



Was ist im November geboten?

- **Digitale Mediensprechstunde für Senior*innen – bitte mit Voranmeldung**
dienstags von 09:30 – 11:30 Uhr
Bitte telefonisch auf Anrufbeantworter sprechen unter 08031/ 94137322
- **Gymnastik**
dienstags: 19:30-21:00 Uhr
Fr. Radojicic 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
im November entfällt die Kaffeezeit
nächster Termin: 08.12.21
mit Fr. Cosima Lämmer und Bruni Rank, bei Fragen: 08031/ 81905
- **Freies Tanzen**
Nach einer kleinen Achtsamkeitssequenz haben wir Spaß an der freien
Bewegung und der Musik beim gemeinsamen Tanzen!
mittwochs: 20:00 - 21:30 Uhr
Frau Maya Eckhardt unter 0177/ 1888781
- **Handarbeitsgruppe KREATIV**
Wir häkeln, nähen, basteln und st(r)icken. Wir heißen jeden Willkommen (ab
14 bis 100 Jahre) , auch für nette Gespräche bei Kaffee, Tee und Keksen.
2. & 4. Freitag im Monat: 13:30 – 16:00 Uhr
Fr. Sissi Schott unter 0162/7067811

- **Nähcafé – gemeinsam Nähen mit alten Stoffen**
Jede*r ist willkommen, ob Nähprofi oder absoluter Näh-Neuling, jung oder alt!
Wir nähen zusammen, helfen uns aus, und vor allem geben wir alten Stoffen neues Leben!
jeden 2.&4. Freitag im Monat, 18:15 - 19:45, alles vorhanden
Fr. Ellen Maeckelburg unter ellen@rosenheimlieben.de
- **Musikgruppe für Kinder**
Mit einfachen Rhythmen und verschiedenen Instrumenten bringen Estelle und Michael Kindern Musik näher und haben gemeinsam Freude daran.
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. Es sind noch Plätze frei!
- **Meditationskreis**
donnerstags: 19:00 -20:00 Uhr
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.
- **Generationen - Mittagstisch**
Gemeinsam etwas Gutes essen – für alle Generationen!
Einmal im Monat am Mittwoch: 11 Uhr - 12 Uhr
Nächste Termine: 24.11.&22.12.21
Bitte mit Anmeldung unter 08031/ 94137321, Unkostenbeitrag: 2€
- **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
Frau Martin unter 08063/9738173
- **Selbsthilfegruppe Trennung & Scheidung – bitte mit Voranmeldung**
3. Freitag im Monat: 19:30 – 22:00 Uhr
Herr Ledermüller unter ledermuellergerhard@gmail.com

- **Schuldnerberatung**
1. Montag im Monat, nä. Termin: 06.12.21, 9 - 11 Uhr, im Untergeschoss
Fr. Hausburg (Diakonie) unter 08031/2343917
- **Selbsthilfegruppe Borderline – bitte mit Voranmeldung**
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, nä. Termin: 06.12.21
Herr Bergmann (Bürgerverein Erlenau) unter 0170/ 9640007
- **Alpha-Pat*innen Projekt – in der 1 zu 1 Beratung**
PatInnen lernen mit Erwachsenen - Schreiben, Lesen und Rechnen
bei Interesse bei Tina Matousek unter 08031/94137321
- **Schülerpat*innen-Projekt – in der 1 zu 1 Beratung**
PatInnen lernen mit SchülerInnen der Grundschule Erlenau
individuelle Terminvereinbarungen zw. d. Pat*innen&Lernenden
Bitte bei Tina Matousek unter 08031/94137321

Veranstaltungen:

Kostenfreier Kurs für SeniorInnen „**Smartphoneberatung vom Kauf bis Einrichtung**“
mit Eva Eckhardt im Rahmen der Förderung „DigitalPakt Alter“ im AWO
Mehrgenerationenhaus am Dienstag, 16., 23. und 30.11.2021 von 9.30 bis 11 Uhr.
Rufen Sie unter 0174 523 2307 an, um sich einen dieser 8 Plätze zu sichern -3 G Regel

ABGESAGT: Filmvorführung „Die Herbstzeitlosen“ mit anschließender Diskussion im
Rahmen des 12. Europ. Generationen Festival am Mittwoch, 17.11.21, von 16 bis 18.30
Uhr in der Seniorenbegegnungsstätte. Bitte mit Anmeldung bis 16.11. unter
08031/94137321 oder mehrgenerationenhaus@awo-rosenheim.de

WIR FREUEN UNS AUF EUCH / SIE !

Ihr Mehrgenerationenhaus-Team

Tina Matousek & Überraschung...

	Vormittag	Nachmittag	Abend	
Montag	Schuldnerberatung 09:00 - 11:00 1. Montag im Monat 6.12.21		Rentenberatung 18:00 - 19:30 1. Montag im Monat 6.12.21	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	Seniorentreff Kaffeezeit 14:00 - 16:00 8.12.21	SHG Depressionen 18:00 - 19:30	Freies Tanzen 20:00 - 21:30
Donnerstag				Meditationskreis 19:00 - 20:00
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				