

3.

Ausgabe  
Mai-Aug.  
2019

# Gotteszeller Straße 18a

Neues aus dem  
Stadtteiltreff



## Büroservice und Beratung:

Dienstag: 10.30 - 12.30 Uhr

14.00 - 16.00 Uhr

Donnerstag: 15.00 - 17.00 Uhr

## Raummanagement:

Mittwoch: 12.15 - 14.15 Uhr

Donnerstag: 13.00 - 15.00 Uhr

Und nach persönlicher Vereinbarung



# MAGS

Münchner Aktionswerkstatt Gesundheit



## Liebe BewohnerInnen des Quartiers und BesucherInnen des Stadtteiltreffs,

wir freuen uns, Sie mit unserer 3. Ausgabe des neuen Programmheftes zu den vielen verschiedenen Angeboten einzuladen, die dank aktiver Mitwirkung aus unserer Nachbarschaft zustandekommen sind.

Der Stadtteiltreff bietet allen Bewohnerinnen und Bewohnern interessante Angebote und Einsatzmöglichkeiten. Wir freuen uns auf zahlreiche nette Begegnungen, einen fröhlichen Austausch mit Anregungen und Verbesserungsvorschlägen.

Wenn Sie sich persönlich angesprochen fühlen, sich im Treff mit eigenen Ideen einzubringen z. B. zu den Themen Bewegung, Ernährung, Entspannung, finden Sie bei uns immer offene Ohren und Unterstützung für die Umsetzung Ihrer Idee.

Wir wünschen viel Spaß beim Lesen und freuen uns auf Ihren baldigen Besuch bei uns im Treff.



Ihre Christa Maier-Matschke  
mit allen Aktiven des Treffs und dem Team von MAGS-  
Münchner Aktionswerkstatt Gesundheit

■ *Hier ist der Platz für Ihre Terminnotizen*

- 
- 
- 
- 
- 
-

## Mittagstisch

Gemeinsam gesund und günstig ein frisch gekochtes Mittagessen genießen. Unsere aktiven Köchinnen sind stets bemüht, ein abwechslungsreiches Menü zusammenzustellen.

Anmeldung ist erwünscht!



- Dienstag:** ab 12.30 Uhr  
**Leitung:** Aktiventeam  
**Zuwendung:** 3,50 Euro  
(bei nachgewiesener Bedürftigkeit 1,50 Euro)

## Abendgenuss

Ein leichtes, gesundes und oftmals vegetarisches Abendessen wird von zwei aktiven Frauen aus der Nachbarschaft bereitet. Gemeinsam kann so ein stressiger Arbeitstag in netter Gesellschaft mit gutem Essen ausklingen.



- Donnerstag:** jeden zweiten Donnerstag im Monat ab 17.00 Uhr  
**Leitung:** Aktiventeam  
**Zuwendung:** 2,50 Euro  
(bei nachgewiesener Bedürftigkeit 1,00 Euro)

## Sonntagsfrühstück

Im 14-tägigen Rhythmus bereitet ein Zweierteam unserer aktiven Frauen ein abwechslungsreiches, vitaminreiches, gesundes Frühstück zu. Zusammen lässt sich in netter Gesellschaft und anregenden Gesprächen gut in den Sonntag starten.



- Sonntag:** 05.05., 19.05., 02.06., 16.06.,  
07.07., 21.07., 04.08.2019  
**Leitung:** Aktiventeam  
**Zuwendung:** 1,00 Euro plus konsumierte Getränke

## ■ *Offenes Atelier für Kinder*

Alle Kinder von 4 - 6 Jahren, die gerne malen, basteln und neue Sachen erfinden, sind herzlich eingeladen mitzumachen. Das offene Atelier wird von einer erfahrenen Kunsttrainerin des Vereins Ideenreich geleitet.

**Freitag:** in der Schulzeit 16.00 - 18.00 Uhr  
**Leitung:** Kathy Pelchen - Ideenreich  
**Kosten:** keine – (Spenden willkommen)



## ■ *Generationenprojekt*

SeniorInnen aus dem umliegenden Quartier und Mütter von Kindergartenkindern treffen sich im Stadteiltreff mit Kindern der Kindertagesstätten Grafinger Straße 67/69 zum gemeinsamen Basteln, Malen oder Backen. Die Themen werden der Jahreszeit angepasst.

**Dienstag:** 21.05., 25.06., 23.07.2019  
**Leitung:** Aktiventeam  
und ErzieherInnen der Kindertagesstätte  
**Kosten:** keine



## ■ *Armenische Frauen/Jugend- Kulturgruppe*

Jeden 2. und 4. Samstag trifft sich eine Lerngruppe und eine Frauen und Jugendlichengruppe, die sich in armenischer Sprache und Schrift weiterbilden wollen. Jeder Interessierte ist hierzu herzlich eingeladen mitzumachen.



Weitere Informationen dazu gerne im Treff.

## ■ Arabische Selbsthilfegruppe

Einmal im Monat trifft sich nach kurzfristiger Absprache samstags oder sonntags eine Gruppe aus unterschiedlichen arabischen Kulturkreisen zum Gedanken- und Wissensaustausch. Es wird gemeinsam gegessen, geplaudert und gelacht. Weitere Informationen dazu gerne im Treff.



**Kosten:** keine

## ■ Nigerianisches Frauen-Treffen

Hier treffen sich Frauen aus Nigeria zum Gedanken- und Informationsaustausch.

**Samstag:** Jeden 3. Samstag im Monat  
von 14.00 bis 21.00 Uhr

**Kosten:** keine

*Eine schöne Sommerzeit wünschen wir*



*allen Bewohnerinnen und Bewohnern.  
Wir freuen uns auf ein Wiedersehen beim  
diesjährigen Sommerfest am Freitag, 26.07.2019*

## Bewohnergarten

Die Gartensaison ist eröffnet!  
Es kann wieder gegraben und geschnitten werden.

Selbst angebautes Gemüse und Obst schmeckt einfach besser als Gekauftes aus dem Supermarkt. Im nächsten Gartenjahr werden evtl. freigegebene Gartenbeete wieder an Interessenten vermittelt. Wenn Sie sich vorstellen können, regelmäßig eine Gartenparzelle von 1 x 5 m in unserem Gemeinschaftsgarten zu pflegen und auch an der Gemeinschaft der GärtnerInnen teilnehmen wollen, dann können Sie sich gerne bewerben.



**Dienstag:** 18.00 Uhr im Bewohnergarten (in der Gartenzeit)  
**Leitung:** Corina Braun  
**Kosten:** 12.00 Euro pro Jahr und einmalige Kautions von 10,00 Euro

## Fahrradselbsthilfe

Mein Fahrrad ist platt? Die Bremse ist kaputt?  
Im Frühsommer eröffnet die Selbsthilfswerkstatt in den Kellerräumen der Gotteszellerstraße 7 (Hausrückseite)  
Kommen Sie vorbei und machen Sie mit!  
Wir suchen Fahrradprofis, die dieses Projekt unterstützen möchten.  
Weitere Informationen erhalten Sie über den Stadtteiltreff.



**Termine:** in Planung  
**Leitung:** Aktive  
**Kosten:** nötige Materialkosten müssen übernommen werden

## ■ *Einzelfallförderung vom Verein Schau hin*

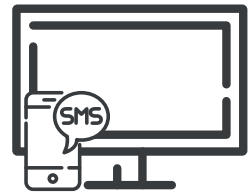
Bei nachgewiesener Bedürftigkeit wird Ihnen bei Anträgen und Anliegen finanzieller Art geholfen. Bei Schwierigkeiten beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen jeglicher Art, können Sie sich in dieser Zeit an uns wenden.

**Dienstag:** jeden 2. und 4. Dienstag im Monat  
**Leitung:** Herr Stadtkowitz  
Verein Schau hin  
**Kosten:** keine



## ■ *Hilfe zur Selbsthilfe für Smartphone und Handy*

Wenn kein Fachmann in der Nähe ist und Ihnen Ihre Kinder nicht mehr weiterhelfen können, Sie aber trotzdem mit dem neuen Smartphone richtig umgehen lernen wollen. Hier wird Ihnen schnell und unkompliziert gezeigt wie es geht und Probleme gemeinsam schnell gelöst.



**Donnerstag:** 15.00 - 16.00 Uhr (bitte um vorherige Anmeldung)  
**Zuwendung:** gerne eine Spende für den Treff

## ■ *Büroservice*

Sie können bei uns kopieren, ausdrucken, faxen und im Internet nach Adressen suchen. Wir unterstützen Sie gerne und helfen ihnen bei der Suche nach dem richtigen Ansprechpartner für ihre Anliegen.



**Termine:** Zu den offiziellen Büroöffnungszeiten  
**Zuwendung:** gerne eine Spende für den Treff



## Raumvermietung

Immer samstags/sonntags können unser Raum und die Küche für maximal 20 Personen für private Veranstaltungen wie Kindergeburtstage oder Familienfeiern bis 21:00 Uhr genutzt werden.

Informationen zur Terminvereinbarung und Abwicklung erhalten Sie im Stadtteiltreff. Eine private Haftpflichtversicherung ist Bedingung!



## Tauschregal

Seit einiger Zeit haben wir ein kleines Tauschregal im Treff, in das Sie etwas hineinlegen können, was Sie selbst nicht mehr benötigen. Zum Beispiel ein Buch, ein Hemd oder Geschirr. Sie können aber auch gerne das mitnehmen, was Sie gut gebrauchen können. Einfach vorbeikommen und schauen, was angeboten wird.



## Woche der Münchner Nachbarschaftstreffs

Mit der „Woche der Münchner Nachbarschaftstreffs“ vom Mi. 22. - 29. Mai 2019 zeigen die Nachbarschaftstreffs mit verschiedensten Programmen und Veranstaltungen, was sie zu bieten haben.

**Do. 23. Mai, 14.00 Uhr** - Besuch ehemaliger Nachbarn aus dem Quartier im Seniorenheim St. Maria in Ramersdorf

**Di. 28. Mai, 12.30 Uhr** - Internationaler Mittagstisch

**Mi. 29. Mai, 11.00 Uhr** - Spaziergang zum Werksviertel mit Rundgang und Besichtigung der Bauplanungen, Fahrt mit dem Riesenrad. Infos im Treff.



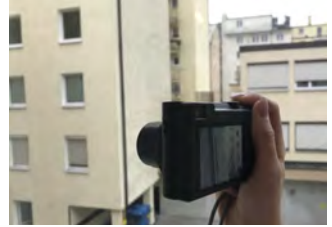


## ■ *Fotoprojekt im Quartier*

Nachdem seit März durch Hanna Haller das Foto-projekt im Quartier gestartet wurde, werden die Ergebnisse vorgestellt.

Alle Bewohner\*innen, die wissen möchten, was in der Nachbarschaft sehr schön ist, aber auch das, was anders werden soll, sind hier eingeladen.

Kommen Sie und sehen Sie in Bildform die Sicht der Bewohnerinnen und Bewohner. Um besser planen zu können, bitten wir um Anmeldung im Treff.



- Donnerstag:** 09.05.2019 ab 17:30 Uhr  
**Ort:** Nachbarschaftstreff **Westerhamer Straße**  
**Leitung:** Hanna Haller (Master Studentin - Gesundheitsförderung)  
**Kosten:** keine

## ■ *Sommerfest*

Lassen Sie uns gemeinsam feiern!

Alle Bewohnerinnen und Bewohner sind herzlich eingeladen, bei leckerem Essen und vielfältigen Angeboten gemeinsam einen schönen Sommertag zu erleben.

Kuchen- und Salatspenden sind herzlich willkommen.



- Termin:** Freitag, 26.07.2019, 14.30 - 18.30 Uhr  
**Leitung:** Aktiventeam  
**Kostenfrei** Spenden Willkommen

## ■ *Ausflug auf die Fraueninsel*

Gemeinsam mit dem Nachbarschaftstreff in der Westerhamerstraße fahren wir dieses Jahr mit dem Bus zum Chiemsee. Mit dem Schiff geht es weiter auf die Fraueninsel. Hier kann jeder nach Lust und Laune die Insel erforschen, gemeinsam essen oder eine Brotzeit am Strand machen.

Genauere Infos über die Nachbarschaftstreffs und wir bitten um frühzeitige Anmeldung.

- Termin:** Mittwoch, 17.07.2019 10 - ca. 18 Uhr ab und an Stadttreff  
**Leitung:** Ch. Maier-Matschke  
**Kosten:** ca. 12 Euro/Kostenzuschuss kann gewährt werden

# WOCHENPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
<b>Zeit und Raum für diverse Ideen und Projekte von und für BewohnerInnen</b>	<b>Büroservice und Beratung</b> 10.30 - 12.30 Uhr 14.00 - 16.00 Uhr	<b>Raummanagement</b> 12.15 - 14.15 Uhr	<b>Raummanagement</b> 12:15 - 15.15 Uhr
<b>Elterntalk</b> 1 mal im Monat	<b>Mittagstisch</b> Ab 12.30 Uhr Ehrenamtliches Team		<b>Handysprechstunde</b> 15.00 - 16.00 Uhr
	<b>Einzelfallhilfe vom Verein Schau hin!</b> 14.00 - 15.00 Uhr Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat		<b>Abendgruppen</b> Jeden 2. Do im Monat
<b>Kreativgruppe Ideenreich Schule</b> 14.00 - 15.30 Uhr	<b>Begegnung der Generationen</b> 14.30 - 16.00 Uhr 21.05/25.06/23.07. Kita und Aktive	In diesem Zeitraum keine Vermietung möglich 17.00 - 19.00 Uhr	<b>Büroservice und Beratung</b> 15.00 - 17.00 Uhr
In diesem Zeitraum keine Vermietung möglich 17.00 - 19.00 Uhr			

Christa Maier-Matschke

Tel.: 089 / 450 88 223 E-Mail: [stadtteiltreff@mags-muenchen.de](mailto:stadtteiltreff@mags-muenchen.de)

Mo. und Fr. bei wichtigen Fragen und Anliegen unter Mobil: 0176 / 533 04 113 zu erreichen

Ernährung und  
Gesundheit

Freitag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p><b>Arabisches Singen</b> 15.00 - 17.00 Uhr</p>	<p><b>Kreativgruppe Ideenreich Kita</b> 9.30 - 11.00 Uhr</p>	<p><b>Arabische Lerngruppe</b> 11.00 - 13.00 Uhr Aktive</p>	<p><b>Sonntagsfrühstück</b></p> <p>05.05.2019 19.05.2019 02.06.2019 16.06.2019 07.07.2019 21.07.2019 04.08.2019</p> <p>ab 10.00 Uhr Aktive</p>
<p><b>Arabisches Singen</b> 17.00 - 19.00 Uhr</p>	<p><b>Kreativgruppe der Bunten Knöpfe</b> 15.00 - 16.30 Uhr</p>	<p>Der Treff kann für <b>private Feiern für max. 20 Personen</b> bis 21.00 Uhr gemietet werden.</p>	
<p><b>Arabisches Singen</b> 19.00 - 21.00 Uhr</p>		<p><b>Armenische Frauen und Jugendgruppe</b> 16.00 - 20.00 Uhr Jeden 2. und 4. Samstag im Monat</p>	<p>Der Treff kann für <b>private Feiern für max. 20 Personen</b> bis 21.00 Uhr gemietet werden.</p>
<p><b>Arabisches Singen</b> 21.00 - 23.00 Uhr</p>	<p><b>Offenes Kleines Atelier</b> Für Kinder von 4 - 6 Jahren 16.00 - 18.00 Uhr</p>	<p><b>Nigerianisches Frauen-Treffen</b> 14.00 - 21.00 Uhr Jeden 3. Samstag im Monat</p>	
<p><b>Arabisches Singen</b> 23.00 - 01.00 Uhr</p>	<p>In diesem Zeitraum keine Vermietung möglich 18.00 - 20.00 Uhr</p>	<p><b>Arabische Selbsthilfegruppe</b> Einmal im Monat</p>	

Stand: 30.04.2019

Kreativangebote

Lernen und Kommunikation

Bewegung und Sport

Gemäß unserem Motto: „Angenehme Nachbarschaft tut allen gut und hilft, gesund zu bleiben!“ bieten wir ein abwechslungsreiches Programm für kleine und große Besucherinnen und Besucher.



# 18a

## Stadtteiltreff

Gotteszeller Straße 18a  
81671 München

Tel: 089 / 450 88 223      Mobil: 0176 / 533 04 113  
Fax: 089 / 450 80 130  
Mail: [stadtteiltreff@mags-muenchen.de](mailto:stadtteiltreff@mags-muenchen.de)  
[www.mags-muenchen.de/nachbarschaft](http://www.mags-muenchen.de/nachbarschaft)

Träger:



Münchner Aktionswerkstatt **Gesundheit**

Der Treff wird gefördert von:



Landeshauptstadt  
München  
**Sozialreferat**



## Impressum:

Stadtteiltreff Gotteszeller Straße 18a  
Gotteszeller Straße 18a | 81671 München | Leitung: Christa Maier-Matschke