

Liebe Förderer, liebe Kooperationspartner*innen und liebe Vereinsmitglieder,

unser Frühlings-Newsletter informiert Sie über unsere aktuellen Aktivitäten und Projekte. Wie immer freuen wir uns über Ihre Rückmeldungen und neue Anregungen.

Neues aus Berg am Laim



Ein Stadtteilplan zum Bewegen

Jetzt für alle und ganz neu herausgekommen ist der Stadtteilplan zum Bewegen (<https://mags-muenchen.de/gesundheitsfoerdern/mein-stadtteil-bewegt-sich-3/>). Hier sind alle Plätze und Orte dargestellt, wo Bewegung und Sport in Berg am Laim ganz einfach möglich ist. Die ersten Exemplare haben alle Ärzt*innen, Apotheker*innen und Physiotherapeut*innen per Post erhalten. Ihre positiven Rückmeldungen sind ein guter Anfang für das Einbinden dieser Berufsgruppen in die Stadtteilgesundheitsförderung. Der Plan kommt auch sehr gut bei den Bewohner*innen an, die wir immer freitags bei der „Sprechstunde für Bewegungsangebote“ im Stadtteilladen baum20 erreichen; außerdem ist der Stadtteilplan zum Bewegen auch ein Wegweiser für Stadtteilspaziergänge des Stadtteiltreffs. Im Sommer ist die zweite Auflage geplant, in der wir ergänzende Anregungen zum Plan gerne aufnehmen.

Mit dem Stadtteilplan zum Bewegen geht das von 8 Krankenkassen und dem Gesundheitsreferat finanzierte Projekt „(M)ein Stadtteil bewegt sich“ in die Zielgerade der Verstetigung nach 4-jähriger Projektlaufzeit.

Neues aus Neuaubing / Westkreuz

Das „MobilInfo“ für Aubing Neuaubing Westkreuz steht in den Startlöchern

Seit Jahresbeginn laufen die Vorbereitungen für das Kooperationsprojekt „Offenes Ohr – Mobile Info“ auf Hochtouren. Ab 7. Mai soll ein mobiler Infostand seine Runden durch Aubing, Neuaubing, Westkreuz drehen. Er wird Bewohner*innen bis November 2021 zum gegenseitigen Zuhören und zum Informieren über Veränderungen in ihrem Stadtteil einladen und soll ihnen den Zugang zu den vielfältigen Angeboten und zu Akteur*innen im Viertel erleichtern. Als flexibel nutzbares Mobil informiert er über Verbrauchertemen, Klimaanpassung, Radmobilität im Quartier und weitere gesundheitsrelevante Aspekte. Gemeinsame Thementage mit Kooperationspartner*innen sind geplant.



Das „MobilInfo“ wurde von der studentischen Initiative „Referat für Stadtverbesserung*“ entworfen. Konstruktion und Programmgestaltung werden mit Mitteln des Verfügungsfonds aus dem Städtebauförderprogramm „Sozialer Zusammenhalt“ Aubing Neuaubing Westkreuz finanziert.

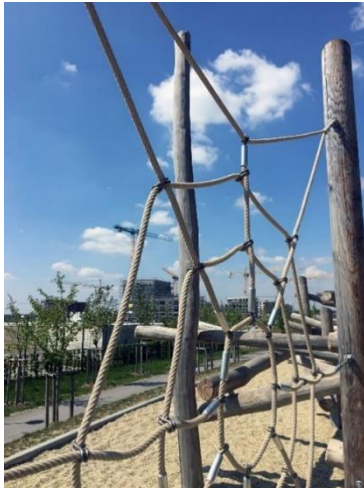
Virtuelles Themenfrühstück des BildungsLokals Neuaubing-Westkreuz: Entspannung und Stressbewältigung

Besonders in Zeiten der Corona-Pandemie sind viele Menschen enormen Stresssituationen ausgesetzt. Wie man mit Belastungen besser umgeht, kann man erlernen.

Daher hieß es Mitte März für 14 Teilnehmende des virtuellen Themenfrühstücks, sich zurückzulehnen und dem Vortrag von MAGs mit dem Thema „Entspannung und Stressbewältigung“ zu lauschen. Anknüpfend daran, gab es die Möglichkeit seine eigene Stresssituation zu analysieren, mit dem Ausblick regelmäßige Entspannungseinheiten in den Alltag zu integrieren.

Neues aus Freiam

„Der Netzwerkaufbau in Freiam schreitet voran“



Immer mehr neue Bewohner*innen beziehen ihre Wohnungen in Freiam.

Momentan leben ca. 700 Menschen in dem neuen Stadtteil; Ende des Jahres sollen es schon mehr als 3.000 sein. Gleichzeitig schreitet der Aufbau der Präventionskette Freiam voran.

Die beiden im Herbst 2020 gegründeten Arbeitsgemeinschaften der Altersgruppen „0-6 Jahre“ und „6-17 Jahre und älter“ tagten im März bereits zum vierten Mal.

Eine besondere Herausforderung für alle Beteiligten bringen die Corona-Einschränkungen mit sich. Die Netzwerktreffen müssen ohne den direkten persönlichen Kontakt auskommen; wir treffen uns im digitalen Raum. Dennoch sind erste wichtige Schritte gemeinsam gemacht:

Die insgesamt 68 Mitglieder der Arbeitsgemeinschaften haben eine Geschäftsordnung erstellt und verabschiedet. Das Netzwerkmanagement hat in Abstimmung mit drei Einrichtungen eine Willkommensbotschaft für die Bewohner*innen verschickt. Wir möchten damit neue Bewohner*innen begrüßen und ihnen von Anfang an Orientierung in ihrem neuen Stadtteil bieten.

Neues aus den Nachbarschaftstreffs in Berg am Laim



Zu Fasching konnten Kinder und Erwachsene in allen drei Treffs Bastelpakete abholen, um bunte und lustige Masken selbst zu Hause zu gestalten. Als Belohnung erhielten alle Verkleideten, die in der Faschingswoche in den Treffs vorbeikamen, einen *Krapfen „to-go“*.

Als weiteres Mittel gegen die Lockdown-Langeweile wurden in Kooperation mit IdeenReich – KREATIV & GESUND e.V. Bastelaktionen für Kindern angeboten. So zieren jetzt farbenfrohe und glücklich aussehende, selbst gebastelte Fische die Fenster der Kinderzimmer.

Sprechstunden und Beratungen finden – wie in allen drei Treffs - telefonisch, digital und in Fenstergesprächen weiter statt.

Maikäfertreff: Mittagstisch nicht digital, aber trotzdem anders



Der beliebte langjährige Mittagstisch im Maikäfertreff findet trotz Corona statt.

Unser Küchenteam hat sich bereit erklärt, ab Januar 2021 für dreißig Senior*innen an zwei Tagen pro Woche ein Dreigängemenü zu kochen. Die Senior*innen kommen so in den Genuss, nach Terminvereinbarung einmal wöchentlich eine frisch gekochte, gesunde Mahlzeit zu erhalten, die sie selbst abholen.

Die wichtigste Zutat dabei ist das persönliche Gespräch bei der corona-konformen Übergabe.



Nachbarschaftstreff Westerhamer Straße: Abwechslung und Bewegung ist das Motto

Das Tauschregal vor der Eingangstür des Treffs erfreut sich nach wie vor größter Beliebtheit und bringt bei trockenem Wetter verschiedenste Nachbar*innen ins Gespräch miteinander oder mit der Treffleitung.



Vom 29.-31. März fand in Kooperation mit ADFC der erste von mehreren geplanten Radl-Workshops für Frauen statt:

Vom ersten Griff an die Lenkstange über Rollern und Ausbalancieren bis zum selbständigen Fahren um die Kurve schafften es fünf Frauen.

Für sie ist es ein Start in eine größere Mobilität in ihrem Viertel – und vielleicht geben sie die Freude auch an ihre Familienmitglieder und Nachbar*innen weiter.

Stadtteiltreff Gotteszeller Straße: Mitmachen und Loslegen

Am 22. Februar eröffnete die Fahrrad-Selbsthilfewerkstatt, die in Kooperation mit dem Treff in der Westerhamer Straße eingerichtet ist, die Radl-Saison. Corona-konform gingen die zwei Übungsleiter auf die rege Nachfrage nach Begleitung bei kleineren Radreparaturen ein.

Direkt neben der Keller-Werkstatt liegt der Bewohnergarten, in dem auch schon die Vorbereitungen für die Eröffnung der Gartensaison 2021 laufen.

Der Weltgesundheitstag am 7. April stand im Jahr 2021 unter dem Titel „Aufbau einer gesünderen und gerechteren Welt für alle“. MAGs wies in einer Pressemeldung auf die alltagsnahen Mitmach-Angebote hin, mit denen gerade diejenigen, die von der Corona-Pandemie am heftigsten betroffen sind, etwas für sich und für ihre Gesundheit tun können – in der Erwartung, dass auf politischer und gesellschaftlicher Ebene Chancengleichheit oberste Priorität erhält.

Im Stadtteiltreff wurde dieser Kontext in der tagesaktuellen Schaufenstergestaltung dargestellt. Das Themenfenster lockte einige Nachbar*innen trotz heftiger Schneeschauer zu kurzem Verweilen vor den Treff. Gemäß dem Motto "An apple a day keeps the doctor away" bekamen alle neben detaillierten Informationen einen Bioapfel mit auf den Weg.



Stadtweit für gesunde Quartiere

Radmobilität im Quartier – ein Kooperationsprojekt für Bildungs- und Umweltgerechtigkeit

In der 4. Klasse steht die Verkehrsprüfung an – und es ist bekannt, dass viele Kinder die praktische Prüfung nicht bestehen, weil sie erst dann das erste Mal auf einem Fahrrad sitzen.

Mit Ökoprojekt MobilSpiel e.V. und dem ADFC sind sehr erfahrene Kursanbieter in Kooperation mit den BildungsLokalen und mit MAGs dabei, in Berg am Laim und in Neuaubing-Westkreuz Kurse an Grundschulen und für Erwachsene zu ermöglichen und Übungsmöglichkeiten zu schaffen. Mit flankierenden Maßnahmen, auch im Hasenberg, geht es darum, neben mehr Bildungsgerechtigkeit auch die Bedingungen für Zweirad-Mobilität von Familien in ihrem Quartier zu verbessern, für sichere Schul-, Arbeits- und Freizeitwege.



MAGs unterstützt die Verknüpfung von Angebot und Nachfrage in den Quartieren und hat für die drei Stadtteile sowohl online als auch in einem gedruckten „Hosentaschenformat“ einen „Bikezettel“ erstellt mit den wichtigsten Adressen für ein radfreundliches Quartier. Die Informationen werden bei Fahrradaktionen vor Ort verteilt und können online auch hier abgerufen werden:

Berg am Laim: <https://mags-muenchen.de/download/4042>

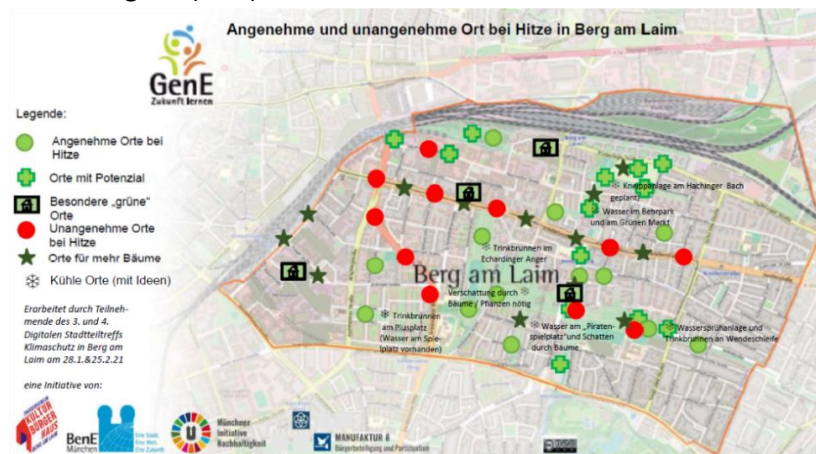
Hasenberg: <https://mags-muenchen.de/download/4083>

Neuaubing-Westkreuz: <https://mags-muenchen.de/download/4085>

Warm, wärmer, zu heiß – coole Ideen für quartierbezogenen Hitzeschutz

Das Weltklima ändert sich, auch München wird kontinuierlich wärmer. Maßnahmen zu Hitzeschutz und Klimaanpassung müssen vorausblickend angelegt werden. Das Thema wird bei MAGs derzeit für verschiedene Stadtteile bewohnernah aufbereitet.

Im Rahmen des „digitalen Stadtteiltreffs Klimaschutz“ in Berg am Laim leistete MAGs einen Beitrag mit einem Impulsreferat zum Thema Hitzeschutz im Quartier. Die Online-Konferenz wurde am 25. Februar 2021 organisiert vom Trägerverein Kulturbürgerhaus Berg am Laim e.V., BenE/GenE München e.V. und der Manufaktur 8 „Bürgerbeteiligung und Partizipation“ der Münchner Initiative Nachhaltigkeit (MIN).



Gemeinsam mit Bürger*innen wurden auf einem Plan die „coolen“ Stellen in Berg am Laim festgehalten und Ideen zum quartierbezogenen Hitzeschutz gesammelt.

Über weitere Schritte zur quartierbezogenen Hitzeresilienz im Sinn einer gesundheitsrelevanten Verhältnisprävention informieren wir Sie im nächsten Newsletter.