



UNSER PROGRAMM

OKTOBER 2021

Was ist im Oktober geboten?

- **Digitale Mediensprechstunde für Senior*innen – bitte mit Voranmeldung**
dienstags von 09:30 – 11:30 Uhr
telefonisch bei Frau Andrea Holzner unter 08031/ 94137322
- **Gymnastik**
dienstags: 19:30-21:00 Uhr
Fr. Radojic unter 0176/63035064
- **Seniorentreff Kaffeezeit** – im Café im 2.OG
offener Treff in geselliger Runde mit Kaffee und Kuchen (kostenlos)
Mittwoch 1x im Monat: 14-16 Uhr
weitere Termine: 13.10.2021, 10.11.21, 08.12.21
mit Fr. Cosima Lämmer und Bruni Rank, bei Fragen: 08031/ 81905
- **Freies Tanzen**
mittwochs: 20:00 - 21:30 Uhr
Frau Maya Eckhardt unter 0177/ 1888781
- **Handarbeitsgruppe KREATIV**
2. & 4. Freitag im Monat: 13:30 – 16:00 Uhr
Fr. Sissi Schott unter 0162/7067811
- **Nähcafé – gemeinsam Nähen mit alten Stoffen-für alle Generationen**
jeden 2.&4. Freitag im Monat, 18:15 - 19:45, alles vorhanden
Fr. Ellen Maeckelburg unter ellen@rosenheimlieben.de

- **Musikgruppe für Kinder**
Mit verschiedenen Instrumenten und leichten Rhythmen Musik machen und tanzen, wer möchte. Ab 18. September immer am 1. und 3. Samstag im Monat von 16:00 bis 17:30 Uhr. Alter: 5-12 Jahre
Bitte mit Anmeldung unter estelle_allali@yahoo.fr. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 5-10 Kinder (diese wird sich an den geltenden Corona-Vorgaben orientieren).
- **Meditationskreis**
donnerstags: 19:00 -20:00 Uhr, ab 16. September wieder,
Herr Rein unter 0163/1833003
& Meditation Online – Entspannung für Körper& Seele (Zoom)
mittwochs: 19 -20 Uhr
mit Familie Rein, bitte Anmeldung unter christianrein@yahoo.de
Es werden dann die Zoom-Zugangsdaten zugesendet.
- **Kleider-Tauschparty**
ist leider verschoben und bald wird der Ausweichtermin mitgeteilt!
- **Sozialer Mittagstisch**
Gemeinsam etwas Gutes essen! Am Mittwoch, 29. September, wird günstig für Menschen, die sich über Gesellschaft und ein lecker Essen freuen, von unseren Ehrenamtlichen gekocht. Beginn ist um 11 Uhr& Ende um 12 Uhr. Bitte mit Anmeldung unter mehrgenerationenhaus@awo-rosenheim.de, begrenzte Teilnehmerzahl!
- **Selbsthilfegruppe Depressionen – bitte mit Voranmeldung**
1./2./3./4. Mittwoch im Monat: 18:00 - 19:30 Uhr
Herr Marsch unter 0177/1543556
- **Selbsthilfegruppe Trauer nach Suizid – bitte mit Voranmeldung**
3. Montag im Monat: 19:00 - 20:30 Uhr
Sommerpause, ab 20. September wieder
Frau Martin unter 08063/9738173

- **Selbsthilfegruppe Trennung & Scheidung – bitte mit Voranmeldung**
3. Freitag im Monat: 19:30 – 22:00 Uhr
Sommerpause, 17. September wieder
Herr Ledermüller unter ledermuellergerhard@gmail.com
- **Schuldnerberatung**
1. Montag im Monat, nä. Termin: 04.10.21, 9 - 11 Uhr, im Untergeschoss
Fr. Hausburg (Diakonie) unter 08031/2343917
- **Selbsthilfegruppe Borderline**
Dienstags 17:00 – 19:00 Uhr
Informationen bei Fr. Waitz unter shg-bps@web.de
- **Rentenberatung (vom Bürgerverein Erlenau) – im 2. OG**
1. Montag im Monat ab 18 Uhr
Herr Bergmann (Bürgerverein Erlenau) unter 0170/ 9640007
- **Alpha-Pat*innen Projekt – in der 1 zu 1 Beratung**
individuelle Terminvereinbarungen zw. d. Pat*innen & Lernenden
bei Interesse bei Tina Matousek unter 08031/94137321
- **Schülerpat*innen-Projekt – in der 1 zu 1 Beratung**
individuelle Terminvereinbarungen zw. d. Pat*innen&Lernenden
Bitte bei Tina Matousek unter 08031/94137321

WIR FREUEN UNS AUF EUCH / SIE !

Ihr Mehrgenerationenhaus-Team

Tina Matousek & Andrea Holzner

	Vormittag	Nachmittag	Abend	
Montag	Schuldnerberatung 09:00 - 11:00 1. Montag im Monat		Rentenberatung 18:00 - 19:30 1. Montag im Monat	SHG Fibromyalgie 19:00 - 21:00 2. Montag im Monat SHG Trauer nach Suizid 18:00 - 20:00 3. Montag im Monat
Dienstag	Mediensprechstunde 09:30 - 11:30		Gymnastik 19:30 - 21:00	SHG Borderline 17:00 - 19:00 Uhr startet demnächst
Mittwoch	Sozialer Mittagstisch 11:00 - 12:00 29.9. vorerst einmalig, evtl. bald wieder regelmäßig	Seniorentreff Kaffeezeit 14:00 - 16:00 15.9., dann jeden 2. Mittwoch im Monat	SHG Depressionen 18:00 - 19:30	Freies Tanzen 20:00 - 21:30
Donnerstag				Meditationskreis 19:00 - 20:00 ab 16. September
Freitag		Handarbeitsgruppe 13:30 - 16:00 2. & 4. Freitag/ Monat	Näh-Café 18:15 - 19:45 2. & 4. Freitag/ Monat ab August	SHG Trennung & Scheidung 18:00-19:30 3. Freitag/ Monat
Samstag		Musikgruppe für Kinder 16:00 - 17:30 immer 1. & 3. Samstag im Monat		
Sonntag				