

Kostenlose Beratungen



Kinder, Jugend- und Familienhilfe

Terminvereinbarung
08821-943 48-40

eb-garmisch@caritasmuenchen.de



Allgemeine Soziale Beratung

Offene Sprechstunde Montag 10:00-14:00 in geraden Wochen oder

Terminvereinbarung

08821-943 48-87

soziale-beratung@caritasmuenchen.de



Fachambulanz für Suchterkrankungen

Terminvereinbarung

08821-943 48-30

fachambulanz-garmisch@caritasmuenchen.de



NACHBARSCHAFTSHILFE

Wollen Sie helfen – dann melden sie sich bei uns.

Brauchen Sie Hilfe? z.B. zum Einkaufen, Spaziergehen, kleine handwerkliche Hilfen, Schriftverkehr oder nur zum Erzählen oder zuhören? Oder ein anderes Problem, dann melden sie sich bei uns.

Wir sind für Sie da und beraten Sie gerne.

08841 2620 oder mgh-

nachbarschaftshilfe@caritasmuenchen.de

Behördenlotsen

Sie verstehen amtliche Schreiben nicht, brauchen Anleitung beim Ausfüllen von Formularen oder haben Angst vor dem Kontakt mit Ämtern? Die Behördenlotsen helfen Ihnen. Es wird keine Rechtsberatung angeboten, Die Behördenlotsen arbeiten vertraulich und sind zur Verschwiegenheit verpflichtet.

Dieses Angebot ist kostenlos.

Terminvereinbarung erforderlich.

Regelmäßige Veranstaltungen

Montag

08:45–10:00 Uhr: YOGA am Morgen

Entspannt in den Tag mit Susanne Roth-Utzschneider, Yogalehrerin (BYV)
Einstieg jederzeit möglich. Nicht in den Ferien.
Anmeldung unter 08841-625528

10:00 Uhr: BISTRO geöffnet

Ein offener Treff für Bürger zum Austauschen, Knüpfen neuer Kontakte und Aktuelles.
Kostenloses Getränk und Schnittchen.

Mittwoch

11:00 Uhr: Walking für jedes Alter.

Kontakt 08841-99133. Treffpunkt: Weindorfer Kiesgrube

14:00 Uhr: Spielenachmittag

Schafkopfen spielen oder lernen
Neue Mitspieler sind herzlich willkommen.

Donnerstag

14:00 Uhr Konversationskurs Deutsch

In angenehmer und entspannter Atmosphäre üben wir gemeinsam mit anderen Interessierten die deutsche Sprache in alltäglichen Situationen. Gemeinsam reden, spielerisch lernen, zusammen üben

14:00 Uhr: Offener Café Treff

mit Spielenachmittag. Neue Mitspieler sind herzlich willkommen

Montag - Freitag

13:30 -16:00 Uhr: Lernhilfe

Die Lernhilfe möchte Schülern mit Migrationshintergrund oder Freizeitpassinhabern beim Erlernen von Lesen, Schreiben und Rechnen Unterstützung geben.

Termine nach Absprache

Förderverein des MehrGenerationenHauses

Murnau e.V. Wir wollen die Arbeit des Mehrgenerationenhaus Murnau, ideell und finanziell unterstützen. Werden Sie Förderer, treten Sie bei als Mitglied, aktiv oder passiv.
Spendenkonto:

Vereinigte Sparkassen

DE59 7035 1030 0032 2249 09

VR Bank Werdenfels

DE22 7039 0000 0004 0561 08



Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander

Mehrgenerationenhäuser sind Begegnungsorte für alle Generationen, in denen neue Formen des Miteinanders in der Kommune gestaltet werden können.

Mehrgenerationenhäuser stehen allen offen und laden jeden dazu ein, am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben

Mehrgenerationenhäuser unterstützen die Kommunen, die jeweiligen Herausforderungen des demografischen Wandels zu meistern und dessen Chancen zu nutzen.



Programm
Aug. und Sept.
2022

IMPRESSUM

Kontakt:

MehrGenerationenHaus Murnau

Dr.-August-Einsele-Ring 18

Tel. 08841/628113

<https://murnau-mehrgenerationenhaus.de>

Gefördert vom:



Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales





„Digital mobil im Alter“

„Sprechstunden“ jeden Montag 10:30 bis 13:00 Uhr haben sie Fragen zu Smartphone und Tablet, zu Anwendungen, Apps, Einstellungen und Handhabung. Die Experten des „Team Digital“ stehen ihnen persönlich zur Verfügung, vor Ort, telefonisch oder über Zoom

„Digital-Treff“ Dienstag, 20. September 2022 10:00 bis 11:00 Uhr

Teilnahme vor Ort oder online möglich

Wir stellen jeweils ein Thema aus der Online-Welt rund ums Internet und mobile Geräte vor. Wir demonstrieren und besprechen neue Anwendungen und beantworten Fragen. Beispiele sind: soziale Medien, neue Apps, navigieren, Sicherheit im Internet und vieles mehr.

Workshop „Grundlagen“

14. September 2022 10:00 bis 15:00 Uhr

Aufbaumodule 19.9./26.9./3.10./10.10. 2022 11:00-13:00 Uhr

Das Team Digital des MGH bietet im Rahmen des Projektes „Digital mobil im Alter“ älteren Menschen ein neues Angebot für den angstfreien Einstieg in die Smartphone Nutzung.

Gestartet wird mit einem Grundlagenkurs. In diesem Workshop werden Basiswissen wie der Aufbau des Smartphones, die Ersteinrichtung, das Nutzerkonto vermittelt und erste praktische Übungen zur Bedienung durchgeführt.

In den folgenden 4 Wochen haben die Teilnehmer die Möglichkeit ihr Wissen im Umgang mit dem eigenen Smartphone assistiert vom Team Digital anzuwenden und zu erweitern. Dazu bietet das Team Digital einmal in der Woche ein praktisches Aufbaumodul in Abhängigkeit der Nutzungswünsche und der Fortschritte der Teilnehmer an.

Anmeldung zu den Angeboten Digital mobil im Alter erforderlich unter 08841 62 81 13 oder 0160 90 93 36 86 oder murnau@caritasmuenchen.de

„Bürgertisch“ Mittwoch 17. August und 21. September 2022 um 12:00 Uhr

Einmal im Monat um 12:00 Uhr empfängt ein Wirt alle Murnauer Bürger und Bürgerinnen. Die Gäste haben die Wahl zwischen einer Fleischmahlzeit oder einem vegetarischen Gericht dazu gibt es ein alkoholfreies Getränk für 8 €, mit Freizeitpass 3 €. Die Differenz wird übernommen vom Förderverein Mehrgenerationenhaus.

Im August findet der Bürgertisch im „Herzogin Anna“ Schwaiganger statt. Bitte Fahrgemeinschaften bilden. Wer noch eine Fahrgelegenheit braucht, bitte unter 08841 5908 melden.

September Gaststätte wird noch bekanntgegeben, auch auf unserer Webseite

„Film Café am Nachmittag“ Mittwoch, 24. August und 28. September 2022 14:00 Uhr

Es bietet eine Möglichkeit, gemeinsam Filme anzuschauen und darüber zu sprechen, sich inspirieren und anregen zulassen, vergnügt bis nachdenklich zusammen zu sein.

Filme erzählen Geschichten. Geschichten vom Leben der Menschen gestern und heute, von ihren Träumen, Wünschen, Hoffnungen und Zukunftserwartungen in unserer nahen und fernen Welt. Filme lassen uns lachen und weinen, verstehen und nachdenklich sein. Filmtitel bitte im MGH erfragen. Die Veranstaltung ist kostenlos.

„Gedankenwerkstatt“ online oder vor Ort im MGH Regelmäßige Treffen jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat 19:00 Uhr

Die Gedankenwerkstatt ist ein Forum für lebensnahe philosophische Fragen Gedanken zu Ende denken. Diskussionen ohne Zeitdruck. Das Denken pflegen. Kein Dozent, aber Moderation. Kein Philosophiekurs. Impulsreferate - jede und jeder bringt sich ein. Teilnahme vor Ort oder online möglich. Anmeldung und Informationen unter info@new-ideas.de

„Gemeinsam isst man weniger allein“ Begegnung übers Essen, Freitag 23. Sept. 2022 17:00 Uhr.

Lassen Sie sich von der Vielfältigkeit der indischen Küche überraschen. Gemeinsam bereiten wir die indischen Spezialitäten zu und genießen diese dann gemeinsam. Mitzubringen sind Dosen (für Reste) Die Unkosten werden unter den Teilnehmern umgelegt. Anmeldung erforderlich bis spätestens 21. Sept. 2022

„Malen Sie mit“ Jeden letzten Freitag im Monat um 15:00 Uhr Start am 30.09.2022

Wir Malen, Zeichnen, fertigen Collagen - lassen unserer Kreativität freien Lauf.

Denn: Jeder Mensch ein Künstler (Joseph Beuys)

Materialkosten werden umgelegt.

„Kreativ Treff“ Jeden 2. Montag im Monat um 14:00 Uhr

Sie haben Lust gemeinsam mit anderen zu basteln, stricken, häkeln, quilten, malen, eigene kreative Ideen umzusetzen und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen? Dann kommen sie einfach vorbei!

„Frühstück und Brunch“ für Jung und Alt Jeden 2. Donnerstag im Monat um 10:00 Uhr heißt es „Schlemmen ohne Ende“ im Mehr Generationen Haus. Freiwillig Engagierte richten für Sie ein leckeres Frühstückbuffet, das keine Wünsche offenlässt. Unkostenbeitrag 4 €

Sie sind herzlich willkommen.

„Deutsch Konversation“ Jeden Donnerstag um 14:00 Uhr

für Frauen mit Fluchtgeschichte oder Migrationshintergrund bietet der Kurs die Möglichkeit miteinander zu kommunizieren. In entspannter Atmosphäre wird so die Ausdrucksfähigkeit in der deutschen Sprache gefördert. Bei anregenden Gesprächen über Alltagserlebnisse und aktuelle Themen, sowie lesen von literarischen Texten und Zeitungsartikeln üben und verbessern sie ihre Kenntnisse.

„Tagesbetreuung“ in Kooperation mit ÖSO können Menschen mit dementiellen Veränderungen und einem niedrigen Pflegebedarf zwei Mal monatlich für vier Stunden die Tagesbetreuung im MGH besuchen.

Nähere Infos zum Besuch der Tagesbetreuung erhalten Sie bei der Ökumenischen Sozialstation Oberland gGmbH, Tel. 08803 / 63 33 0 oder im MGH