreme einfach himmlisch schmeckt.

Treffpunkt: Kiosk am Wasserspielplatz beim Eingang Heiterwanger Straße

Bitte Sammelgefäße mitbringen.



Mittwoch, 03.07., 11:00 Uhr

Thema: **Johanniskraut im Westpark**

Die sonnigen Johanniskrautblüten sind heute unser Ziel. Wunderbares Öl oder eine Tinktur lassen sich daraus herstellen. Rezepte gibt es vor Ort.

Bitte Sammelgefäße mitbringen.

Treffpunkt: Kiosk am Wasserspielplatz beim Eingang Heiterwanger Straße





KLIMAINITIAIVE MÜNCHEN

„Damit etwas in Bewegung kommt“ ist das Motto. Gemeinschaftserleben, Spaß, Vernetzung und ein gutes Gefühl, selbst etwas zum Klimaschutz beitragen zu können. Kommt vorbei und lernt uns kennen. Ihr braucht keine Vorkenntnisse. Gemeinsam bringen wir was in Bewegung!

Teilnahme kostenfrei



Foto: Leocor

Mittwoch, 10.04., 19:00 - 21:30 Uhr:
Thema: **„Licht ins Dunkel bringen? - Nicht immer eine gute Idee.“**
Die negativen Folgen von zu viel Licht(verschmutzung)

An diesem Abend wollen wir mit Ben Widmer von den „Patern der Nacht“ u.a. „beleuchten“, wo unnötige Lichtquellen im privaten Bereich, im Quartier oder auch im eigenen Unternehmen zu finden sind und welche man getrost „ausschalten“ kann.



Foto: Vincent Erhart

Mittwoch, 15.05., 18:30 - 20:30 Uhr:
Thema: **„Permakultur“ - Nicht nur was für den Garten!**

„Permakultur“ taucht immer mal wieder in irgendeinem Zusammenhang auf. Es ist ein Konzept, das auf der Beobachtung von Ökosystemen und Kreisläufen in der Natur basiert und diese nachzuahmen versucht. Permakultur wird in Privatgärten und teils auch in der Landwirtschaft praktiziert.



Foto: Margot Richar

Mittwoch, 12.06., 18:30 - 20:30 Uhr:
Thema: **„Gemeinwohlorientiertes Wirtschaften“ - genug für Alle**

An diesem Abend wollen wir die GWÖ vorstellen und diskutieren, wie wir dieses Modell in unserer Gesellschaft nutzen können. Bringt doch gerne Freundinnen und Freunde mit - je mehr Perspektiven, desto besser.



Mehr Informationen findet ihr unter:
www.leocor.org/veranstaltungen

OFFENER TANZKREIS für Erwachsene

Freitags von 11:30 - 13:00 Uhr
(ab Freitag 12.04., außer in den Ferien und an Feiertagen)
im Feuerwerk Dschungelpalast, Hansastr. 41



Illustration: Angel | fotolia.com

Tanzen Sie gerne?
Treffen Sie gerne nette Leute?
Und das alles in ungezwungener Atmosphäre?

Dann ist unser Tanzkreis (Kreis- und Gruppentänze)
genau das Richtige für Sie.

Tanzen bringt den Körper
und die Seele in Bewegung.
Ob mit oder ohne Tanzpartner*in,
mit viel oder wenig Tanzerfahrung,
hier ist jede und jeder herzlich willkommen!

Der Einstieg in den Tanzkreis ist jederzeit möglich.

Leitung: Irena Brózda
Teilnahmegebühr: 6 Euro
Anmeldung: Tel. 089/72488240 oder
dschungelpalast@feuerwerk.de

FEIERWERK DSCHUNGELPALAST

Hansastr. 41 | 81373 München
dschungelpalast.feierwerk.de
[instagram.com/feuerwerk_familie](https://www.instagram.com/feuerwerk_familie)

Möglichkeiten des Engagements MACHT MIT!

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**.



Klimaneutral gedruckt auf 100 % Recyclingpapier

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