

Wichtige Kontakte

Diese Gruppen treffen sich regelmäßig zu öffentlichen oder internen Sitzungen, Vorträgen im LiB-Mehrgenerationenhaus.

ISB e.V.

Selbsthilfegruppe von Menschen mit geringem Einkommen. Die Mitglieder bieten Hilfe zur Selbsthilfe (persönliche Beratung, Betreuung etc.)

Internet: <http://www.isb-ffb.de>, **E-Mail:** mail@isb-ffb.de

Kontakt: Friedhelm Engelhard, Tel. 08141-387401

Beirat für Menschen mit Behinderungen

Regelmäßige öffentliche Sitzungen und Vorträge.

Kontakt: Frau Martina Lampl, 08141-348953

Seniorenbeirat der Stadt Fürstfeldbruck

Regelmäßige interessante Informationsveranstaltungen für Senioren.

Internet: http://www.fuerstfeldbruck.de/ffb/web.nsf/id/pa_seniorenbeirat.html

Kontakt: 1. Vorsitzender Seniorenbeirat FFB Hans-Joachim Ohm, 08141-42813

Interessengemeinschaft Aumühle

Diese Gruppe möchte eine alternative Wohnform für Alt und Jung in Fürstfeldbruck realisieren. Regelmäßige Treffen.

Kontakt für Interessierte: Dionys Zehentbauer, Tel. 08141-17829

Selbsthilfegruppe „Alkoholfrei leben“

Wöchentliche Treffen. Kontakt über's LiB Büro 08141 316615

Diabetiker-Selbsthilfegruppe Fürstfeldbruck

Monatliche Treffen. Kontakt: Heike Schmidtke, 08141-8186356

Selbsthilfegruppe Lipödem und Lymphödem

Monatliche Treffen. Kontakt über das LiB Büro 08141-316615



Programm April bis Juni 2020

Liebe Besucher und Freunde des LiB!

Aufgrund der aktuellen Situation finden vorerst bis zum Ende der Osterferien (19.04.) keinerlei Veranstaltungen mehr statt.

Bitte beachten Sie ab April unsere Aushänge hinsichtlich Wiederaufnahme bzw. Nachholen unserer Veranstaltungen.

Wir wollen Sie dennoch über unsere geplanten Angebote bis Ende Juni informieren!

Mit den besten Grüßen, bleiben Sie Alle gesund und kommen Sie gut durch diese Zeit!

**Ihre Christina Siedl,
Leitung MGH LiB**

Aktuell



Musikalische Nachmittage

Offenes Angebot für alle Musikbegeisterten. Es erklingen Volkslieder und schöne alte Schlager ab den 50er Jahren

Anbieter: C. Tausend, Klavier, A. Brustmann, Gesang/Gitarre

Wann: **Mittwoch: Bitte aushänge beachten**

Donnerstag: 30.4.2020

Bürgersaal, barrierefrei, 1. Stock

15.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Kosten: keine Anmeldung erforderlich, Eintritt frei

Info: LiB-Mehrgenerationenhaus, Tel. 08141-3166-15

Vernissage und Kunstausstellung – Farbe, Pinsel und Ich

Teilnehmer aus unserem Kunstkurs stellen aus

Anbieter: Maria Kunz

Wann: **Vernissage: Temin folgt, Aushänge beachten**

Kosten: keine Anmeldung erforderlich, Eintritt frei

Info: LiB-Mehrgenerationenhaus, Tel.: 08141-316615

Fest der Kulturen - Fürstenfeldbruck – so bunt wie die Welt

Wann: Sonntag, 21.6.2020 von 11 bis 18.30 Uhr

Ort: Bereich Richard-Higgins-Straße, St. Bernhard

Buntes Straßenfest mit vielen Infoständen und Bühnenprogramm.

Das LiB Mehrgenerationenhaus bietet einen Workshop zur

Gestaltung von Visitenkarten an.

Anbieterin: Sabine Sauter

Infos: LiB-Mehrgenerationenhaus, 08141-316615

Selbsthilfe- gruppen

Diabetes-Selbsthilfegruppe

Wir sind eine Selbsthilfegruppe für Männer und Frauen mit Diabetes Typ I und Typ II in Fürstenfeldbruck und dessen Einzugsbereich. Wir treffen uns monatlich zu Fachvorträgen und Erfahrungsaustausch sowie geselligem Beisammensein.

Treffen: an jedem 1. Dienstag im Monat.

Kosten: keine

Ort: Gemeinderäume der Gnadenkirche,
Martin-Luther-Straße 1, 82256 Fürstenfeldbruck

ab 1.7.20 im LiB MGH, UG

Kursleitung: Heike Schmidtke

Selbsthilfegruppe Lipödem/Lymphödem

Austausch und Information für betroffene Menschen

Treffen: 30.4., 28.5. u. 25.6.20 von 19 – 21 Uhr, UG2

Kosten: keine

Ort: UG 2 im LiB-Mehrgenerationenhaus

Farbe, Pinsel und Ich

Selbsterfahrung auf Kunstwegen

Kreatives Malen für Erwachsene

Jeden Mittwoch, 16:30 – 17:45 Uhr im UG1

Kursleitung: Maria Kunz

Kosten: 5 Euro pro Monat (für Materialien)

Beratung

Sprechstunde im LiB-Büro (EG):

Montag 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Dienstag 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

**Donnerstag 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr
14.00 Uhr bis 16 Uhr**

Mittwoch nach Vereinbarung

Fragen zu unseren Angeboten, Vernetzung und Begleitung ehrenamtlichen Engagements, Vermittlung von nachbarschaftlichen Kontakten, Verwaltung der Räumlichkeiten

Christina Siedl oder Tanja Reuter

Tel. 08141-3166-15, Fax: 08141-3166-18

Jeden Donnerstag:

Offene Beratung rund um Fragen zur Pflege

Sozialstation der Ökumenischen Nachbarschaftshilfe e.V.

10.00 Uhr bis 11.00 Uhr oder nach Terminvereinbarung

Anbieter: Pflegedienstleitung, Tel. 08141-3166-0

Wo: Büro Pflegedienstleitung, Nachbarschaftshilfe, 1. OG

Jeden Freitag:

Beratung und Hilfe für Menschen mit schmalen Geldbeutel

15.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Anbieter: ISB e.V. (Initiative zur Selbsthilfe für Betroffene mit geringem Einkommen), Tel. 08141-387401

Wo: im LiBlings-Treff, 1. OG des LiB-Mehrgenerationenhauses

Aktuell

„Die Basis“ – Lerncafé

Gemeinsam besser Lesen und Schreiben

Sie möchten sicher auftreten, den Alltag selbständig bewältigen oder sich beruflich verbessern? Voraussetzung: Deutsch als Muttersprache oder gute mündliche Deutschkenntnisse

Anbieter: Sabine Sauter

Anmeldung und Information: Tel. 08141-3166-15, auf Wunsch anonym

Kosten: keine

Wann: immer **dienstags, 18 – 19:30 Uhr**

Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Café, 1. OG

Spielenachmittag

„Heute wird gespielt“

Kooperation MGH LiB mit VHS FFB

Wann: Montag, 20.4.2020 von 14 bis 16 Uhr

Wo: LiB Bürgersaal, 1. Stock, barrierefrei

Für Infos bitte: 08141-316615

Brucker Spinnstub'n

Für NeueinsteigerInnen gibt es Beratung und Leihgeräte.

Kosten: 2 € Unkostenbeitrag pro Treffen

Kontakt: R. Hofrichter, 0176-34627280

oder per Mail unter bruckerspinnstube@gmail.com

Wann: Donnerstag von 19.00 bis 21.00 Uhr, LiB Bürgersaal, 1OG

Neue Angebote

–Finanzielle Grundbildung–

Ein Kurs für alle Interessierten mit den Themen: Einkauf, Behörden, Schule, Beruf und Alltag auf Wunsch anonym, ohne Anmeldung

Voraussetzung: regelmäßige Teilnahme und

Lesen und Schreiben der lateinischen („deutschen“) Schrift

Wann: 12.00 bis 13.30 Uhr, wöchentlich am Samstag
Ferien nach Absprache, Info: Tel. 08141/3166-15

Kosten: keine

Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Seminarraum, UG

Kostenlose Handysprechstunde für SeniorenInnen

Haben Sie auch ein Handy/Smartphone und Schwierigkeiten bei der Bedienung? Wollen Sie neue Funktionen kennen lernen? Wir helfen Ihnen! Bitte bringen Sie nur etwas zum Schreiben und Ihr funktionsfähiges Gerät mit. Ehrenamtliche Helfer gehen individuell auf Ihre Fragen ein.

Bitte um Anmeldung, Infos unter: 08141-316615

Wann: 10 bis 12 Uhr, in der Regel wöchentlich am Dienstag
(Aushänge bitte beachten)

LiB-Mehrgenerationenhaus, Café, 1. Stock, barrierefreier Zugang

Kosten: keine

... und Ehrenamt

➤ Werden Sie KursleiterIn für unser generationsübergreifendes Angebot

Sie haben ein Hobby oder eine Fähigkeit, die Sie gerne mit anderen teilen möchten? Sie möchten Ihre berufliche Erfahrung oder Ihre Lebenserfahrung weitergeben? Wollen Sie beispielsweise Vorlesepate werden oder möchten Sie Menschen mit Demenz mit einem Spiel den Tag verschönern? Sprechen Sie uns an!

➤ Wir suchen aktive Gassi-Geher, Radler oder anderweitig mobile Menschen,

die uns bei der Auslage von Flyern oder dem Aushang von Plakaten unterstützen

➤ Werden Sie Familienpate/in und unterstützen Sie Kinder und/oder Eltern

Für nähere Informationen siehe Seite 7.

Auch finanzielle Spenden für unsere soziale Arbeit sind immer herzlich willkommen.

Mithilfe

...

Ehrenamt

Bürgerinnen und Bürger bringen ehrenamtlich - mit professioneller Begleitung - ihr Erfahrungswissen ein

➤ **Hausaufgabenbetreuung**

Di und Do 14 – 16 Uhr

Ehrenamtliche Übungsgruppe für Grundschul Kinder mit deutscher und nichtdeutscher Muttersprache.

Kontakt: Christina Siedl, Tel.: 08141-316615

Unsere **Partner:**

Caritas Fürstfeldbruck, Hauptstr. 1a, Fürstfeldbruck

Kontakt: Herr Rizkallah Saratli, Tel. 08141-30630-22

➤ **Werden Sie Gastgeber oder Gastgeberin in unserem Offenen Treff**

Sie haben vormittags oder nachmittags Zeit? Unterstützen Sie unseren Offenen Treff. Sie bereiten Kaffee und bieten Kuchen an, aber vor allem heißen Sie neue BesucherInnen willkommen und bringen Menschen miteinander ins Gespräch. Für nähere Informationen siehe Seite 8.

Wir freuen uns jederzeit über Verstärkung in unserem ehrenamtlichen Team!

Familien-Patenschaften

Aktuell

Ehrenamtliche unterstützen Bürgerinnen und Bürger – mit professioneller Begleitung und bringen ihre Erfahrung und Wissen ein.

Familienpaten

Sie und Ihre Familie wünschen sich Unterstützung im Alltag, ein neues Netzwerk oder Ersatzgroßeltern?

Haben Sie Interesse, sich als Ehrenamtliche/r für dieses Projekt zu engagieren? Sie unterstützen Familien zum Beispiel bei Behördengängen oder fördern Kinder mit aktiver Freizeitgestaltung.

Melden Sie sich gerne bei uns für weitere Informationen!

Kontakt:

Christina Siedl, Projektleitung, Tel. 0176/87937247
oder 08141-316615 (mit AB) LiB-Mehrgenerationenhaus

Hofflohmart vorm LiB

Wann: 9.5.2020 von 14 bis 20 Uhr

Wir freuen uns auf viele Besucher. Keine externen Verkäufer. Bei Regen entfällt der Flohmarkt.

LiBlingsTreff Café für Alt und Jung

Der LiBlingsTreff ist das „Herz“ unserer Begegnungsstätte. Hier bieten wir Jung und Alt einen Raum zum ungezwungenen Kennenlernen...

Besuchen Sie uns im „LiBlingsTreff“, das ehrenamtlich geführte Café für Groß und Klein im 1.Stock

Genießen Sie Kaffee, Tee, Erfrischungsgetränke und (meist auch) frisch gebackenen Kuchen oder kleine Snacks.

Kein Konsumzwang!

Außerdem bieten wir

- Unseren LiBlings-PC mit Internetzugang und Drucker
- Kinderspielecke
- Informationen zum Programm im LiB und zum Mehrgenerationenhaus
- Zeitschriften und Büchertauschregal
- Zeit für Gespräche...

Wir haben Di und Do für Sie geöffnet und sind zu diesen Zeiten auch im Büro persönlich anwesend. Informationen zum Programm unter 08141 316615.

Kurse für Seniorinnen und Senioren

„Graue Haare – Bunt es Leben“

Seniorinnen und Senioren treffen sich, um miteinander ins Gespräch zu kommen und Zeit füreinander zu haben. Von Gedächtnistraining über Reisevorträge und Ausflüge: gemeinsam macht es mehr Spaß!

Anbieter: LiB und VHS Fürstenfeldbruck

Anmeldung und Information: Tel. 08141-501420

Kosten: einmalig 5 €

Wann: Di oder Do jeweils 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Kurs 1: 5.5. u. 16.6.20 (Frau Kolbe)

Kurs 2: 23.4., 14.5. u. 18.6.20

(Frau Bachschuster)

Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal, 1. OG

Bewegung für Körper und Geist - Demenzprävention

Unsere Sportgruppe für Menschen ab 50+ ohne und mit Demenz. Eine Kooperation von Ökumenischer Nachbarschaftshilfe Fürstenfeldbruck und dem Sportverein TUS FFB.

Wann: Dienstag, 16:15 – 17:15 Uhr

Einstieg jederzeit möglich, laufender Kurs

Ort: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal

Kosten: 50 € pro Person für 12 Treffen

Anmeldung und Termine: Ökumenische Nachbarschaftshilfe Fürstenfeldbruck, Tel. 08141/3166-0, info@nbh-fuerstenfeldbruck.de

Kurse für SeniorInnen

Sturzprävention

Eine Physiotherapeutin zeigt und übt mit Ihnen, wie Sie Hüft- und Oberschenkelhalsbrüche vermeiden können.

Anbieter: Ökumenische Nachbarschaftshilfe e.V.

Anmeldung und Information: Tel. 08141-3166-12

Kosten: 85 € Nichtmitglieder/80 € Mitglieder für 10 Treffen (Die Kosten werden teilweise von den Krankenkassen übernommen)

Wann: fortlaufend, ab dem 22.4.2020

von 09.45 Uhr bis 12.00 Uhr, 10 Termine

Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal, 1. OG

Gedächtnistraining

Unsere Gedächtnistrainerin bietet spielerische Übungen an, die dabei helfen, die Leistung des Gedächtnisses zu steigern.

Anbieter: Ökumenische Nachbarschaftshilfe e.V.

Anmeldung und Information: Tel. 08141-3166-12

Wann: 5 Termine, ab 8.6.20

Immer montags, **Gruppe 1:** 9.00 bis 10.30 Uhr (Geübte),

Gruppe 2: 10.45 bis 12.15 Uhr (Einsteiger)

Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal, 1. OG

Rahmenprogramm zum LiBlingsTreff Café

Dienstag: 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Gesellschaftsspiele und Schachtreff (TUS FFB)

Donnerstag: 9.30 Uhr bis 12.30 Uhr

„Café Deutsch“ - Konversation am Vormittag

Freitag: 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Offener Treff und Beratung für Menschen mit schmalem Geldbeutel

Kontakt: Friedhelm Engelhard, Tel. 08141-387401

und mail@isb-ffb.de

Jeden 2. Freitag im Monat

Handarbeits- und Basteltreff

----- **Aktuell** -----

Erzählcafé

Frau Staude nimmt die Gäste mit in die Geschichte der Stadtbibliothek, wenn sie an diesem Nachmittag erzählt, wie man Hindernisse überwindet, Ideen gegen Widerstand umsetzt oder welche Highlights sie in ihrer Zeit dort erlebt hat: z.B. die erste Kulturnacht, die „Sofi“ 1999 vom Dach der Aumühle zu sehen und ein tolles Arbeiterteam an der Seite zu haben.

Wann: Sonntag, 25.04.2020 um 15 Uhr

Wo: Stadtbibliothek Aumühle Fürstenfeldbruck

Offene Angebote für Alt und Jung

Kraft schöpfen für pflegende Angehörige

In dieser Angehörigengruppe stehen Sie im Focus! Mit Gesprächen, Austausch und viel Zeit für Entspannung und Selbstfürsorge bleiben Sie kraftvoll und entspannter im Alltag mit Ihren Angehörigen.

Wann: letzter Montag im Monat: 27.4., 25.5.u. 29.6.2020

14:00 – 16:00 Uhr im LiBlingstreff-Café 1. Stock

Anbieter: Christine Grundei, Yogalehrerin und Demenzbetreuerin

Anmeldung und Infos unter 08141 316612

"Café Deutsch" – Konversation am Vormittag

Üben Sie sich in der deutschen Sprache und lernen Sie Menschen aus unterschiedlichen Kulturen kennen.

Spielmöglichkeit für Kinder vorhanden.

Wann: Donnerstag, 9:30 – 12 Uhr

Wo: LiBlingstreff-Café, 1. Stock im LiB-Mehrgenerationenhaus

NICHT IN DEN SCHULFERIEN!



Deutsche Sprache lernen

Angebot für alle, die Deutsch lernen wollen, keine Kosten

Wann: Mittwoch von 18 bis 19.30 Uhr, UG2, S.Sauter

Mütter mit Babys sind willkommen!

Offene Angebote Für Alt und Jung

Offene Malwerkstatt für Kinder

Alle Kinder sind herzlich eingeladen ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen. Geschichten und Spiele regen die Ideen an. Kommt einfach vorbei. Keine Anmeldung erforderlich. Kleine Kinder gerne in Begleitung eines Elternteils.

Anbieterin: Daniela Rieck, Tel. 08141-20738

Kosten: einmalig 3 €

Wann: monatlich, jeden **2. Montag (nicht in den Ferien), 11.5., und 8.6.2020.**

von **15.30 Uhr bis 17.00 Uhr**

Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Seminarraum, UG

Brunch Interkulturell

Sonntäglicher Frühstückstreff für Menschen jeglicher Herkunft und Alters, die Interesse am Austausch und an der Gestaltung des interkulturellen Lebens in Fürstenfeldbruck haben. In Kooperation mit dem Forum 31/ Brucker Forum

Wir freuen uns über Beiträge zum Buffet – Getränke werden gestellt!

Wann: immer sonntags einmal im Monat von 11 – 13 Uhr

24.5.2020

26.4.2020

Aktuelle Themen und Ort siehe Aushang oder unter 08141 316615

Kosten: 1,50 Euro