

12.
Ausgabe
Februar –
Mai 2026

baum20

Neues aus dem Nachbarschaftstreff



Sprechzeiten

- Montag:** 15:00 – 18:00 Uhr
14:00 – 16:00 Uhr: Raummanagement
- Mittwoch:** 15:00 – 18:00 Uhr
11:00 – 13:00 Uhr: Raummanagement
- Freitag:** 10:00 – 13:00 Uhr
- Telefon:** 089 46 13 12 06
E-Mail: baum20@mags-muenchen.de



MAGS
München Aktiv für Gesundheit e.V.



Inhaltsverzeichnis

Beratungsangebote	4
Handysprechstunde für Senior*innen im baum20.....	4
Parkinson-Gesprächsrunde.....	5
VDK-Information	5
Versichertenberatung der Deutschen Rentenversicherung	5
Gesundheit und Bewegung.....	6
Qi-Gong am Morgen.....	6
Hockergymnastik	6
Kunst und Kultur.....	7
baum20-Buchclub	7
FRIDA&KURT – Wir singen in Berg am Laim.....	8
Filmnachmittag	8
Malen für alle Hobbymaler*innen	8
Ausstellungen	9
Spielgruppen und andere Themenrunden	10
Spieletreffen für Senior*innen.....	10
Strategiespiele Gruppe	10
Internationales Frühstück für Frauen	10
Offener Handarbeitstreff	11
Offenes Kaffeetreffen.....	11
Umwelt, Natur und Nachhaltigkeit	12
Umwelttreffen im baum20.....	12
Büchertauschregal	12
Energie-Messgerät zum Ausleihen	12
Kinderprogramm	13
Forscher-Nachmittage für Kinder	13
Weitere Angebote und Veranstaltungen	13
Wochenplan baum20	14

Vorwort

Liebe Besucherinnen und Besucher,

wir freuen uns, Sie im Jahr 2026 wieder in unserem Nachbarschaftstreff begrüßen zu dürfen! baum20 ist ein Ort der Begegnung und des guten Miteinanders in Berg am Laim. Hier finden alle Anwohner*innen Raum und Angebote, um eigene Ideen ehrenamtlich umzusetzen oder sich an gemeinsamen Aktivitäten zu beteiligen.

Wir starten in das Frühjahr 2026 mit einem vielfältigen Programm, das wir gemeinsam mit engagierten Nachbar*innen gestalten. So bieten wir informative, kreative und gesellige Angebote, die von Menschen aus der Nachbarschaft für die Nachbarschaft umgesetzt werden.

Wir freuen uns — nach längerer Pause — wieder auf Filmnachmittage mit Peter Neugart, die an ausgewählten Freitagen von 17:00 – 19:00 stattfinden werden.

Wer seine geistige Fitness schulen will und gerne strategisch denkt, ist herzlich eingeladen, bei der Strategiespiele-Gruppe mitzumachen. Es sind wieder Plätze frei!

Auf den folgenden Seiten finden Sie Informationen dazu sowie weitere Angebote, die von Februar bis Mai 2026 im baum20 stattfinden.

Wenn Sie Fragen, eigene Ideen und Anregungen haben oder selbst gerne aktiv werden möchten, kommen Sie gerne während unserer Sprechzeiten vorbei oder schreiben Sie uns an baum20@mags-muenchen.de. Wir unterstützen Sie gerne bei der Umsetzung Ihrer Ideen und freuen uns darauf, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen!



Ihr Markus Striese,
Ihr Mathias Brandstätter

MAGS
München Aktiv für Gesundheit e.V.

und das Team von MAGS

■ Handysprechstunde für Senior*innen im baum20

Wie kann ich...

- Fotos mit dem Smartphone erstellen und verschicken?
- Kontaktlisten anlegen und zum Telefonieren nutzen?
- Nachrichten mit SMS, WhatsApp oder als E-Mail versenden?
- Hilfreiche Internetseiten finden?

Bei diesen und anderen Fragen zum Umgang mit Ihrem Android-Smartphone (keine iPhones) bekommen Sie nützliche Tipps.

Bitte haben Sie dafür Verständnis, dass es zu Wartezeiten kommen kann. Gleichzeitig findet das offene Kaffeetreffen statt. Sie können gerne bei Kaffee und Kuchen die Wartezeit überbrücken.

Termine: jeweils montags von 15:00 – 17:00 Uhr
9. Februar, 16. März, 13. April, 4. Mai

Leitung: Peter Cichos

Eine Anmeldung ist nicht nötig.



■ Unabhängige Beratungsangebote als Raumnutzung in baum20

■ Parkinson-Gesprächsrunde

Für an Parkinson Erkrankte und ihre Angehörigen gibt es im baum20 eine monatliche Gesprächsrunde zum Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Veranstaltet werden die Treffen von der Deutschen Parkinson Vereinigung, Ortsgruppe München.

Termine: jeden 1. Dienstag im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr
3. Februar, 3. März, 7. April, 5. Mai

Leitung: Ellen Zachmann



Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.

■ VDK-Information

Immer am 2. Dienstag im Monat von 09:00 – 15:00 Uhr können sich alle Bürger*innen in Berg am Laim über den VDK Information und Beratung in sozialen Fragen erhalten – unabhängig von einer Mitgliedschaft beim VdK.

Termine: jeden 2. Dienstag im Monat von 9:00 – 15:00 Uhr
Ansprechpartnerin: Frau Hübner (0160-95821178)



■ Versichertberatung der Deutschen Rentenversicherung

- Auskunft zu Fragen der gesetzlichen Rentenversicherung
- Kontenerklärung
- Rentenanträge/Formulare



Deutsche Rentenversicherung

Termine: Bitte direkt mit Frau Reindl telefonisch vereinbaren unter Tel: 089 / 150 12 58
Ansprechpartnerin: Frau Reindl

■ Qi-Gong am Morgen

Qi-Gong am Morgen bringt Körper und Geist in Schwung. Der ideale Beginn eines Tages, aber auch für Alle, die etwas für sich und ihr Wohlbefinden tun wollen. Und gemeinsam in der Gruppe macht es noch mehr Freude!

Die Übungen sind für jedes Alter geeignet, wenn Sie noch ausreichend stehsicher sind. Bei schönem Wetter gehen wir evtl. auch einmal in den Behrpark. Ein Einstieg ist ohne Anmeldung jederzeit möglich.

Anforderungen: Nicht einengende und unempfindliche Alltagskleidung, bequemes Schuhwerk ohne hohe Absätze oder barfuß.

Termine: mittwochs von 8:15 – 9:00 Uhr

Leitung: Bernd Hußnätter (Qi-Gong-Lehrer und Heilpraktiker)

Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung.



■baum20-Buchclub

Unser Nachbarschafts-Buchclub stellt sich in seinen eigenen Worten vor:

„Wir sind lesebegeisterte Menschen aus der Nachbarschaft, die sich zusammengefunden haben, um gemeinsam Bücher zu lesen und darüber ins Gespräch zu kommen.“



Ob literarischer Klassiker, nervenaufreibender Krimi, bewegender Roman oder frische Neuerscheinung – wir lassen uns von allem begeistern, was zwischen zwei Buchdeckeln steckt. Jeden zweiten Montag im Monat schaffen wir Raum für Austausch, Lachen, Debatten und neue Gedanken. Und welches Buch als Nächstes gelesen wird? Das entscheiden wir gemeinsam!

Alle sind willkommen! Ganz gleich, ob Vielleser*in oder Gelegenheitsleser*in, jung oder alt – Hauptsache, die Freude an Geschichten ist da. Wir freuen uns über jedes neue Gesicht!“

Termine: Jeden 2. Montag im Monat von 18:30 – 20:30 Uhr
(fällt in den Ferien tlw. aus, bitte vorher erkundigen)

Leitung: Susanne Bohm

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, für weitere Informationen erreichen Sie uns per E-Mail an baum20@mags-muenchen.de oder telefonisch über 089 46 13 12 06.



■ Hochergymnastik

Für Alle, die mit einfachen Übungen ihre Kraft, Beweglichkeit und Koordination verbessern möchten – in jedem Alter. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Der Kurs ist für Anfänger*innen sehr gut geeignet.

Termine: mittwochs, 9:30 – 10:15 Uhr
(nicht in den Ferien)

Leitung: Hlbin Hussein

Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung.

■ FRIDA&KURT – Wir singen in Berg am Laim

Sie wohnen in Berg am Laim? Sie möchten gerne mit anderen gemeinsam singen? Wir laden Sie zu professionell angeleiteten Singstunden in den nahe gelegenen großen Pfarrsaal St. Michael ein. Unter der Leitung des Musiktherapeuten Philip Lipsky wird gesungen, was allen Spaß macht.

Termine (jeweils im großen Pfarrsaal St. Michael, Baumkirchner Str. 26)

10. Februar, 24. Februar, 10. März, 24. März, 14. April, 28. April, 12. Mai, 16. Mai jeweils um 10:30 Uhr

Für Termine im Januar beachten Sie bitte den Aushang

Leitung: Philip Lipsky

Die Teilnahme an der Singstunde ist kostenlos und ohne Anmeldung!

■ Filmnachmittag

Wir wollen auch dieses Jahr wieder gelegentlich Filme zeigen. Peter Neugart, ein sehr erfahrener Film-Experte, wählt für uns Filme aus und gibt zu Beginn eine kurze Einführung.

Leitung: Peter Neugart

Termine finden an ausgewählten Freitagen von 17:00 – 18:30 Uhr statt. Das konkrete Datum und Informationen zu den Filmen erfahren Sie auf den Aushängen im Treff.

Anmeldung erforderlich, bitte persönlich im Treff zu den Sprechzeiten, per Mail an baum20@mags-muenchen.de oder telefonisch unter 46 13 12 06. Das Angebot ist für Sie kostenfrei.

■ Malen für alle Hobbymaler*innen

Die Künstlergilde Berg am Laim lädt alle Hobbymaler*innen zum gemeinsamen Malen ein. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Material mit.

Termine: jeden 1. Samstag im Monat von 15:00 – 18:00 Uhr

Leitung: Künstlergilde

Die Teilnahme an der Singstunde ist kostenlos und ohne Anmeldung!

■ Ausstellungen

Seit vielen Jahren ist es Tradition, dass die Wände im baum20 von Künstler*innen aus der Nachbarschaft geschmückt werden.

Die ausgestellten Werke können jeweils einen Monat lang zu den Öffnungszeiten besichtigt werden.

Der Ausstellungswechsel ist normalerweise am ersten Mittwoch im Monat.

Aktuelle Ausstellungen:

- Bis Ende Februar ist noch die Ausstellung mit Fadengrafiken von Franz Still zu sehen (s. Bild)
- Im April 2026 wird die Ausstellung „Patchwork – Nadia Markgraf“ gezeigt

Davor und danach gibt es 2026 genügend Zeiten, die noch nicht für Ausstellungen reserviert sind. Wenn Sie gerne auch einmal Ihre Werke öffentlich ausstellen wollen, dann wenden Sie sich bitte an das Team von baum20 (Mathias Brandstätter erreichen Sie dazu Mittwoch nachmittags und Freitag vormittags in baum20) .

Für die Ausstellung entstehen Ihnen keine Kosten.



Spielgruppen und andere Themenrunden

■ Spieletreffen für Senior*innen

In kleinen Gruppen wird Rummikub und Rommé gespielt. Sobald wieder Plätze frei sind, erfahren Sie dies auf einem Aushang im baum20.

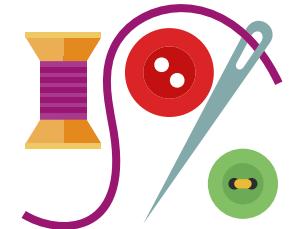
Termine: dienstags, außer am 1. Dienstag im Monat von 15:00 – 18:00 Uhr

Leitung: Klaus-Jürgen Speer



■ Offener Handarbeitstreff

Monatlich treffen sich Handarbeitsbegeisterte im Nachbarschaftstreff baum20, um in geselliger Runde ihren Handarbeiten nachzugehen und sich auszutauschen.



Ob Stricken, Häkeln, Stickern, Klöppeln oder Spinnen, alle haben eines gemein: Die Liebe zu Handarbeiten. Auch Anfängerinnen und Anfänger sind herzlich willkommen.

Termine: jeden 3. Samstag im Monat von 15:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Elisabeth Kugler

■ Offenes Kaffeetreffen

Besuchen Sie unser offenes Kaffeetreffen am Montagnachmittag – eine schöne Gelegenheit, bei einer Tasse Kaffee mit anderen ins Gespräch zu kommen.

Termine: montags, 15:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Petra Hausberg

Ansprechpartner: Markus Striese, Treffleitung



■ Internationales Frühstück für Frauen

Das internationale Frauenfrühstück lädt Frauen aller Nationalitäten zum nachbarschaftlichen Austausch in ihrem Viertel Berg am Laim ein.



Termine: mittwochs von 10:30 – 12:30 Uhr
(nicht in den Ferien)

Kommen Sie gerne einfach vorbei! (Anmeldung nicht erforderlich)

■ Umwelttreffen im baum20

Einmal im Monat, meistens am letzten Donnerstag, treffen sich Interessierte zu Umwelt- und Nachhaltigkeitsthemen in Berg am Laim. Die Themen werden unter den Teilnehmer*innen gemeinsam abgestimmt; Mathias Brandstätter koordiniert die Gruppe.



Die Termine der nächsten Monate sind:

Donnerstag, 26. Februar, 19.30 Uhr / Donnerstag, 26. März, 19.30 Uhr
Donnerstag, 30. April, 19.30 Uhr / Donnerstag, 21. Mai, 19.30 Uhr

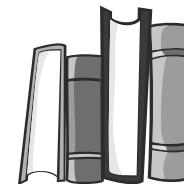
Am Samstag, 7. März planen wir wieder einen „Clean-up“, d.h. gemeinsames Müllsammeln auf den umliegenden Grünanlagen.

Treffpunkt ist um 10.30 Uhr im baum20, nach ca. 2 Stunden Müllsammeln gibt es im Treff noch eine kleine Brotzeit zum Abschluss.

Alle Termine und Themen werden in einem internen „Umwelt“-Mail-Verteiler extra angekündigt. Bitte melden Sie sich unter baum20@mags-muenchen.de, wenn Sie auch in den Verteiler aufgenommen werden möchten.

■ Büchertauschregal

Im offenen Bücherschrank in baum20 sind Erwachsenen- und Kinderbücher, die sie gerne lesen, mitnehmen oder austauschen können



■ Energie-Messgerät zum Ausleihen

Angesichts drastisch gestiegener Energiekosten fragen Sie sich vielleicht, wo die „Stromfresser“ in Ihrer Wohnung sind? Wieviel Energiekosten verursacht der Kühlschrank, der Fernseher, der Computer usw.?

Wenn Sie das wissen wollen, dann können Sie im baum20 gegen Kaution kostenlos ein einfaches Energie-Messgerät ausleihen.

■ Forscher-Nachmittage für Kinder

In den Nachmittagen (jeweils 2 Stunden) erkunden und verstehen die Kinder gemeinsam naturwissenschaftliche Zusammenhänge und entwickeln ein grundlegendes Verständnis unserer Umwelt.

Dabei geht es um physikalische Themen wie Schwerpunkt, Farben, Luftdruck/Vakuum, Elektrizität. Mithilfe von Experimenten werden Zusammenhänge erklärt, um Grundlagen für fortgeschrittene Projekte, wie eine selbstgebaute Wetterstation oder Batteriezelle zu schaffen.



Alter: 7-9 Jahre (aktuell in der 2. oder 3. Klasse)

Leitung: Christian Morhart

Termine: Termine für das Frühjahr erfahren Sie auf den Aushängen im Treff

Anmeldung: erforderlich, bitte persönlich im Treff zu den Sprechzeiten oder per mail (baum20@mags-muenchen.de).

Weitere Angebote und Veranstaltungen

■ Internetzugang

Während der Öffnungszeiten können Sie im Treff das Internet über einen WLAN-Gastzugang kostenfrei nutzen. Die Einwähldaten sind im Treff erhältlich.



■ Raumvermietung für Feiern und Feste

Wenn der Raum im baum20 am Wochenende frei ist, kann er von Familien aus der Berg am Laimer Nachbarschaft für private Feiern von 10:00 bis 21:00 Uhr gemietet werden. Voraussetzung für die Anmietung ist eine abgeschlossene private Haftpflichtversicherung.



Für die Raumvermietung, Besichtigung und Schlüsselausgabe ist Frau Nachtaoui montags von 14:00 – 16:00 Uhr und mittwochs 11:00 – 13:00 Uhr im Treff erreichbar.

Wochenplan Nachbarschaftstreff Baum20

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
	VDK-Beratung und Spielgruppe Jeden 2. Dienstag im Monat: 9:00 – 15:00 Uhr	Qi-Gong am Morgen 8:15 – 9:00 Uhr			Raumanmietung am Wochenende für private Veranstaltungen möglich.
		Hockergymnastik 9:30 – 10:15 Uhr		Sprechzeiten 10:00 – 13:00 Uhr	
Raummanagement 14:00 – 16:00 Uhr		Internationales Frauenfrühstück 10:30 – 12:30 Uhr			
Sprechzeiten 15:00 – 18:00 Uhr		Raummanagement 11:00 – 11:30 Uhr	Strategiespiele 12:30 – 17:30 Uhr		Kinder-Forscher-Nachmittage
Offenes Kaffeetreffen 15:00 – 17:00 Uhr	Parkinson-Gesprächsrunde Jeden 1. Dienstag im Monat: 15:00 – 17:00 Uhr	Sprechzeiten 15:00 – 18:00 Uhr			Offener Maltreff Jeden 1. Samstag im Monat: 15:00 – 18:00 Uhr
Handysprechstunde Einmal im Monat 15:00 – 17:00 Uhr	Senior*innen-Spieltreffen Außer am 1. Dienstag im Monat: 15:00 – 18:00 Uhr			Wechselnde Angebote siehe Programm	Offener Handarbeitstreff Jeden 3. Samstag im Monat: 15:00 – 17:00 Uhr
Nachbarschafts-Buchclub Jeden 2. Montag im Monat 18:30 – 20:30 Uhr		Vernissagen und Künstlertreffen ab 18:00 Uhr	Offenes Umwelttreffen 26.2., 26.3., 30.4., 21.5. 19:30 Uhr		

Beratungsangebote

Gesundheit und Bewegung

Kunst und Kultur

Umwelt, Natur und Nachhaltigkeit

Gruppentreffen

Kinderprogramm

Der Nachbarschaftstreff Baum20 ist seit November 2021 ein Treffpunkt und Begegnungsort mitten in Berg am Laim, offen für Menschen aller Generationen und aller Kulturen.



Nachbarschaftstreff
baum20
Baumkirchner Str. 20
81673 München

Tel: 089 / 46 131 206
Mail: baum20@mags-muenchen.de
www.mags-muenchen.de/projekte/#nachbar



Der Treff ist barrierefrei zugänglich. Bitte sprechen Sie uns an.
Eine öffentliche barrierefreie Toilette befindet sich ca. 50 Meter entfernt auf dem Grünen Markt.

Träger:

MAGS
München Aktiv für Gesundheit e.V.

Der Treff wird gefördert von:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



Impressum:

Nachbarschaftstreff baum20

Baumkirchner Str. 20 | 81673 München

Leitung: Markus Striese | Projekt-Mitarbeit: Mathias Brandstätter