Liebe Freunde des MGH Waldmünchen,

im bereits angebrochenen Monat Juni ist im MGH einiges geboten: Das deutsch-tschechische Familienprojekt geht nach sehr gutem Start genau so weiter wie die Workshops zur Sturzprävention. Außerdem: Interessante Vorträge zu Themen wie Geocaching oder Selbsthilfegruppen. Und das große Highlight: Das MGH Sommerfest, das heuer international wird.

Sollten Sie Fragen zu einzelnen Angeboten oder Themen des MGHs haben, oder möchten Sie selbst eine Veranstaltung im MGH machen, dann scheuen Sie sich nicht, uns zu kontaktieren. Telefonnummern und Mailadressen finden Sie am Ende dieser Mail.

Viele Grüße,
Martin Wagner

---

www.mgh-waldmuenchen.de
Newsletter Mai 2011

---

01 Deutsch-tschechische Familien im Brennpunkt – Vortrag über zweisprachige Erziehung
02 Deutsch-tschechisches Familien-Sommerfest
03 Selbsthilfegruppen – Vortrag über Sinn und Zweck
04 Einführung in die moderne „Schnitzeljagd“ Geocaching
05 Workshop zur Sturzprävention
06 Übersicht über die bewährten Angebote im Juni
07 Mitmachen
08 Über den Newsletter – Anmelden und Abbestellen

---

01 DEUTSCH-TSCHECHISCHE FAMILIEN IM BRENNPUNKT – DAS FAMILIENPROJEKT GEHT WEITER

Nächster Termin: Samstag, 04. Juni um 16 Uhr
Insgesamt 13 „grenzübergreifende“ Familien kamen zu der Auftaktveranstaltung des ein Jahr dauernden deutsch-tschechischen Familienprojekts. Nach diesem erfolgreichen Start geht es im Juni in die nächste Runde: Jaroslawa Seidlmayer aus Furth im Wald klärt über die Möglichkeiten und Chancen einer zweisprachigen Erziehung auf.
Ausführliche Infos zum gesamten Projekt mit allen Terminen gibt’s im separaten Flyer. Dieser liegt u.a. im MGH, im Bürgerbüro oder im Tourismusbüro aus. Als Download gibt’s ihn hier: http://mgh-waldmuenchen.de/familienflyer.pdf, das Anmeldeformular kann auch herunter geladen werden unter http://mgh-waldmuenchen.de/anmeldung_familie.pdf.

02 DEUTSCH-TSCHECHISCHES FAMILIEN-SOMMERFEST

Termin: Mittwoch, 29. Juni ab 16 Uhr
Das Sommerfest im MGH geht heuer bereits in die 3. Runde. Im Rahmen des deutsch-tschechischen Familienprojekts warten am 29. Juni zusätzliche Highlights: Um 16 Uhr findet ein tschechisches Kasperltheater statt. Außerdem wird das Essen von bayerischen und böhmischen Schmankerln ergänzt. Auf Grillfleisch, Würstl, Salate, Brezn oder französische Häppchen muss natürlich trotzdem niemand verzichten. Abgerundet wird das Ganze ab ca. 18 Uhr durch stimmungsvolle Musik von „Two Chairmen“. Das MGH-Team freut sich auf viele Gäste, der Eintritt ist natürlich frei.

03 SELBSTHILFEGRUPPEN – VORTRAG ÜBER SINN UND ZWECK

Termin: Montag, 06. Juni um 19.30 Uhr
Seit Eröffnung des MGH im September 2008 ist eine Gruppe fester Bestandteil: Eine anonyme Selbsthilfe-Gruppe, die sich mit dem Thema „Co-Abhängigkeit“ beschäftigt. Viele Menschen wissen nicht, was dahinter steckt und aus diesem Grund findet ein interessanter Vortrag von Siegfried Ritter, Kreativ-Therapeut an der Heiligenfeldklinik, statt. Dazu eingeladen sind alle, die an dem Thema Interesse haben und wissen wollen, welche Chancen Selbsthilfegruppen bieten. Eine kurze Erläuterung dazu: Co-Abhängigkeit ist eine Beziehungsstörung in dem Sinne, dass man sich in schädlicher und ungesunder Weise von anderen Menschen abhängig macht und dazu neigt, andere Menschen (Partner, Eltern, Kinder, Verwandte, Freunde, Bekannte, Kollegen usw.) als einzige Quelle der eigenen Identität, des eigenen Wertes und Wohlbefindens zu benutzen. Eine Selbsthilfegruppe dient dazu, sich selbst wahrzunehmen, wertzuschätzen und zu lieben, unabhängig davon, wie andere einen sehen oder auf einen reagieren.

04 EINFÜHRUNG IN DIE MORDERNE „SCHNITZELJAGD“ GEOCACHING
Termin: Mittwoch, 08. Juni um 15 Uhr
Geocaching – die moderne „Schnitzeljagd“ – kommt immer mehr in Mode. Mit einem GPS-Gerät begibt man sich zu den verschiedensten Standorten, um dort einen „Schatz“ in Form von kleinen Dosen zu finden. An über einer Million Plätzen weltweit befinden sich mittlerweile solche Verstecke, auch Waldmünchen und Umgebung hat einige davon zu bieten. Das Gute daran: Jeder kann mitmachen. Dabei gibt es allerdings Dinge, die man wissen sollte: Was ist der Sinn von Geocaching? Was brauche ich dafür? Wie erfahre ich, wo es Verstecke gibt? Welche Regeln muss ich beachten? Diese und weitere Fragen klärt ein kostenloser Vortrag im offenen Treff des Mehrgenerationenhauses am 08.06. um 15 Uhr. Verantwortlich dafür ist Projektleiter Martin Wagner, selbst ein Fan dieser noch recht jungen Freizeit-Aktivität. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen. Aus Planungsgründen ist eine vorherige Anmeldung beim MGH dringend erforderlich.

05 WORKSHOP ZUR STURZPRÄVENTION
Termin: Dienstag, 28. Juni von 15.30 bis 16.30 Uhr im Mehrzweckraum des Pflegestifts
Nachdem das „Probe“-Angebot im Mai sehr gut angenommen wurde, sind nun weitere Workshops im 14-Tage-Rhythmus geplant. Der Workshop dient dem Erhalt von Bewegung, Muskeln und Knochen. Sonja Schudnagis stellt das Programm „Fünf Esslinger“ vor, das zum Ziel hat, Muskeln und Knochen so lange wie möglich fit zu halten. Stürzen kann so vorgebeugt werden. Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldung und nähere Infos gibt’s beim MGH.

06 Übersicht über die bewährten Angebote im Juni

FRANZÖSISCH-STAMMTISCH
Termine: jeweils mittwochs von 19.30 bis 21 Uhr – 01./ 08. Juni; anschließend Sommerpause
Martina Mathes, Rektorin der Wirtschaftsschule in Waldmünchen, lädt alle Interessierten ein, die die französische Sprache nicht verlernen wollen. Es handelt sich dabei nicht um einen Weiterbildungskurs, sondern die Teilnehmer unterhalten sich über aktuelle Themen – natürlich auf Französisch. Vor den Pfingstferien findet das letzte Treffen vor der Sommerpause statt – im Herbst geht es wieder weiter.

SPRECHSTUNDE DES SENIORENBEIRATS
Termin: Montag, 06. Juni von 10 bis 12 Uhr
Neben der Jugend und den Familien hat auch die ältere Generation ein Sprachrohr in Politik und Öffentlichkeit. Seit der Wahl finden regelmäßige Sprechstunden des Beirats im MGH statt – immer vormittags am ersten Montag im Monat finden Senioren einen Ansprechpartner im Offenen Treff, der auch telefonisch unter 0173 5615474 erreichbar ist.

KINDERBETREUUNG
Jeden Donnerstag findet von 14 bis 17 Uhr nicht nur eine Beaufsichtigung von Kindern statt,

sondern Erzieherinnen kümmern sich um ein abwechslungsreiches Programm. Aufgrund des Feiertags am 02. Juni und den Pfingstferien gibt es diesmal nur 2 Termine für die Kleinen: Am 09. Juni ist ein Kinotag geplant, die Aktion am 30. Juni steht noch nicht fest.

SELBSTHILFE-GRUPPE FÜR CO-ABHÄNGIGE
Termine: immer montags von 19.30 bis 21 Uhr – 20./ 27. Juni
Unter der Leitung von Irene Greckl findet ein anonymer Austausch statt. Zielgruppe sind u.a. Angehörige von Suchtkranken, die von der Krankheit betroffen sind oder Menschen mit dem „Helfer-Syndrom“. Neue Teilnehmer sind jederzeit willkommen. Am 06. Juni findet keine gewöhnliche Sitzung statt, sondern Siegfried Ritter von der Heiligenfeldklinik klärt über den Sinn und Zweck von Selbsthilfegruppen auf.

OFFENER TROMMLERTREFF
Termin: jeden dritten Dienstag im Monat um 19.30 Uhr – 21. Juni
Reinhold Hübl lädt zu diesem gemeinsamen Treff ein, bei dem bewährte Rhythmen verbessert oder neue einstudiert werden können. Die Teilnahme daran ist kostenlos, man sollte seine Trommel nicht vergessen.

KLOSTERARBEITEN ZUM MITMACHEN UND ZUSCHAUEN
Termine: 14-tägig montags von 14 bis 17 Uhr – 27. Juni
Bei diesem filigranen Kunsthandwerk ist viel Fingerfertigkeit gefragt. Wer dabei zuschauen oder selbst ein Werk erschaffen möchte, ist herzlich dazu eingeladen.

BÜCHERTAUSCHBÖRSE
Ganz viele Bücher im MGH warten darauf, eingetauscht zu werden. Das Prinzip ist einfach: Wer ein Buch im Offenen Treff abgibt, darf sich ein anderes mit nach Hause nehmen. Sollte kein geeignetes Buch da sein, bekommt man einen Gutschein, den man zu einem anderen Zeitpunkt wieder einlösen kann. Buch-Gesuche können in eine Liste eingetragen werden. Die Tauschbörse ist immer freitags während dem Offenen Treff von 14 bis 17 Uhr zugänglich. ACHTUNG: Ab sofort die Bücher nicht einfach ins Regal stellen, sondern in die dafür bereitgestellte Kiste legen. Die Regale sind nun sortiert und es kümmert sich auch jemand darum, dass diese Ordnung beibehalten wird.

OFFENER TREFF FÜR JEDERMANN/ -FRAU
Termine: jeden Freitag von 14 bis 17 Uhr
Alle sind am Freitagnachmittag herzlich zum Offenen Treff in das Mehrgenerationenhaus eingeladen. Kinder können sich in der Spieleecke austoben oder die internetfähigen PCs können genutzt werden. Warme und kalte Getränke gibt es zu familienfreundlichen Preisen. Brotzeit, Kuchen usw. darf gerne mitgebracht werden.

OFFENER COMPUTERTREFF
Igor Singer ist mit seinem PC-Treff momentan in der Sommerpause, neue Termine können dem Aushang im MGH-Fenster entnommen werden.

MODELLEISENBAHN BAUEN FÜR JUGENDLICHE
Im Juni gibt’s leider keine Termine. Die Modellbahn wächst aber selbstverständlich noch: Am Samstag, den 02. Juli findet von 9 bis 12 Uhr das nächste Treffen statt. Danach geht’s im gewohnten 14-Tage-Rhythmus weiter.

05 Mitmachen

Das Mehrgenerationenhaus ist ein Projekt, das auf die Mithilfe vieler ehrenamtlich engagierter Bürger Waldmünchens angewiesen ist. Möglichkeiten zum Engagement sind beispielsweise: Thekendienst am Freitag, Kinderbetreuung am Donnerstag, Unterstützung bei den Computerkursen, Hilfe bei Veranstaltungen u.v.m.

DIENSTLEISTUNGSBÖRSE
Im Offenen Treff auf der Pinnwand kann jeder seine Dienste anbieten oder jemanden für kleinere Arbeiten suchen - z.B. Rasen mähen, Einkaufen gehen, u.v.m. Außerdem ist Platz für An- und Verkäufe

EIGENE IDEEN VERWIRKLICHEN
Wenn Sie eine Idee für ein Generationen übergreifendes Projekt haben, helfen wir Ihnen gerne bei der Umsetzung. Wenn Sie sich bei uns einbringen wollen, dann schauen Sie entweder am Freitag beim Offenen Treff vorbei oder rufen Sie uns an.

06 Über den Newsletter – Anmelden und Abbestellen

Der Newsletter des MGH Waldmünchen wird immer am Ende eines Monats an unsere Freunde, Kooperationspartner und Interessierte versendet. In den Emails können Sie erfahren, welche Angebote im darauf folgenden Monat statt finden und welche Neuigkeiten es im MGH sonst noch gibt.

Sie bekommen diesen Newsletter, weil Ihre Email-Adresse bereits in dem Verteiler des MGH enthalten ist. Sollten Sie in Zukunft keine weiteren Emails vom MGH erhalten wollen, teilen Sie das bitte in einer kurzen Mail an martin.wagner@mgh-waldmuenchen.de mit. An dieselbe Adresse können sich auch Interessierte des Newsletters wenden.

Mehr
Generationen
Haus

Starke Leistung für jedes Alter.

Mehrgenerationenhaus Waldmünchen

Martin Wagner

Projektleitung

Tel +49 (0) 9972 9414-610
Fax +49 (0) 9972 9414-65

martin.wagner@mgh-waldmuenchen.de

Hofgartenstraße 2
93449 Waldmünchen

Germany

www.mgh-waldmuenchen.de

www.mehrgenerationenhaeuser.de