

Nachbarschaft Neuhadern e.V.

Programm September bis Dezember 2023



Nachbarschaft Neuhadern e.V.

Stiftsbogen 93

81375 München

Telefon 089 7002800

Fax 089 70088499

www.nachbarschaft-neuhadern.de

info@nachbarschaft-neuhadern.de



Gefördert von der



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

INHALTSVERZEICHNIS

Das sind wir	4
Was gibt es Neues?	5
Angebotsübersicht	6
Kurse für Erwachsene	8
Offene Treffs für Erwachsene	11
Angebote für Kinder	14
Angebote für Kinder und Eltern	15
Unser Beratungsangebot	17
Veranstaltungen	19
Sonstiges	23
Nachbarschaftshilfe	25
Teilnahmebedingungen für die Kurse	26
Aufnahmeantrag (Verein)	28
Einzugsermächtigung	29
So können Sie sich engagieren	30

Impressum

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

UNSERE ANGEBOTE

- Beratung und Unterstützung für Familien, Alleinstehende und Kinder;
- Lernhilfe für die Grundschüler;
- Offene Gruppen, um sich kennenzulernen, auszutauschen und gemeinsam aktiv zu sein;
- Vorträge, Informationsveranstaltungen und Kursangebote im Bereich Gesundheit, Kreativität, Wissens- und Kompetenzvermittlung;
- Haushaltshilfe und Unterstützung für alte, kranke und behinderte Menschen;
- Zahlreiche Möglichkeiten zum Engagement, zur Selbsthilfe und zu gegenseitiger Unterstützung;

Wir helfen beim Umgang mit Behörden oder beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen.

Die Beratungen und Hilfsangebote sind anonym, streng vertraulich und kostenlos.

WAS GIBT ES NEUES

Liebe Mitglieder und Besucher,

ich hoffe, Sie sind alle entspannt und wohlbehalten aus dem Urlaub zurück und begrüßen mit uns den Herbst.

In dieser Programmausgabe bieten wir Ihnen viele wunderbare Veranstaltungen und Kursangebote.

Im November ist ein Vortrag von Eva Hochrath über Internetbetrüger geplant. Das Beratungsangebot für Computeranwendungen und Handy-sprechstunde werden auch künftig angeboten (S.10, 11).

Wir möchten darauf hinweisen, dass der **Offene Singtreff**, die **Klang Entspannung**, sowie der **Singabend** weiterhin in der Nachbarschaft Neuhadern stattfinden. Für die kleinen Besucher gibt es durchgehend musikalische Angebote.

In der Vorweihnachtszeit bieten wir wieder **Adventsbingo** und **Adventskranzbinden** an. (S. 20)

Und zu guter Letzt darf auch das Feiern nicht fehlen.

Am **25.11.2023** laden wir Sie herzlich zu unserem **Tag der offenen Tür** ein. Es erwarten Sie erlebnisvolle Momente. (S.19).

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

Ihre Larissa Gerling-Redin



ANGEBOTSÜBERSICHT

Erwachsene

Kurse

Körper, Fitness, Entspannung

Yoga, Atmung und Entspannung	Montag	17:45 - 19:15
Yoga, Atmung und Entspannung	Dienstag	17:45 - 19:15
Klang-Entspannung	Donnerstag	15:00 - 16:00
Yoga und Meditation am Abend	Donnerstag	18:30 - 19:45
Qi Gong	Freitag	17:00 - 18:30

Kunst, Kultur, Sprachen

Malkurs (Acrylmalerei/Mischtechnik)	Montag	10:30 -12:30
Sprachcafé Deutschkonversation für Frauen	Mittwoch	10:00 - 11:30
Malkurs (Acrylmalerei/Mischtechnik)	Freitag	10:00 - 12:00

Offene Treffs

Frühstückstreff 60+	Dienstag	09:30 - 11:30
Spielnachmittag	Dienstag	13:30 - 16:15
Handarbeitsgruppe	Mittwoch	15:00 - 17:00
Pflegende Angehörige		
Upcycling	Mittwoch	18:00 - 21:00
Singabend mit Gitarrenbegleitung	Mittwoch	19:00 - 20:00
Frauenstammtisch	Mittwoch	20:00 - 22:00
Offener Singtreff	Donnerstag	11:15 - 12:15

Veranstaltungen

Adventskranzbinden	Mittwoch	18:00 - 21:00
Advents-Bingo	Donnerstag	15:00 - 17:00
Vortrag: Internetbetrüger	Donnerstag	16:00 - 17:00
Vernissage	Freitag	19:00 - 21:00
Tag der offenen Tür	Samstag	10:00 - 16:00
Helferfrühstück		n. Absprache
Repair Café		n. Absprache
Reiserlebnisse mit anderen teilen		n. Absprache

Beratung

Pflegende Angehörige	Mittwoch	18:00 - 19:00
Einzel - und Familienberatung		n. Absprache
Computer-Anwendungen einsteigen und /oder trainieren		n. Absprache
Sprechstunde für Mobilgeräte und Computer		n. Absprache

ANGEBOTSÜBERSICHT

Kinder

Babys, Kleinkinder

Französischer Eltern-Kind-Treff (0 - 5 Jahre) Montag 15:45 - 17:15

Musik, Spiel und Tanz für Kinder
von 1 bis 3,5 Jahren mit Bine Dienstag 16:30 - 17:15

Krabbelgruppe (Eltern-Kind-Gruppe, 0 -3 Jahre) Mittwoch 15:30 - 17:30

Musik, Spiel und Tanz für Kinder
von 1 bis 3,5 Jahren mit Bine Donnerstag 9:00 - 9:45

Musik und Bewegung für Kinder in Englisch von 8
Monaten bis 5 Jahre Freitag 15:45 - 16:30

über 3 Jahre

Malkurs für Kinder Montag 16:00 - 18:00

Französischkurse für Kinder Donnerstag 16:30 - 18:00

Malkurs für Kinder Freitag 15:00 - 17:00

Schulkinder

Französischkurse für Kinder Montag 15:45 - 17:15

Lernhilfe Donnerstag 14:00 - 16:30

KURSE FÜR ERWACHSENE

Mo

YOGA, ATMUNG UND ENTSPANNUNG

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

6x mo 17.45 bis 19.15 Uhr, 11.09. bis 23.10.23

6x mo 17.45 bis 19.15 Uhr, 06.11. bis 18.12.23

6x 66 €, 7 Plätze

Anmeldung und Info: Tel. 0174 - 214 71 99



Di

YOGA, ATMUNG UND ENTSPANNUNG

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

6x di 17.45 bis 19.15 Uhr, 12.09. bis 24.10.23

7x di 17.45 bis 19.15 Uhr, 07.11. bis 19.12.23

6x 66 €, 7x 77 €, 7 Plätze

Anmeldung und Info: Tel. 0174 - 214 71 99

KURSE FÜR ERWACHSENE

Do

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*



Do

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
do 15:00 bis 16:00 Uhr
21.09., 19.10., 16.11., 21.12.2023
10,00 € pro Stunde
Anmeldung und Info: Tel: 089 /18944121
0151/12221095*



Fr

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 2024 statt.*



KURSE FÜR ERWACHSENE

Mo / Fr

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

7x mo 10:30 bis 12:30 Uhr,

18.09., 25.09., 02.10., 27.11., 04.12., 11.12., 18.12.2023

77,00 € (Mitglieder 69,30 €), 7 Plätze

7x fr 10:00 bis 12:00 Uhr,

15.09., 22.09., 01.12., 08.12., 15.12., 22.12.2023

77,00 € (Mitglieder 69,30 €), 7 Plätze

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



Mi

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, kostenfrei

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800

OFFENE TREFFS FÜR ERWACHSENE

Di

FRÜHSTÜCKSTREFF 60+

Gemeinsam den Tag beginnen mit einem Frühstück in geselliger Runde.

Erika Ebensberger

di 09:30 bis 11:30 Uhr

Die Gruppe ist derzeit geschlossen.

Eine zusätzliche Frühstücksgruppe ist in Planung.

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



Di

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

12.09., 26.09., 10.10., 24.10., 07.11.,

21.11., 05.12., 19.12.2023.

kostenfrei

Info: Tel. 089 7002800



Mi

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

Mi

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

11.10., 25.10., 08.11., 22.11. 06.12., 20.12.2023

ohne Anmeldung, 3,00 € Spende

Info: Tel. 089 7002800



Do

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

21.09., 19.10., 16.11., 21.12.2023

ohne Anmeldung, 3,00 € Spende

Info: Tel. 089 7002800



OFFENE TREFFS FÜR ERWACHSENE

Mi

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

kostenfrei

Anmeldung und Info: Tel. 089 701171



Mi

UPCYCLING

Von zerschnittenen und wiederverhäkelteten T-Shirts, Pullis und Papierschur 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

kostenfrei

Anmeldung und Info Tel. 089 7002800



ANGEBOTE FÜR KINDER

Mo / Fr

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

7x mo 16:00 bis 18:00 Uhr,

18.09., 25.09., 02.10., 27.11., 04.12., 11.12., 18.12.2023

77,00 € (Mitglieder 69,30 €), 7 Plätze

7x fr 15:00 bis 17:00 Uhr,

15.09., 22.09., 29.09., 01.12., 08.12., 15.12., 22.12.2023

77,00 € (Mitglieder 69,30 €), 7 Plätze

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



Do

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

Di / Do

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



Mi

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
15,00 € pro Monat
Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



ANGEBOTE FÜR KINDER UND ELTERN

Mo/ Do

FRANZ – DEUTSCH – FRANZÖSISCHE BEGEGNUNGSSTÄTTE

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



Fr

MUSIK UND BEWEGUNG FÜR KINDER IN ENGLISCH VON 8 MONATEN BIS 5 JAHREN

Möchten Sie gemeinsam mit Ihren Kindern Musik machen?
Dies ist ein Eltern-Kind-Musik- und Bewegungskurs in englischer Sprache für Babys und kleine Kinder. In jeder Unterrichtsstunde werden wir verschiedene Arten von Liedern und rhythmischen Reimen erforschen, einschließlich kleiner und großer Bewegungsaktivitäten und Instrumentenspielen.

Chih-Suei (Mia) Shaw
10x fr, 15:45 bis 16:30 Uhr
130,00 €, 10 Plätze
15.09.2023 Freie Probestunde
22.09, 29.09, 06.10, 13.10, 20.10, 27.10, 10.11, 17.11, 24.11, 01.12.2023
Anmeldung und Info:
Tel. 0151-54383309
Email: mialtomusictogether@gmail.com

BERATUNGSANGEBOT

Nach
Absprache

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

Mi

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Ca. drei Viertel aller pflegebedürftigen Personen werden zu Hause von ihren Angehörigen gepflegt: ein hartes und einsames Geschäft, das seelisch sehr belasten kann! Aber Sie sind nicht allein. Einmal im Monat treffen sich pflegende Angehörige aus Hadern, um sich auszutauschen und einmal „durchzuschlafen“.

Herzlich willkommen sind auch Nachbarn, die einfach nur an dem Thema interessiert sind, oder die – wie Gastgeberin Eva Hochrath – die Pflegezeit nun hinter sich haben und vielleicht Tipps geben können oder einfach nur das Bedürfnis haben, von ihrer schweren Zeit zu berichten.

Eva Hochrath

mi 18:00 bis 19:00 Uhr

20.09., 18.10., 15.11., 13.12.2023

kostenfrei

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



UNSER BERATUNGSANGEBOT

Nach
Absprache

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



Nach
Absprache

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



VERANSTALTUNGEN

Do

INTERNETBETRÜGER

Haben Sie auch schon solche Mails erhalten, die einen auffordern, auf einen Button zu klicken?



Immer mehr immer raffinierte und dreistere Methoden wenden Internetbetrüger an, um an Ihre Daten und Ihr Geld zu kommen. Unser Vortrag möchte ein paar der Methoden aufzeigen, analysieren und helfen, wie man sich schützen kann.

Eva Hochrath

do 23.11.2023, 16:00 bis 17:00 Uhr

kostenfrei

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800

Sa

HERZLICHE EINLADUNG ZUM TAG DER OFFENEN TÜR IN DER NACHBARSCHAFT NEUHADERN E.V.

Liebe Besucherinnen und Besucher,
genießen Sie mit uns ein besonderes Zusammensein und treffen Sie den Vorstand und alle Mitarbeiterinnen in persönlicher Atmosphäre!
Wir laden Sie auf ein abwechslungsreiches Programm zum Mitmachen und Erleben ein. Bringen Sie gerne Ihre Familie und Bekannten mit.
Auch für Kinder haben wir etwas vorbereitet.
Haben wir Sie neugierig gemacht? Dann freuen wir uns schon jetzt darauf, Sie an diesem Tag persönlich begrüßen zu können!
Der genaue Ablauf wird noch bekannt gegeben.

sa 25.11.2023, 10:00 bis 16:00 Uhr

kostenfrei

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



VERANSTALTUNGEN

Mi

ADVENTSKRANZBINDEN

Wir binden und gestalten einen Adventskranz aus allerlei Grün. Bitte festen Blumendraht und falls vorhanden eine Gartenschere mitbringen (Pro Person nur einen Kranz).

Katharina Schels und Gabriele Lindmeiri
mi 29.11.2023, 18.00 bis 21: 00 Uhr
Kosten: 12,00 € (inkl. Materialgeld)
Anmeldung und Info: Tel.089 700280



Do

EINLADUNG ZUM ADVENTS-BINGO

Einladung zum Advents-Bingo. In gemütlicher Runde wollen wir entspannt und fröhlich spielen, ratschen und – mit etwas Glück – gewinnen.

do, 14.12.2023 15:00 bis 17:00 Uhr
Kosten: 2,00 € (inkl. Materialgeld)
Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



Fr

VERNISSAGE

Unsere Malgruppen laden Sie herzlich ein zur Ausstellung ihrer Bilder. Vernissage am Freitag, **15.12.2023, 19:00 Uhr.**

Susana Gonzalo
kostenfrei
Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



VERANSTALTUNGEN

Wegwerfen? *Denkste!*



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.
Termine werden durch Aushänge, Newsletter, unsere Webseite und
nebenan.de bekannt gegeben

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800

kostenfrei

Unsere Räume sind barrierefrei

REISEERLBNISSE MIT ANDEREN TEILEN

Tollen Urlaub gehabt? Interessante, spannende Reise erlebt?
Dann teilen Sie Ihre Bilder und Eindrücke. In der Nachbarschaft Neuha-
dern können Sie einen Bilder-Vortrag halten und anderen Reiseliebenden
über Ihre tollen Erlebnisse berichten und weiterempfehlen oder
auch vor Enttäuschungen warnen. Machen Sie gerne einen
Termin aus! Die Einladung und die Werbung übernehmen
wir.



Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800

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



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
- ⇒ durch Aushänge in den Schaukästen und in unserer Einrichtung.
- ⇒ Newsletter
- ⇒ nebenan.de

Bitte informieren Sie sich gerne auch dort.



SONSTIGES

KOPIERSERVICE

Im Büro der Nachbarschaft Neuhadern e.V. können Sie Ihre Unterlagen sowohl kopieren als auch faxen lassen.

Die Kosten für eine Kopie in DIN A4 betragen 0,25 € für Faxe 0,10 €.

Sprechen Sie uns gerne an.

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



W-LAN NUTZUNG

In unseren Räumlichkeiten besteht die Möglichkeit während der Öffnungszeit kostenfreies W-LAN zu nutzen. Sprechen Sie uns gerne an, im Büro erhalten Sie die nötigen Zugangsdaten.

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800



WÄRMEBERATUNG

Unterstützung für einkommensschwache Haushalte in der Energiekrise.

Frau Sanja Celan

Anmeldung und Info: 0176 / 84 04 37 30

SONSTIGES

RAUMVERMIETUNG

Sie können unsere Räume für private Veranstaltungen mieten:

- ⇒ Kindergeburtstage (max. 10 Kinder) (ausschließlich samstags); Nutzungsgebühr: 80 € (Mitglieder 60 €)
- ⇒ Kursangebote
- ⇒ Seminare
- ⇒ Projekte und Stadtteilarbeit (freie Zeiten und Nutzungsgebühr auf Nachfrage)

Anmeldung und Info: Tel. 089 7002800

Unsere Räume sind barrierefrei.



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.

Info: Tel. 089 7002800



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



TEILNAHMEBEDINGUNGEN FÜR DIE KURSE

Teilnahmebedingungen (Allgemeine 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.

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



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

SO KÖNNEN SIE SICH ENGAGIEREN

Unterstützen Sie unsere Aktivitäten – machen Sie mit:

- ⇒ Helfen Sie bei unseren regelmäßigen Veranstaltungen (Organisation, Auf- und Abbau, Kuchenspenden 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 Geldspende, 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.



IMPRESSUM

Herausgeber

Nachbarschaft Neuhadern e.V.

Leitung: Larissa Gerling-Redin

Kontakt

Stiftsbogen 93

81375 München

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
http://www.muenchen.info/soz/pub/pdf/22_bsa_flyer.pdf	
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

www.nachbarschaft-neuhadern.de