



UNSER PROGRAMM 2 / 2023

Was ist aktuell geboten?

Kostenlose Angebote sind mit * markiert.

Regelmäßiges Programm:

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE:

Musikgruppe für Kinder*

Mit verschiedenen Instrumenten und einfachen Rhythmen bringen Estelle und Michael Kindern Musik näher und haben gemeinsam Freude daran.

Jeden 2. & 4. Samstag im Monat von 16:00 bis 17:30 Uhr. Alter: 5-12 Jahre

Bitte mit Anmeldung unter 0157/ 54034317 oder estelle_allali@yahoo.fr

Schülerpat*innen-Projekt* – in der 1 zu 1 Beratung

PatInnen lernen mit SchülerInnen der Grundschule Erlenau

Bei Interesse bei Tina Matousek unter 08031/94137321 anrufen

Bastelgruppe für Jung & Alt

Wir basteln gemeinsam mit verschiedenen Materialien verschiedene Dinge passend zur Jahreszeit. Alle Generationen sind willkommen. Im Café nebenan können Eltern auch bei einem Kaffee oder Tee ins Gespräch kommen.

Jeder 1. Sonntag im Monat, 15:00 – 16:30 Uhr, Unkostenbeitrag: 3€ (Geschwister: 1€)

Anmeldung bei Frau Meyer unter 08031/68090 oder meyer-rosenheim@t-online.de

FÜR ERWACHSENE & SENIORINNEN:

„Besser lesen & schreiben lernen für Erwachsene“ Lerntreff* & Lerncafé*

Beim **Lerntreff** lernen PatInnen mit Erwachsenen - Schreiben, Lesen und Rechnen - in der 1 zu 1 Beratung, Fragen & Infos: bei Frau Tina Matousek unter 08031/94137321 und

offenes Lerncafé am 2. Dienstag im Monat von 14:30 – 16:00 Uhr – wir unterstützen in gemütlicher Atmosphäre bei individuellen Lernthemen – eigene Texte, Formulare, Bücher, ... mitbringen, mit Lernmaterialien vor Ort üben oder online VHS-Lernportal kennenlernen/ nutzen

Offene Digitale Mediensprechstunde für SeniorInnen*

Digitale Medienberatung im 1 zu 1, dienstags von 09:30 – 11:30 Uhr

Bitte mit Anmeldung unter Tel. 08031/ 94137322 oder E-Mail an mehrgenerationenhaus@awo-rosenheim.de

Workshop/ Lerngruppe für alle Digital-Interessierten*

Vorstellung verschiedener Apps, sowie Unterstützung bei deren Anwendung,
jeden 2. Freitag im Monat von 10:00–11:30 Uhr
Bitte mit Anmeldung unter Tel. 08031/ 94137322 oder E-Mail an
mehrgenerationenhaus@awo-rosenheim.de

FÜR ALLE GENERATIONEN:

Generationen – Mittagstisch

Gemeinsam ein leckeres Essen genießen – für alle Generationen!
am letzten Mittwoch im Monat: 11 - 12 Uhr,
Termine im 1. Halbjahr: 29.03., 26.04., 24.05. (statt 31.05.), 28.06. und 26.07.2023
Bitte mit Anmeldung unter 08031/ 941373 21, Unkostenbeitrag: 3€

Café Miteinander – offener Treff*

Miteinander eine schöne Zeit verbringen, ratschen, lachen, Spiele spielen,
musizieren&vieles mehr– bei Kaffee, Tee und Kuchen.
Jeden 2. Dienstag im Monat von 14:30 – 16:30 Uhr

Handarbeitsgruppe KREATIV

Wir häkeln, nähen, basteln und st(r)icken. Wir heißen jeden Willkommen (ab 14 bis 100
Jahre), auch mit netten Gesprächen bei Kaffee, Tee und Keksen.
2. & 4. Freitag im Monat: 13:30 – 16:00 Uhr
Fr. Sissi Schott unter 0162/7067811

Nähkurs für Erwachsene – ab Freitag, 26. Mai von 17 bis 19 Uhr, weitere Termine folgen

Wir nähen, flicken und haben Spaß am nachhaltigen Upcycling Eurer Lieblingsstücke.
Jede*r ist willkommen, ob Nähprofi oder absoluter Näh-Neuling!
Bitte eigene Nähmaschine mitbringen, falls vorhanden, Unkostenbeitrag von 10 €
Anmeldung bei Astrid Tantarn unter 0170/3842303

Bastelgruppe für Jung & Alt

Wir basteln gemeinsam mit verschiedenen Materialien verschiedene Dinge passend zur
Jahreszeit. Alle Generationen sind willkommen. Im Café nebenan können Eltern auch bei
einem Kaffee oder Tee ins Gespräch kommen.
Jeder 1. Sonntag im Monat, 15:00 – 16:30 Uhr, Unkostenbeitrag: 3€ (Geschwister: 1€)
Anmeldung bei Frau Meyer unter 08031/68090 oder meyer-rosenheim@t-online.de

Gymnastik*

dienstags: 19:30-21:00 Uhr bei Fr. Radojcic unter 0176/63035064

Freies Tanzen*

Nach einer kleinen Achtsamkeitssequenz haben wir Spaß an der freien Bewegung und der
Musik beim gemeinsamen Tanzen! 2./3./4. Mittwoch im Monat: 20:00 - 21:30 Uhr
Frau Maya Eckhardt unter 0151 54422489

Meditation Online – Entspannung für Körper& Seele (Zoom)

Anfängerkurs mit Einführung und Meditation dienstags 19.30 Uhr
Fortgeschrittene Workshop und Meditation donnerstags 19.30 Uhr
Anmeldung unter 0163-1833003 oder christianrein@yahoo.de

SELBSTHILFGRUPPEN:

Selbsthilfegruppe Fibromyalgie – bitte mit Voranmeldung

2. Montag im Monat: 18:30 – 21:00 Uhr
Fr. Sissi Schott unter 0162/7067811

Selbsthilfegruppe Depressionen – bitte mit Voranmeldung

2./3./4. Mittwoch im Monat: 18:00 - 19:30 Uhr
Herr Marsch unter 0177/1543556

Selbsthilfegruppe Trennung & Scheidung – bitte mit Voranmeldung

3. Freitag im Monat: 19:30 – 22:00 Uhr
Herr Ledermüller unter ledermuellergerhard@gmail.com

BERATUNGEN:

Schuldnerberatung*

1. Montag im Monat, im Mai entfällt die Beratung, 9 - 11 Uhr, im Untergeschoss
Fr. Hausburg (Diakonie) unter 08031/2343917

Rentenberatung (vom Bürgerverein Erlenau)* – im 2. OG

1. Montag im Monat ab 18 Uhr
Herr Bergmann (Bürgerverein Erlenau) unter 0170/ 9640007

WIR FREUEN UNS AUF EUCH/SIE!

Ihr Mehrgenerationenhaus-Team

Tina Matousek & Michaela Schletzbaum

	Vormittag	Nachmittag	Abend	Abend
Montag	Schuldnerberatung 09:00 - 11:00 Uhr 1. Montag im Monat		Rentenberatung 18:00 - 19:30 Uhr 1. Montag im Monat	SHG Fibromyalgie 18:30 - 21:00 Uhr 2. Montag im Monat
Dienstag	Offene Digitale Mediensprechstunde 09:30 - 11:30 Uhr	Café Miteinander/ Lerncafé 14:30 – 16 Uhr 2. Dienstag im Monat	Gymnastik 19:30 - 21:00 Uhr	Meditationskreis nur noch online
Mittwoch	Generationen- Mittagstisch 11:00 - 12:00 Uhr letzter Mittwoch im Monat		SHG Depressionen 18:00 - 19:30 Uhr 2./3./4. Mittwoch im Monat	Freies Tanzen 20:00 - 21:30 Uhr 2./3./4. Mittwoch im Monat
Donnerstag				Meditationskreis online
Freitag	Digitale Lerngruppe 10:00 – 11:30 Uhr 2. Freitag im Monat	Handarbeitsgruppe 13:30 - 16:00 Uhr 2. & 4. Freitag im Monat		SHG Trennung & Scheidung 18:00-19:30 3. Freitag/ Monat
Samstag	Brotausgabe vormittags kostenlos	Musikgruppe für Kinder 16:00 - 17:30 2. & 4. Samstag im Monat		
Sonntag	Freie evangelische Gemeinde (FeG) (Kinder-)Gottesdienst 10 Uhr	Bastelgruppe für Jung&Alt 15:00 – 16:30 Uhr 1. Sonntag im Monat		