

**Kinder, Jugend- und Familienhilfe**

Terminvereinbarung: 08821-943 48-40

Offene Sprechstunde 16.05.2024 von 9:00-10:00

**Allgemeine Soziale Beratung**

Offene Sprechstunde

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

Terminvereinbarung: 08821-943 48-87

**Fachambulanz für Suchterkrankungen**

Terminvereinbarung: 08821-943 48-30

**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 628113

**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.

**Werden sie Bonus-Oma oder Bonus-Opa.**

Decken Sie Zeiten und Anlässe ab, bei denen Großeltern einspringen würden. Sie verfügen über genügend Lebenserfahrung im Umgang mit Kindern und sind zeitlich flexibel? Dann melden Sie sich bei uns!

**Reparatur-Profis, HandwerkerInnen, BastlerInnen, SchneiderInnen,**

Können aus allen Gebieten für ein Reparatur-Café gesucht.

Wenn sie über handwerkliches Geschick, egal in welchem Bereich, verfügen und Lust haben dieses Reparatur-Café mit aufzubauen und zu unterstützen, dann melden sie sich bei uns.

**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 Schnitzchen.

**Mittwoch****11:00 Uhr: Walking für jedes Alter.**

Kontakt 08841-99133.

Treffpunkt: Weindorfer Kiesgrube

**14:00 Uhr: Spielenachmittag**

Schafkopfen

Um Anmeldung wird gebeten.

**14:00 Uhr Deutsch für Anfänger 14-tägig**

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

**Donnerstag****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 Freizeitpass Inhabern 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



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  
Mai 2024****IMPRESSUM****Kontakt:**

MehrGenerationenHaus Murnau

Dr.-August-Einsele-Ring 18

Tel. 08841/628113

<https://murnau-mehrgenerationenhaus.de>

Gefördert vom:

Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und JugendBayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

## **„Lecker für Leib und Seele“ Gemeinsames Mittagessen im „Offenen Treff“**

**am 16.05.24 um 12.00 Uhr**

Lassen Sie sich kulinarisch verwöhnen und genießen eine saisonale und lokale Küche, gekocht von Chef Philipp, sowie Haupt- und Ehrenamtlichen, welche für Sie ein 2 Gänge Menü zubereiten werden.

Vorspeise: Rondel von Tomate und Mozzarella Basilikum Pesto, Alter Balsamico, geröstete

Kürbiskerne

Hauptgang: Knusperpraline vom Heuschwein, Ofenkartoffel mit Schnittlauchquark, grüne Bohnen, Rosmarinjus

Komm und genieße ein gemeinsames Mittagessen im Mehrgenerationenhaus!

Bei uns erwartet dich nicht nur leckeres Essen, sondern auch die Möglichkeit, mit Menschen unterschiedlicher Altersgruppen und Hintergründe in Kontakt zu treten. Tauche ein in eine vielfältige und herzliche Gemeinschaft, in der sich Jung und Alt begegnen, austauschen und voneinander lernen können. Erlebe eine einladende Atmosphäre, in der sich jeder willkommen fühlt und neue Freundschaften entstehen können. Wir freuen uns darauf, dich bei unserem nächsten Mittagessen begrüßen zu dürfen!

Danach steht die Zeit für Gesellschaftsspiele, gegenseitigen Austausch und Freude am Miteinander zur Verfügung.

Anmeldung erforderlich bis 13.05.24. Unkostenbeitrag 7,00 € für 2 Gänge ohne Getränk

## **„Gehirnjogging“ Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat um 11:00 Uhr**

Gedächtnisblockade – Denkblockade?

Was haben wir gestern noch besprochen, was soll ich zum Ausflug am Wochenende mitbringen?

Wann fahren die Kinder in Urlaub? Wer kennt solche Situationen nicht?

Was können wir tun? Üben!! z.B. "Geburtsprobleme. Es werden zwei Kinder in derselben Nacht geboren. Sie haben dieselbe Mutter und denselben Vater. Sie kommen im selben Kreißsaal zur Welt und werden von demselben Arzt entbunden. Trotzdem sind es keine Zwillinge." Wie ist das möglich? Die Antwort auf die Frage ist verblüffend einfach. Wir müssen nur eine Blockade lösen.

Die Teilnahme ist kostenlos! Wir bitten um Anmeldung

## **Thementreff für Eltern „Was Kinder stärkt“ Donnerstag, 16.05.2024 10:00 bis 11:00**

Kinder auf die Herausforderungen des Lebens vorzubereiten ist eine schöne und nicht immer leichte Aufgabe. Wie können Eltern eine positive Entwicklung unterstützen und Orientierung geben?

Wir laden herzlich ein zu einem Thementreff im MGH Murnau mit Monika Mayr-Dayani, Erziehungs- und Familienberaterin (bke).

Kostenfreies Angebot – Anmeldung erwünscht

## **„Brunch“ für Jung und Alt jeden 2. Donnerstag im Monat um 10:00 Uhr**

heißt es „Schlemmen ohne Ende“ im Mehrgenerationenhaus. Freiwillig Engagierte

richten für Sie ein leckeres Buffet, das keine Wünsche offenlässt.

Unkostenbeitrag 5 €. Sie sind herzlich willkommen, damit keiner hungrig bleibt, bitten wir

um Anmeldung 08841 628113 oder [murnau@caritasmuenchen.org](mailto:murnau@caritasmuenchen.org)

## **entfällt im Mai wegen Feiertag**

## **„Film Café am Nachmittag“ am Mittwoch, 29.05.2024 um 14:00 Uhr**

Es bietet eine Möglichkeit, gemeinsam Filme anzuschauen und darüber zu sprechen, sich inspirieren und anregen zu lassen, 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. Keine Anmeldung erforderlich

## **„Digital mobil im Alter“ Senioren Tablets – Beratung + Vorführung**

**jeden Montag von 12:00 – 13:30 Uhr**

Wir laden Interessierte ein, unterschiedliche Senioren Tablets auszuprobieren und kennenzulernen. Angefangen von Geräten mit einer einfach zu bedienenden Oberfläche mit großen Symbolen über Geräte die keinerlei Verwaltung benötigen bis zu Tablets, die als „digitalen Betreuungsassistenten“ unterstützend für Senioren eingesetzt werden können.

Dieses Angebot richtet sich nicht nur an Senioren und Seniorinnen, sondern auch an deren Angehörige, die ein Interesse daran haben, ihren Verwandten den Zugang zur digitalen Welt zu erleichtern.

Anmeldung ist erforderlich unter 08841 62 81 13 oder [murnau@caritasmuenchen.org](mailto:murnau@caritasmuenchen.org)

## **„Digital mobil im Alter“ Sprechstunden jeden Montag von 10:30 bis 13:30 Uhr**

Haben Sie Fragen zu Smartphone und Tablet. Die Experten des „Team Digital“ stehen Ihnen persönlich zur Verfügung.

Anmeldung ist erforderlich unter 08841 62 81 13 oder [murnau@caritasmuenchen.org](mailto:murnau@caritasmuenchen.org)

## **„Digital mobil im Alter“ Workshop „altersgerechte Einstellungen“**

**am Mittwoch, 22.05.2024 10:30 bis 13:30 Uhr**

Tablets gelten als smarte Begleiter, welche uns sowie vor allem auch älteren Menschen im Alltag schnell und einfach unter die Arme greifen.

Aber gerade für ältere Generationen kann die Bedienung solcher Geräte schnell kompliziert und knifflig werden. Dabei genügen wenige Handgriffe, um das Tablet auch für Menschen in höherem Alter startklar zu machen.

Worauf es genau ankommt, erklären wir in diesem Workshop.

Anmeldung ist erforderlich unter 08841 62 81 13 oder [murnau@caritasmuenchen.org](mailto:murnau@caritasmuenchen.org)

## **„Digital mobil im Alter“ Workshop – Fragen und aktuelle Themen**

**am Mittwoch, 29.05.2024 von 10:30 bis 12:45 Uhr**

Wir stellen jeweils ein Thema aus der Online-Welt vor, beantworten ihre Fragen und tauschen uns über aktuelles rund ums Internet und mobile Geräte aus.

Keine Anmeldung erforderlich

## **„Bürgertisch“ jeden 3. Mittwoch im Monat um 12:00 Uhr**

**Gaststätte wird auf unserer Webseite und in der Presse bekannt gegeben**

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 11 €, mit einem Freizeitpass 5 €. Die Differenz wird vom Förderverein Mehrgenerationenhaus übernommen.

## **„Fit im Kopf“ jeden 2. und 4. Dienstag des Monats um 14:30 Uhr**

Gemeinsam mit dem „Seniorentreff Murnau e.V.“ findet im Mehrgenerationenhaus ein Gedächtnistraining statt. Unterhaltsam und spielerisch soll in der Gruppe Aufmerksamkeit und Merkfähigkeit geübt und trainiert werden.

Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung erforderlich

## **„Gedankenwerkstatt“ jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat um 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 ohne Anmeldung möglich.

## **„Malwerkstatt“ Freitag, 24.05.2024 um 15:00 Uhr**

Wir malen, zeichnen, fertigen Collagen - lassen unserer Kreativität freien Lauf. Denn: Jeder Mensch ist ein Künstler (Joseph Beuys). Kommen Sie einfach vorbei oder informieren Sie sich vorab telefonisch unter der Nummer 08841-4895644. Materialkosten werden umgelegt.