

# Nachbarschaft Neuhadern e.V.

## Programm Mai bis August 2023



Nachbarschaft  
Neuhadern e.V.



**Nachbarschaft Neuhadern e.V.**

Stiftsbogen 93

81375 München

Telefon 089 7002800

Fax 089 70088499

[www.nachbarschaft-neuhadern.de](http://www.nachbarschaft-neuhadern.de)

[info@nachbarschaft-neuhadern.de](mailto:info@nachbarschaft-neuhadern.de)

Gefördert von der



Landeshauptstadt  
München  
**Sozialreferat**

# INHALT

<b>Das sind wir</b>	<b>3</b>
<b>Was gibt es Neues?</b>	<b>3</b>
<b>Kursübersicht</b>	<b>4</b>
<b>Teilnahmebedingungen für die Kurse</b>	<b>6</b>
<b>Kurse für Erwachsene</b>	<b>8</b>
<b>Offene Treffs für Erwachsene</b>	<b>12</b>
<b>Angebote für Kinder</b>	<b>16</b>
<b>Angebote für Kinder und Eltern</b>	<b>17</b>
<b>Unser Beratungsangebot</b>	<b>19</b>
<b>Veranstaltungen</b>	<b>20</b>
<b>Nachbarschaftshilfe</b>	<b>23</b>
<b>So können Sie sich engagieren</b>	<b>24</b>
<b>Aufnahmeantrag (Verein)</b>	<b>25</b>
<b>Impressum</b>	

Titelbild: ©Pixabay,privat  
Kursbilder: ©Pixabay, privat  
Malkurse: Nachbarschaft Neuhadern e.V.



## **DAS SIND WIR**

Unseren Verein gibt es seit 1980. Wir sind parteilich und konfessionell unabhängig und von der Landeshauptstadt München finanziell gefördert. Unsere Räume stehen allen Bürgerinnen und Bürgern Haderns als offenes Begegnungszentrum zur Verfügung.

## **BEI UNS KÖNNEN SIE**

- Kontakte knüpfen und neue Leute kennenlernen
- sich entspannen oder aktiv werden
- sich mit Ihren Fähigkeiten einbringen
- Anerkennung und Entlastung erfahren

## **WAS GIBT ES NEUES**

Liebe Mitglieder, liebe Besucherinnen und Besucher!

Ich freue mich, Ihnen unser neues und buntes Programm vorstellen zu können.

Besonders aufmerksam machen möchte ich Sie auf den Hofflohmarkt und auf das Repair Café, die am 08.07.2023 stattfinden. (S. 24, S. 25)

Ich hoffe, Sie finden Angebote, die Ihnen zusagen.

Wofür Sie sich auch entscheiden, wir freuen uns auf Sie!

Im Namen des gesamten Teams der Nachbarschaft Neuhadern e.V.  
grüßt Sie herzlich

Ihre Larissa Gerling-Redin

# KURSÜBERSICHT

## MONTAG

10:30 - 12:30 Uhr	Malkurs für Erwachsene
15:45 - 17:15 Uhr	Französischkurse für Kinder
15:45 - 17:15 Uhr	Französischer Eltern-Kind-Treff (Kleinkinder)
16:00 - 18:00 Uhr	Malkurs für Kinder
17:45 - 19:15 Uhr	Yoga, Atmung und Entspannung

## DIENSTAG

13:30 - 16:15 Uhr	Spielnachmittag (siehe Aushang)
15:00 - 17:00 Uhr	Computer-Anwendungen (siehe Aushang)
16:30 - 17:15 Uhr	Musikgarten Gruppe
17:45 - 19:15 Uhr	Yoga, Atmung und Entspannung

## MITTWOCH

09:00 - 11:00 Uhr	Musikgarten
10:00 - 11:30 Uhr	Sprachcafé Deutschkonversation für Frauen mit Migrationshintergrund
15:00 - 17:00 Uhr	Offene Handarbeitsgruppe
15:30 - 17:30 Uhr	Babykrabbelgruppe (Eltern-Kind-Gruppe)
18:00 - 19:00 Uhr	Pflegende Angehörige (siehe Aushang)
18:00 - 21:00 Uhr	Totales Upcycling (jeden 1. Mittwoch im Monat)
19:00 - 20:00 Uhr	Singabend
20:00 - 22:00 Uhr	Frauenstammtisch (jeden 1. Mittwoch im Monat)

# KURSÜBERSICHT

## DONNERSTAG

09:00 - 11:00 Uhr	Musikgarten Gruppe
11:15 - 12:15 Uhr	Offener Singtreff
14:00 - 16:30 Uhr	Lernhilfe
16:30 - 17:45 Uhr	Französischkurse für Kinder
18:30 - 19:45 Uhr	Yoga und Meditation am Abend
19:00 Uhr	Mitgliederversammlung 15.06.2023

## FREITAG

10:00 - 12:00 Uhr	Malkurs für Erwachsene
15:00 - 17:00 Uhr	Malkurs für Kinder
17:00 - 18:30 Uhr	Qi Gong (ab Herbst)

## SAMSTAG

10:00 - 16:00 Uhr	Hofflohmarkt 08.07.2023
10:00 - 14:00 Uhr	Repair Café 08.07.2023
11:00 - 14:00 Uhr	Sprechstunde für Mobilgeräte und Computer (siehe Aushang)

## SONNTAG

# TEILNAHMEBEDINGUNGEN FÜR DIE KURSE

## **Teilnahmebedingungen (Allgemeines Geschäftsbedingungen AGB) für Kurse und Veranstaltungen der Nachbarschaft Neuhadern e. V.**

### **1. Anmeldung, Vertrag, Entgelt**

Für jeden Kurs ist eine Anmeldung erforderlich. Dies gilt auch, wenn Sie bereits an einem Kurs teilgenommen haben und die Fortsetzung buchen wollen. Ausnahmen: Einzelveranstaltungen, offenes Programm, außer durch Coronaregeln erforderlich.

Sie können sich für unsere Kurse persönlich, telefonisch oder schriftlich anmelden. Ihre Anmeldung zu den Kursen ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nicht. Wenn ein Kurs ausgebucht ist oder nicht zustande kommt, informieren wir Sie.

Die Bezahlung erfolgt per SEPA-Lastschrift. Die Abbuchung erfolgt bei Kursbeginn. Widersprechen Sie der erteilten Abbuchungsermächtigung oder führt die beauftragte Bank den Lastschrifteinzug nicht aus, so sind die anfallenden Bankspesen von Ihnen zu tragen.

### **2. Ermäßigungen**

Mitglieder des Vereins Nachbarschaft Neuhadern e. V. erhalten auf die im Programm entsprechend gekennzeichneten Kurse und Veranstaltungen eine Ermäßigung. Bei Geschwisterkindern erhält das zweite Kind bei Teilnahme im selben Kurs 20 % Ermäßigung. Für die Kurse der Lernhilfe wird keine Ermäßigung gewährt. Gegen Vorlage des aktuellen Bescheids bei ALG II und Grundsicherung im Alter erhalten Sie eine Ermäßigung von 50 %.

### **3. Rücktritt der Nachbarschaft Neuhadern e. V., Veranstaltungsabsage**

Kurse und Veranstaltungen kommen nicht zustande oder können von der Nachbarschaft abgesagt werden, wenn

- a) der Kursleiter ausfällt oder
- b) die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.

Kommt ein Kurs nicht zustande, werden Sie unverzüglich informiert. Die entrichtete Gebühr wird erstattet. Auf Wunsch der Teilnehmer kann ein Kurs auch bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl durchgeführt werden. In diesem Fall erhöht sich die Kursgebühr entsprechend, da sich die Gebühr an der Mindestteilnehmerzahl orientiert.

Kurse mit weniger als vier Teilnehmern werden nicht durchgeführt.

# TEILNAHMEBEDINGUNGEN FÜR DIE KURSE

## **4. Rücktritt des Teilnehmenden**

Ein Rücktritt vom Vertrag ist bis sieben Tage vor Kursbeginn ohne Angabe von Gründen möglich und kostenfrei. Danach ist ein Rücktritt und die Rückzahlung der Kursgebühr (auch anteilig) nicht mehr möglich. Ebenso ist ein Rücktritt aus anderen Gründen, z. B. eigene Erkrankung oder Wechsel des Kursleiters, nicht möglich.

Rücktritte sind schriftlich und fristgerecht zu erklären. Maßgeblich ist der Zeitpunkt des Zugangs der Erklärung bei der Nachbarschaft Neuhadern e.V. Eine telefonische Mitteilung, die Abmeldung beim Kursleiter oder das Fernbleiben vom Kurs gelten nicht als Rücktritt.

Unberührt bleibt das außerordentliche Kündigungsrecht aus wichtigem Grund.

## **5. Haftung**

Die Haftung der Nachbarschaft Neuhadern e.V. beschränkt sich auf die Fälle, bei denen grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz seitens der Nachbarschaft oder ihrer Erfüllungsgehilfen vorliegt.

## **6. Rauchverbot**

Bitte beachten Sie, dass in unseren Räumen generell ein Rauchverbot besteht.

## **7. Datenschutz**

Die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt ausschließlich für unsere Geschäftszwecke und gemäß dem Datenschutzrecht. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte erfolgt nicht.

Unsere Datenschutzerklärung finden Sie unter [www.nachbarschaft-neuhadern.de/Datenschutzerklärung](http://www.nachbarschaft-neuhadern.de/Datenschutzerklärung).

## **8. Sonstiges**

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren Fassungen ihre Gültigkeit.

**Stand: Juli 2018**

## **Hinweis:**

Beachten Sie auch die aktuellen Informationen in unseren Schaukästen:

- **Stiftsbogen 93 (Eingangsbereich)**
- **Einkaufszentrum Haderner Stern**
- **Bushaltestelle Großhaderner Straße**

und auf unserer Homepage: [www.nachbarschaft-neuhadern.de](http://www.nachbarschaft-neuhadern.de)

## KURSE FÜR ERWACHSENE

### YOGA, ATMUNG UND ENTSPANNUNG AM MONTAG

Damit die Yogahaltungen ihre tiefe Wirkung auf Körper, Geist und Seele entfalten, wird die genaue Körperausrichtung betont.

Teilweise werden Hilfsmittel wie Klötze und Bänder verwendet, damit alle Teilnehmer in der für sie passenden Weise präzise üben können.

Flexibilität, Kraft, Erdung, Zentriertheit, emotionale Ausgeglichenheit und innere Ruhe werden gestärkt.

*Gerlinde Schwinghammer*

*Yogalehrerin in der Methode von B.K.S. Iyengar*

*3x mo 17:45 bis 19:15 Uhr, 08.05. bis 22.05.23*

*6x mo 17:45 bis 19:15 Uhr, 12.06. bis 24.07.23*

*3x 30,00 €, 6x 60,00 €, 6 Plätze*

*Anmeldung und Info: Tel. 0174 - 214 71 99*



---

### YOGA, ATMUNG UND ENSPANNUNG AM DIENSTAG

Kombinationen von vitalisierenden Stehübungen, beruhigenden Sitzstellungen, regenerativen Übungen zum tiefen Ankommen und Fühlen, reinigenden Drehübungen und belebenden schnelleren Übungsreihen gestalten das Programm.

Eine geführte Abschlussmeditation mit Erleben von Weite, Weichheit, Entspannung, Loslassen und Geborgenheit fördert das Ankommen in der Tiefe der Seele.

*Gerlinde Schwinghammer*

*4x di 17:45 bis 19:15 Uhr, 02.05. bis 23.05.23*

*7x di 17:45 bis 19:15 Uhr, 13.06. bis 25.07.23*

*4x 40,00 €, 7x 70,00 €, 6 Plätze*

*Anmeldung und Info: Tel. 0174 - 214 71 99*



# KURSE FÜR ERWACHSENE

## YOGA UND MEDITATION AM ABEND

Yoga und Atemübungen verhelfen dem Körper zu großer Beweglichkeit und Wohlbefinden und stärken die Seele. Meditation: mühelos verweilen in dem was ist. Du selbst sein. Stille sein.

*Edith Stankewitz, zertifizierte Yogalehrerin  
do 18:30 bis 19:45 Uhr, fortlaufender Kurs, 8 Plätze  
Anmeldung und Info: Tel. 089 7194577*



---

## QI GONG

Qi Gong ist eine jahrtausendealte Bewegungslehre aus dem Bereich der Traditionellen Chinesischen Medizin. Sanft fließende und harmonische Bewegungsabläufe kräftigen und entspannen Körper und Seele

*Barbara Schmelting  
Der Kurs findet erst wieder ab Herbst statt.*

---

## KLANG-ENTSPANNUNG

Geschenkte Zeit – fühl dich be(f)reit!  
Entspannungsstunde (im Sitzen), die für den Alltag stärkt.  
Atemübungen, Klänge (Klangschale, Monochord u.ä.) und wertvolle Texte tragen zur Entspannung bei.

*Doris A. Benz  
15:00 bis 16:00 Uhr  
do 25.05., 22.06., 20.07., 24.08.2023  
10,00 € pro Stunde  
Anmeldung und Info: Tel: 089 /18944121  
0151/12221095*



## SPRACHCAFÉ — DEUTSCHKONVERSATION FÜR FRAUEN

Frauen mit Migrationshintergrund, die ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten, sind herzlich zur Teilnahme eingeladen. Es sind Grundkenntnisse der deutschen Sprache notwendig. Geübt werden alltagsrelevante Themen in geselliger Runde.

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Anmeldung ist erforderlich.

*Elfriede Messmer*

*mi 10:00 bis 11:30 Uhr*

*10 Plätze, kostenlos*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*

---

## SPRECHSTUNDE FÜR MOBILGERÄTE UND COMPUTER

Viele sind unsicher beim Benutzen ihres neuen Smartphones oder Computers, oder sie haben Probleme mit verschiedenen Anwendungen, Apps und Funktionen. Unser Berater unterstützt beim Einrichten und der Nutzung eines Gerätes oder Accounts, bietet Hilfe im Internet oder im Gebrauch von Büroprogrammen an und steht für Fragen und individuelle Probleme zur Verfügung.

*Michael Denk*

*8,00 € pro 30 Minuten*

*Anmeldung und Info: Tel. 0151 - 124 55 627*



## KURSE FÜR ERWACHSENE

### MALKURS (ACRYLMALEREI/MISCHTECHNIK)

Ziel des Kurses ist die Suche nach eigener Ausdrucksform anhand von Zeichnungen oder Fotos. Farbe hilft durch Transparenz, Schichtung und Kontrast zum Bildaufbau und zur Komposition.

*Susana Gonzalo*

*11x mo 10:30 bis 12:30 Uhr, 08.05. bis 31.07.23*

*110,00 € (Mitglieder 99,00 €), 7 Plätze*

*11x fr 10:00 bis 12:00 Uhr, 05.05. bis 28.07.23*

*110,00 € (Mitglieder 99,00 €), 7 Plätze*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



---

### COMPUTER-ANWENDUNGEN EINSTEIGEN UND /ODER TRAINIEREN

**Microsoft Office** oder **Libre Office** ist auf den meisten Rechnern installiert, und die Grundbegriffe kennen auch die meisten Anwender. Aber irgendeine Frage oder Unklarheit ist oft doch noch vorhanden. Diesen wollen wir in jeweils themenbezogenen Sprechstunden auf den Grund gehen. Sie müssen keinen kompletten Kurs belegen, sondern melden sich einfach für Ihr Programm an, und wir kümmern uns gezielt um Ihre unklaren Punkte --- entspannt in kleiner Runde oder auch einzeln.

*Eva Hochrath*

*8,00 € pro 30 Minuten*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



# OFFENE TREFFS FÜR ERWACHSENE

## SPIELNACHMITTAGE

Sie spielen gerne? Dann haben Sie die Möglichkeit, einen Nachmittag bei Gesellschaftsspielen zu verbringen.  
Zu dieser Spielgruppe sind alle Altersgruppen eingeladen.

*Dagmar Frey*  
*di 13:30 bis 16:15 Uhr*  
*02.05., 16.05., 30.05., 13.06.2023.*  
*Info: Tel. 089 7002800*



---

## OFFENER SINGTREFF

Nach dem Motto „Singen und Klingen, Freude wird's bringen" darf man nach Lust und Laune vorbeischaun und mitsingen. Jung und Alt, hier ist jeder willkommen.

*Doris Benz*  
*Musikbegleitung: Willi Stappert*  
*(Steirische Harmonika und Gitarre)*  
*do 11:15 bis 12:15 Uhr*  
*25.05., 22.06., 20.07., 24.08.2023*  
*ohne Anmeldung, 3,00 € Spende*  
*Info: Tel. 089 7002800*



## OFFENE TREFFS FÜR ERWACHSENE

### SINGABEND MIT GITARRENBEGLEITUNG

Ihnen macht Singen Spaß? Sie erinnern sich gerne an Singabende am Lagerfeuer mit Gitarrenbegleitung? Dann sind Sie bei uns richtig. Wir singen, was uns Spaß macht, einstimmig, ohne besonderen Anspruch. Durch die Gitarrenbegleitung wird Ihnen das Mitsingen erleichtert. Wir haben ein vorbereitetes Repertoire an deutsch- und englischsprachigen Songs, z. B. von ABBA über Beatles, Elton John, Reinhard Mey und Cat Stevens bis Simon & Garfunkel. Auf Wunsch nehmen wir gerne weitere Lieder auf.

*Peter Klutke*

*mi 19:00 bis 20:00 Uhr*

*10.05., 24.05., 14.06., 28.06. 12.07.2023*

*ohne Anmeldung, 3,00 € Spende*

*Info: Tel. 089 7002800*



---

### FRAUENSTAMMTISCH

Der Frauenstammtisch trifft sich einmal im Monat, an jedem 1. Mittwoch. Frauen jeden Alters, die Lust haben, sich zu unterhalten, etwas zu unternehmen, neue Kontakte zu knüpfen, sind herzlich zum Stammtisch eingeladen.

*Jeden 1. Mittwoch im Monat, 20:00 Uhr*

*ohne Anmeldung, 3,00 € Spende*

*Info: Tel. 089 7002800*



# OFFENE TREFFS FÜR ERWACHSENE

## HANDARBEITSGRUPPE

Ob Stricken, Sticken oder Socken ausbessern, gemeinsames Handarbeiten macht Spaß. Eine der Teilnehmerinnen liest dazu aus einem gemeinsam ausgesuchten Buch vor.

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich willkommen.

*Jutta Schäffer-Theuring*

*mi 15:00 bis 17:00 Uhr*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 701171*



---

## TOTALES UPCYCLING

Von zerschnittenen und wiederverhäkelteten T-Shirts, Pullis und Papierschnur aus alten Zeitungen, Origami-Schachteln aus alten Kalendern, Zeitschriften, Büchern, umgebogenen Kleiderbügeln bis zur nächsten Idee, lassen wir mit den Händen Neues entstehen. Nebenher gönnen wir uns manchmal ein wenig natürliche Kosmetik gemeinsam zu rühren.

*Christine Cremer*

*jeden 1. Mittwoch im Monat*

*18:00 bis 21:00 Uhr*

*Anmeldung und Info Tel. 089 7002800*



## OFFENE TREFFS FÜR ERWACHSENE

### NÄHMASCHINENBENUTZUNG

Für Näh- und Ausbesserungsarbeiten stehen zwei Nähmaschinen zur Verfügung. Bitte geben Sie uns Bescheid, wenn Sie die Maschinen nutzen möchten.

*Nach Vereinbarung  
Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



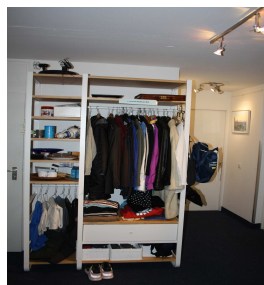
---

### TAUSCHMARKT IN DER NACHBARSCHAFT

Sie haben Sachen, die Sie gerne tauschen möchten? Im Eingangsbereich der Nachbarschaft stehen Tauschregale. Hier können Sie gut erhaltene Kleidung, Accessoires und Spiele tauschen oder gegen eine kleine Spende erwerben.

Bücher können Sie mitnehmen, ausleihen, tauschen, oder Sie bringen neuen Lesestoff mit, wie beim „offenen Bücherschrank“.

*Info: Tel. 089 7002800*



## ANGEBOTE FÜR KINDER

### MALKURS FÜR KINDER

Die Kinder lernen spielerisch den Umgang mit den Acrylfarben. Ziel des Kurses ist es, Tiefe und Hintergrund zu gestalten und vor allem genau Hinschauen zu lernen. Das fördert die Beobachtungsgabe und die Konzentration.

*Susana Gonzalo*

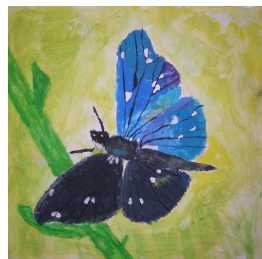
*11x mo 16:00 bis 18:00 Uhr, 08.05. bis 31.07.23*

*110,00 € (Mitglieder 99,00 €), 7 Plätze*

*11x fr 15:00 bis 17:00 Uhr, 05.05. bis 28.07.2023*

*110,00 € (Mitglieder 99,00 €), 7 Plätze*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



---

### SOMMERMALKURS FÜR KINDER

Wir zeichnen und malen zusammen Tiere oder nehmen ein Thema nach eurem Wunsch. Ihr könnt verschiedene Acryltechniken ausprobieren.

*Susana Gonzalo*

*3 Tage 31.07. bis 02.08.2023, jeweils 10:00 bis 12:00 Uhr*

*40,00 € (inkl. Materialgeld, 8 Plätze )*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*

---

### LERNHILFE

Kinder im Grundschulalter werden im Rahmen einer 1-zu-1-Lernhilfe von ehrenamtlichen Helferinnen/Helfern beim Lernen unterstützt.

*do 14:00 bis 16:30 Uhr*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



# ANGEBOTE FÜR KINDER UND ELTERN

## MUSIK, SPIEL UND TANZ FÜR KINDER VON 1 BIS 3,5 JAHREN MIT BINE

Rhythmus, Musik, Bewegung und Sprache sind beim Musizieren ein wichtiger Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung. Beim gemeinsamen Tun entsteht viel Spaß und Freude an der Musik. Das Angebot wird donnerstags von erfahrenen Tagesmüttern geleitet.

*Sabine Schmalzl*

*di 16:30 bis 17:15 Uhr, durchgehend*

*do 09:00 bis 09:45 Uhr, durchgehend*

*10 Plätze*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7146943*



---

## KRABELGRUPPE

Eltern mit Kleinkindern (0 bis 3 Jahre) treffen sich jeden Mittwochnachmittag zum Kennenlernen und Erfahrungsaustausch.

Für die Kleinen gibt es Musik, eine Spielecke und viel Platz zum Krabbeln.

*Brigitte Quilola*

*mi 15:30 bis 17:30 Uhr, durchgehend*

*10,00 € pro Monat*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



## ANGEBOTE FÜR KINDER UND ELTERN

### FRANZ – DEUTSCH – FRANZÖSISCHE BEGEGNUNGSSTÄTTE IN MÜNCHEN

**Französischer Eltern-Kind-Treff** für deutsch- und französischsprachige Kinder von 0 bis 5 Jahren mit ihren Eltern.  
*mo 15:45 bis 17:15 Uhr*

#### **Französischkurse für Kinder**

für französischsprachige Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren  
*mo 15:45 bis 17:15 Uhr*  
*do 16:30 bis 18:00 Uhr*

*Marinelle Kahle-Voringer*  
*Anmeldung und Info:*  
*Tel. 0177-32 31 259*  
*[laim@franzmuenchen.de](mailto:laim@franzmuenchen.de)*  
*[www.franzmuenchen.de](http://www.franzmuenchen.de)*



---

### MUSIK UND BEWEGUNG FÜR KINDER IN ENGLISCH VON 8 MONATEN BIS 6 JAHRE

Möchten Sie mit Ihren Kindern musizieren?  
Dies ist ein Eltern-Kind-Musik- und Bewegungskurs in englischer Sprache für Babys und Kleinkinder. Singen, tanzen, spielen und lernen Sie mit Ihren Kindern in diesem 45-minütigen Kurs. Wir werden verschiedene Musikinstrumente erkunden und mit verschiedenen Materialien wie Kleidung, Holz und Kunststoffen spielen. Es ist auch eine großartige Gelegenheit, Ihre Kinder mit Liedern in verschiedenen Sprachen vertraut zu machen!

*Chih-Suei Shaw*  
*fr 10:00 bis 11:00 Uhr*  
*Anmeldung und Info: Tel. 0151 - 54383309*

# UNSER BERATUNGSANGEBOT

Wir wollen für Sie ein Ort der Begegnung, Entspannung, Unterstützung, Selbsthilfe sein.

Unsere Nachbarschaft Neuhadern e.V. bietet folgende Leistungen an:

## EINZEL - und Familienberatung

Sie haben Fragen rund um die Familie - wir helfen Ihnen, die Antworten mit verschiedenen systemischen Methoden und praktischen Angeboten zu finden.

Die Beratung ist kostenlos und streng vertraulich.



*Larissa Gerling-Redin*

*Einrichtungsleiterin*

*Dipl. Sozialpädagogin (FH),*

*Fachpädagogin (IBE) für Bildungs – und Beratungskompetenz*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*

---

## PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Wohnen Sie auch in Hadern? Und pflegen Sie Ihren Mann, Ihre Frau, Ihre Eltern. Denken Sie auch manchmal, es wäre schön, wenn man sich mit anderen pflegenden Angehörigen austauschen könnte? Und das möglichst in der näheren Umgebung?

Ganz toll wäre es, wenn eine Gruppe zusammenkommen würde, die sich in der Nachbarschaft Neuhadern e.V. treffen könnte!

*Eva Hochrath*

*mi 18:00 bis 19:00 Uhr*

*17.05., 07.06., 22.03, 19.07.2023*

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



# VERANSTALTUNGEN

## MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2023

Wir laden Sie recht herzlich zu unserer Mitgliederversammlung ein. Diese findet statt **am Donnerstag, den 15.06.2023 um 19:00 Uhr**.

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*

---

## ENTDECKEN SIE LUST AM KOCHEN

An einem Nachmittag laden wir Anfänger oder Fortgeschrittene zum Kochen ein. Unter der Leitung von Sposhme Abdul Jalil bereiten wir gemeinsam ein afghanisches Essen zu . Der genaue Termin (im Juni 2023) wird noch bekannt gegeben.

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



## HOFFLOHMARKT

Am Samstag, den **08.07.2023** ist es wieder soweit!  
**Von 10:00 bis 16:00 Uhr** findet ein Flohmarkt in der Nachbarschaft Neuhadern e.V., Stiftsbogen 93, 81375 München statt. Tische werden gegen eine Spende von 5,00 €, die dem Verein zugutekommen, zur Verfügung gestellt .

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



## VERANSTALTUNGEN

Wegwerfen? *Denkstil!*



Was macht man mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert?  
Oder mit einem Fahrrad, bei dem das Rad schleift?  
Oder mit einem Pullover mit Löchern? Wegwerfen? Warum sollte man!  
Dafür gibt es das Repair Café Blumenau-Neuhadern.  
In einem Repair Café dreht sich alles ums Reparieren.  
Es stehen verschiedene Fachleute zur Verfügung:  
Elektriker, Näherinnen, Fahrradmechaniker, die Ihnen kostenlos bei allen  
möglichen Reparaturen helfen.  
Bitte bringen Sie nur **einen** kaputten Gegenstand mit!  
Das Repair Café findet abwechselnd in der Nachbarschaft Neuhadern  
und im Nachbarschaftstreff Blumenau statt.  
Der nächste Termin ist **Samstag 08.07.2023 von 10:00 bis 14:00 Uhr.**

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*

Unsere Räume sind barrierefrei

---

### HINWEIS ZU WEITEREN VERANSTALTUNGEN

Zum Drucktermin dieses Programms standen noch nicht alle  
Veranstaltungstermine fest. Diese werden bekannt gegeben:

- ⇒ auf unserer Homepage [www.nachbarschaft-neuhadern.de](http://www.nachbarschaft-neuhadern.de)
- ⇒ durch Aushänge in den Schaukästen und in unserer Einrichtung.

Bitte informieren Sie sich auch dort.

# VERANSTALTUNGEN

## HELPERFRÜHSTÜCK DER NACHBARSCHAFTSHILFE

Mit Haushaltshilfe, Einkaufs- und Begleitdiensten stehen wir hilfsbedürftigen Menschen in ihrem Alltag zur Seite. Für diesen Bereich suchen wir stets interessierte und zuverlässige Personen, die uns gerne dabei unterstützen.

Zum regelmäßig stattfindenden Frühstück eingeladen sind alle ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer. Hier bekommen sie Infos und tauschen sich über ihre Erfahrungen aus.

Wenn Sie uns ehrenamtlich unterstützen möchten, dann freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme.

*Katharina Schels*

*Info: Tel. 089 7002800*



---

## RAUMVERMIETUNG

Sie können unsere Räume für private Veranstaltungen mieten :

⇒ Kindergeburtstage (max. 10 Kinder)  
(ausschließlich samstags);  
Nutzungsgebühr: 60 € (Mitglieder 40 €)

⇒ Kursangebote  
⇒ Seminare  
⇒ Projekte und Stadtteilarbeit  
(freie Zeiten und Nutzungsgebühr auf Nachfrage)

*Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800*



Unsere Räume sind barrierefrei.



## HILFE UND UNTERSTÜTZUNG VON NACHBARN FÜR NACHBARN

Im Alter möglichst lange in den eigenen vier Wänden zu wohnen, ist ein Wunsch, den sicher jeder von uns hat. Aber auch bei Krankheit oder körperlichen Einschränkungen kann Hilfe erforderlich sein.

Folgende Hilfeleistungen können wir anbieten:

- ⇒ Unterstützung im Alltag (ein- bis zweimal pro Woche), z. B. Einkaufen, kleine Hilfen im Haushalt, beim Bügeln usw.
- ⇒ Begleitung bei Einkäufen und Besorgungen, zum Arzt und bei Behördengängen
- ⇒ Erledigung von Botengängen bei Immobilität
- ⇒ Begleitung bei Spaziergängen, Vorlesen u.dgl.

Bitte beachten Sie, dass wir kein professioneller Hilfsdienst sind und keine Putzarbeiten, pflegerischen Tätigkeiten (z. B. Medikamentengabe, Verbandswechsel usw.), Fahrdienste oder handwerkliche Tätigkeiten übernehmen.

Helferinnen und Helfer sind ehrenamtlich tätig und erhalten für ihre Hilfsdienste eine Aufwandsentschädigung. Wir bitten Sie um Verständnis, dass wir kurzfristige Hilfe oder sofortigen Ersatz bei Ausfall eines Helfers oder einer Helferin nicht garantieren können.

Der Stundensatz für unsere Leistungen beträgt derzeit 12,00 €. Leider ist eine Abrechnung über die Pflege- oder Krankenversicherung (Entlastungsbeitrag) nicht möglich.

Wir suchen laufend Helferinnen und Helfer, die nachbarschaftliche Hilfe übernehmen.

*Info: Tel. 089 7002800*



## SO KÖNNEN SIE SICH ENGAGIEREN

### **Unterstützen Sie unsere Aktivitäten – machen Sie mit:**

- ⇒ Helfen Sie bei unseren regelmäßigen Veranstaltungen (Organisation, Auf- und Abbau usw.).
- ⇒ Unsere Räume stehen für Vorträge, Kurse, Selbsthilfegruppen oder Seminare zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihre Ideen und Angebote. Die Themen müssen mit den Zielen und dem Konzept der Einrichtung übereinstimmen.
- ⇒ Helfen Sie in der Nachbarschaftshilfe bei der Unterstützung von kranken oder alten Menschen. Wir suchen laufend Helferinnen und Helfer (gegen Aufwandsentschädigung).
- ⇒ Werden Sie Mitglied in unserem Verein.
- ⇒ Ihre Spende, für die wir Ihnen eine Spendenquittung ausstellen können, ist immer willkommen.

### **Haben Sie Anregungen und Ideen für neue Aktivitäten?**

**Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.**

**Damit wir uns Zeit für Ihre Anliegen nehmen können, vereinbaren Sie bitte telefonisch einen Termin unter Tel. 089 7002800.**







Nachbarschaft Neuhadern e.V.  
Stiftsbogen 93  
81375 München  
Telefon 089 7002800  
Fax 089 70088499  
www.nachbarschaft-neuhadern.de  
info@nachbarschaft-neuhadern.de

### AUFNAHMEANTRAG

Hiermit beantrage(n) ich (wir) die Mitgliedschaft im Verein Nachbarschaft Neuhadern e.V. Die Satzung und der Zweck des Vereins sind mir (uns) bekannt.

Name	Vorname	Geb.-Dat.
Straße	Ort	Tel.-Nr.
E-Mail		

Ich/wir entrichte(n) einen **Jahresbeitrag** von (*Zutreffendes bitte ankreuzen*):

- 17,00 € für Rentner, Schüler, Studenten und Auszubildende
- 22,00 € für Einzelpersonen
- 30,00 € für Ehepaare

Ich stimme der internen Speicherung meiner Daten zu. Eine Weitergabe der Daten an Dritte erfolgt nicht.

Datum	Unterschrift
-------	--------------

**Einzugsermächtigung siehe nachfolgende Seite.**

# EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Nachbarschaft Neuhadern e.V.

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE64ZZZ00000187676

Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

## SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Hiermit ermächtige ich die Nachbarschaft Neuhadern e.V. widerruflich, den Mitgliedsbeitrag jährlich bei Fälligkeit von meinem untenstehenden Konto abzubuchen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Nachbarschaft Neuhadern e.V. auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

**Kontoinhaber:** \_\_\_\_\_  
Vorname und Name

**Adresse:** (Straße und Hausnummer) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(Postleitzahl und Ort)

**Kreditinstitut:** \_\_\_\_\_

**IBAN:** DE \_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_

**BIC:** \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Datum, Ort und Unterschrift

Dieses SEPA-Lastschriftmandat gilt für die Vereinbarung mit

\_\_\_\_\_  
Vorname und Name

# IMPRESSUM

## Herausgeber

Nachbarschaft Neuhadern e.V.

**Leitung:** Larissa Gerling-Redin

## Kontakt

Stiftsbogen 93


81375 München

[www.nachbarschaft-neuhadern.de](http://www.nachbarschaft-neuhadern.de)

Tel. 089 7002800

Fax 089 70088499

Unsere Räume befinden sich im

Erdgeschoss und sind barrierefrei. 

Amtsgericht München

VR 9880

Steuernr. 143/219/90054

## Vorstand

Dagmar Frey

Eva Hochrath

Gabriele Lindmeir

## Mitarbeiterinnen

Gabriele Schmid

Katharina Schels

## Bürozeiten

Montag bis Freitag

Montag bis Donnerstag

09:00 Uhr - 12:00 Uhr

14:00 Uhr - 16:00 Uhr

## Anfahrt

### Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

U6 bis Haltestelle Haderner Stern oder

Buslinie 167 bis Haltestelle Wolkerweg

### Mit dem Auto:

A96 bis Ausfahrt Blumenau/Großhadern



## Bankverbindung & Spendenkonto

Stadtsparkasse München

IBAN: DE77701500000102130762

BIC: SSKMDEMM

 **DER PARITÄTISCHE**  
UNSER SPITZENVERBAND

 gefördert von der  
Landeshauptstadt München  
**Sozialreferat**

## Wichtige Telefonnummern:

### Notruf

Polizei	110
Polizeiinspektion Laim/Hadern	546520
Feuerwehr	112
Rettungsdienst/Notarzt	112
Tierärztlicher Notdienst	294528

### Hilfe und Beratung

Psychosozialer Krisendienst	0180 6553000
Telefonseelsorge (katholisch)	08001110111
Telefonseelsorge (evangelisch)	08001110222
Bezirkssozialarbeit (SBH Schertlinstraße 8)	233-96800
<a href="http://www.muenchen.info/soz/pub/pdf/22_bsa_flyer.pdf">http://www.muenchen.info/soz/pub/pdf/22_bsa_flyer.pdf</a>	
Seniorenbeirat der LH München	233-21166
Selbsthilfezentrum München	532956-11



### Nachbarschaft Neuhadern e.V.

Stiftsbogen 93 • 81375 München

Telefon 089 7002800

Fax 089 70088499

[info@nachbarschaft-neuhadern.de](mailto:info@nachbarschaft-neuhadern.de)

[www.nachbarschaft-neuhadern.de](http://www.nachbarschaft-neuhadern.de)