

Liebe Freunde des MGH Waldmünchen,

hier kommt der aktuelle Newsletter des MGH Waldmünchen mit Neuigkeiten und aktuellen Angeboten. Viele davon befinden sich im August in der Sommerpause. Deshalb gibt es heute schon ein paar Ankündigungen für den Herbst – ab September geht's wieder richtig rund im MGH. Bis dahin wünschen wir allen, die es betrifft (das sind hoffentlich alle) schöne Ferien bzw. einen schönen entspannenden Urlaub mit vielen Sonnenstrahlen.

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 Juli 2011

- 01 Z'amg'setzt und g'sunga! – Neue Liederbücher sorgen für noch mehr Abwechslung
 - 02 Kinderferienprogramm der Stadt Waldmünchen
 - 03 Kinderferienbetreuung im MGH
 - 04 Fit für den Übertritt
 - 05 Workshops zur Sturzprävention
 - 06 Übersicht über die bewährten Angebote im Juli
 - 07 Mitmachen
 - 08 Über den Newsletter – Anmelden und Abbestellen
-

01 Z'AMG'SETZT UND G'SUNGA! – NEUE LIEDERBÜCHER SORGEN FÜR NOCH MEHR ABWECHSLUNG

Termin: Freitag, 05. August – 16 bis 18 Uhr

Durch die Initiative des Seniorenbeirats um die Vorsitzende Thea Liegl findet seit November 2010 jeden ersten Freitag im Monat ein Singtreff für jedermann statt. Die Liederbücher „QuerBeet“ und „Tonband“ sind seitdem ständiger Begleiter. Um für noch mehr Abwechslung zu sorgen, hat nun das MGH auch noch die Bücher „Deutsche Volkslieder“ und „Songs und Lieder zum Mitsingen für Zuhause und unterwegs“ angeschafft. Insgesamt 25 Stück stehen für die Freizeitsänger bereit.

02 KINDERFERIENPROGRAMM DER STADT WALDMÜNCHEN

Die Stadt Waldmünchen bietet viele attraktive und abwechslungsreiche Aktionen für Kinder und Jugendliche in den Sommerferien an. Im MGH finden zwei davon statt: „Happy Faces“ am 10.08. von 14 bis 16 Uhr und ein Workshop zum Modellbahnbau am 25.08. von 14 bis 17 Uhr. Außerdem gibt's noch Plüschtiere anfertigen, Schnupper-Klettern, Filzen, Brezelbacken, Stoffdruckkurse einen Kinder-Flohmarkt und vieles mehr. Die Termine sind beim Veranstaltungskalender unter <http://www.waldmuenchen.de> einzusehen. Nähere Informationen gibt's auch beim Tourismusbüro: 09972 907-24 oder -25 oder tourist@waldmuenchen.de.

03 KINDERFERIENBETREUUNG IM MGH

Zwei Wochen bietet das MGH in den Ferien eine Kinderbetreuung an: In den Wochen 29.08.-02.09. und 05.09.-09.09. wartet jeweils von 7.30 bis 13.30 Uhr ein buntes Programm auf die Kleinen. Ausgebildete Erzieherinnen übernehmen die Betreuung. Das Angebot kostet 30 € pro

Kind und Woche (25 € für das Geschwisterkind), auf Wunsch gibt es auch Mittagessen für 3 € pro Mahlzeit. Eine Anmeldung beim MGH ist erforderlich, es sind in beiden Wochen noch wenige Restplätze frei.

04 FIT FÜR DEN ÜBERTRITT

Termin: Montag bis Freitag, 05. bis 09. September, jeweils von 10 bis 12 Uhr (10 Stunden)
Der Übergang von der Grundschule zu einer weiterführenden Schule ist nicht immer einfach: Neue Klassenkameraden, neue Lehrer, neues Umfeld und das Gelernte aus der 4. Klasse hat man über die Sommerferien schon wieder fast vergessen. Deshalb bietet die Grundschullehrerin Susanne Weinzieler in der letzten Ferienwoche einen Auffrischkurs in Sachen deutscher Grammatik an, damit die angehenden Fünftklässler einen besseren Start ins neue Schuljahr haben. Die Kosten für das Angebot betragen 40 Euro, bitte beim MGH vorher anmelden.

05 WORKSHOPS ZUR STURZPRÄVENTION

Termine: Ab Dienstag, 20. September immer 14-tägig im Pflegestift
Der erste Workshop zu diesem Thema fand unter der Leitung von Sonja Schudnagis bereits im Mai statt. Es geht dabei um Training zum Erhalt von Bewegungs-Balance, Muskeln und Knochen. Gearbeitet wird nach dem Programm „Fünf Esslinger“, das wissenschaftlich begründet ist und in Studien überprüft wurde. Trainiert werden dabei alltagsrelevante Funktionen um die körperliche Fitness auch in der zweiten Lebenshälfte so lange wie möglich hoch zu halten. Das MGH hat für dieses Angebot Steppbretter, Gummibänder und Hanteln angeschafft, damit es im September dann richtig los gehen kann.

06 Übersicht über die bewährten Angebote im Juli

SPRECHSTUNDE DES SENIORENBEIRATS

Termin: Montag, 01. August von 10 bis 12 Uhr
Der Seniorenbeirat ist mittlerweile auch zu einem festen Bestandteil im MGH geworden. Die Sprechstunden finden dabei immer am ersten Montag im Monat statt. Zu diesen Zeiten ist der Vorstand um Thea Liegl auch per MGH-Telefon erreichbar: 0173 5615474

SELBSTHILFE-GRUPPE FÜR CO-ABHÄNGIGE

Termine: immer montags von 19.30 bis 21 Uhr – 01./ 08./ 22./ 29. August
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.

MODELLEISENBAHN BAUEN FÜR JUGENDLICHE

Termine: Samstags, alle zwei Wochen – 13./ 27. August
Nachdem im Juni kein Treffen stattfand, kann an der Modellbahn nun wieder weiter gearbeitet werden. Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche. Auch neue Teilnehmer sind selbstverständlich willkommen. Mehr Infos gibt es bei Dieter Hohmann, Jugendreferent beim Bund deutscher Eisenbahnfreunde oder beim MGH.

OFFENER TROMMLERTREFF

Termin: jeden dritten Dienstag im Monat um 19.30 Uhr – 16. August
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.

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: 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 Spielecke austoben oder die internetfähigen PCs können genutzt werden. Warme und kalte Getränke gibt es zu familienfreundlichen Preisen. Brotzeit, Kuchen usw. darf gerne mitgebracht werden.

FRANZÖSISCH-STAMMTISCH

Der Stammtisch befindet sich seit den Pfingstferien in der Sommerpause. Wann es im Herbst weiter geht, wird natürlich rechtzeitig bekannt gegeben.

OFFENER COMPUTERTREFF

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

KLOSTERARBEITEN ZUM MITMACHEN UND ZUSCHAUEN

Auch dieses Angebot ist momentan in der Sommerpause.

07 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.

08 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