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 Mit-glieder 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 Fürstenfeldbruck
Regelmäßige interessante Informationsveranstaltungen für Senioren.
Internet:
http://www.fuerstenfeldbruck.de/ffb/web.nsf/id/pa_seniorenbeirat.html
Kontakt: Detlef Kurp, Tel. 08141-20180

Interessengemeinschaft „NeuesWohnen Bruck“,
Diese Gruppe möchte eine alternative Wohnform für Alt und Jung in Fürstenfeldbruck realisieren. Regelmäßige Treffen.
Kontakt für Interessierte: Dionys Zehentbauer, Tel. 08141-17829
Internet: http:// www.neueswohnen-bruck.de

Selbsthilfegruppe „Alkoholfrei leben“
Wöchentliche Treffen. Kontakt über’s LiB Büro 08141 316615

Diabetiker-Selbsthilfegruppe Fürstenfeldbruck
Monatliche Treffen. Kontakt: Heike Schmidtke, 08141-8186356

Adipositas-Selbsthilfegruppe FFB
Regelmäßige Treffen jeden 2. Dienstag im Monat, E.SchererSHG-FFB@web.de

Programm Juli bis September 2016

Liebe Gäste

Laien haben die Arche gebaut,

Profis die Titanic.

Wir und unser großes ehrenamtliches Team geben auch diesen Sommer für Sie wieder unser Bestes:
nämlich gemeinsame Zeit und Begegnung.
Wir werden weben beim Fest der Kulturen, Ausflüge machen, bei denen sich Alt und Jung begegnen können und vieles mehr. Kinder und Familien können sich zum Weltkindertagsfest (23.9., ab 14 Uhr, Geschwister-Scholl-Platz) an unserem Stand zu den Kinderrechten informieren. Wenn auch Sie an unserem vielfältigen Begegnungsprogramm teilnehmen oder ehrenamtlich als HelferIn tätig sein möchten, heißen wir Sie herzlich willkommen.

Mit herzlichen Grüßen aus dem Brucker Westen,

Ihre Sandra Koch,

Koordinatorin

Aktuell

BARMER GEK

„Demenz verstehen – Kurs für Angehörige“

Ein Seminar für Angehörige von Menschen mit beginnender bis mittelschwerer Demenz.
Wann: ab dem 21.9.2016 immer mittwochs
Jeweils von 14.00 bis 16.00 Uhr
Kosten: keine
Wo: Tagespflege im LiB MGH, EG
Leitung: Frau Elisabeth Bauer (Gerontologin, Trainerin EduKation)
Anmeldungen bei Frau Grunert unter 08141-316612
Ein Kooperationsangebot der Pflegekasse der Barmer GEK, der Ökumenischen Nachbarschaftshilfe und dem LiB

Unkommerziell und unkonventionell:

Senioren-Speeddating 60 +, Liebe kennt kein Alter

Eine neue Liebe oder eine tolle Freundschaft findet sich vielleicht an unserem Senioren-Speeddating-Abend. Sie lernen auf kurzweilige Art unterschiedliche Menschen kennen und benennen Ihren/Ihre FavoritIn. Gibt es eine Übereinstimmung, können beide sich privat näher kennen lernen.
Wann: 30.9.2016, ANMELDUNG AB SOFORT!
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal
Von: 17 bis 20 Uhr
Kosten: 3 Euro Teilnahmegebühr
Nur mit Anmeldung unter 08141-316615
Traut Euch! Wir suchen Männer und Frauen (Alter ab 60), die Lust haben mitzumachen. Bitte lassen Sie sich vormerken!

Seniorinnen und Senioren

„Graue Haare – Buntes 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
Anmeldung und Information: Tel. 08141-501420
Kosten: einmalig 5 €

Kurse im Frühjahr:

Wann:

Kurs 1: **21.04., 19.05., 16.06., 21.07.016**

Kurs 2: **05.04., 03.05., 07.06., 05.07.2016**

Kurs 3: **28.04., 12.05., 30.06, 28.07.2016**

jeweils 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal, 1. OG

Kurse für Seniorinnen und Senioren

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/75 € Mitglieder für 10 Treffen
(Die Kosten werden teilweise von den Krankenkassen übernommen)
Wann: fortlaufend, neuer Startbeginn **ab 12.09.2016** von **11.00 Uhr bis 12.00 Uhr**
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
Kosten: 37,50 € für 5 Treffen
Wann: 11.7., 18.7., 25.7.,und 01.08.2016
Montag 9.00 Uhr (Geübte)/10.45 Uhr (Einsteiger)
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal, 1. OG

Aktuelles –

Sommerferien-Schließzeiten:

Das **LiB-Büro** schließt **vom 15.8.16 bis 2.9.16.**

Unser **LiBlingTreff** bleibt **vom 29.08. bis 4.09.2016** geschlossen.
Die wetterabhängigen Öffnungszeiten im August entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen im Haus.

Das **ISB Café** schließt vom **16.7.16 bis 15.9.2016.**

Fest der Kulturen

Das LiB wird dieses Jahr mit einem Infostand vertreten sein. Da wir gerne praktisch tätig sind, wollen wir gemeinsam etwas Schönes schaffen und werden einen Teppich weben. Jeder kann mitmachen, ob alt oder jung, man braucht keine Vorkenntnisse.

Gemeinsam werden wir aus alten T-Shirts einen bunten Teppich weben. Werde Teil der Gemeinschaft und mache mit! **Gerne werden auch schon vorher T-Shirt-Spenden angenommen**! Das gute Stück wird dann unseren LiBlingstreff schmücken und unseren Gästen einen warmen Empfang in unseren Räumen bereiten.

Wann: Sonntag, 17.7.2016

Uhrzeit: 10 bis 18 Uhr

Ort: Bereich Heimstättenstraße / AEZ, Forum 31

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“ – ehrenamtliches Café für Groß und Klein im 1. Stock und genießen Sie Kaffee, Tee, Erfrischungsgetränke und (meist auch) frisch gebackenen Kuchen.

Außerdem bieten wir

→ Unseren LiBlings-PC mit Internetzugang und Drucker
→ Kinderspielecke
→ Zeitschriften und Bücher
→ Zeit für Gespräche...

Wir haben für Sie geöffnet:

Dienstag: 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Möglichkeit zu Schachspielen (TUS FFB) und Gesellschaftsspielen

Donnerstag: 09.30 Uhr bis 12.30 Uhr

Freitag: 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Beratung von ISB e.V.

Offene Angebote

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

Kursleitung: Heike Schmidtke

Adipositas-Selbsthilfegruppe

Die Gruppe trifft sich regelmäßig, um Informationen zu AC (Adipositas Chirurgie) und den verschiedenen OP-Methoden, alternativen Ernährungsformen zum Abnehmen und gemeinsamen sportlichen Aktivitäten auszutauschen. Betroffene erhalten Tipps und Hilfe.

Wann: jeden 2. Dienstag im Monat, ab 18.30 Uhr

Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, 1.Stock, Bürgersaal
Kosten: keine
Kontakt: Elke Scherer, Tel.: 0170-3258124

Kurse

Yoga

Yoga ist ein bewährter Übungsweg, um körperliche und geistige Kräfte zu entfalten.

Anbieter: TUS FFB, Kursleiterin: Christine Grundei
Anmeldung und Informationen: Tel. 08141-16869
Kosten: 54 € Nichtmitglieder/ 27 € Mitglieder für 12 Treffen
Wann: Sommerkurse
Montag 16.30, 18.00 Uhr/19.30 Uhr
Termine: 4.7., 11.7., 18.7.,19.9.,26.9.,10.10., 17.10., 24.10., 7.11., 14.11., 21.11.,28.11. und 5.12.2016
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal, 1. OG

Brucker Spinnstub'n

Altes Handwerk – Neu entdeckt
Egal ob Sie bereits dem Spinnen verfallen sind oder ein neues entspannendes Hobby suchen, kommen Sie vorbei! Für NeueinsteigerInnen gibt es Beratung und Leihgeräte.
Kosten: 2 € Unkostenbeitrag pro Treffen
Kontakt und Anmeldung: Michaela Kiltz, Tel. 0176-34199135
Wann: Jeden 2. Donnerstag im Monat, 19.00 bis 21.00 Uhr
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal, 1. OG

Für Frauen: Imagination und Malen

Themen und Termine in Absprache mit den Teilnehmerinnen.
Anbieterin: Daniela Rieck, Ulrike Andrä
Anmeldung und Information: Tel. 08141-20738
Kosten: in Absprache mit den Kursleiterinnen
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Seminarraum, UG

Rahmen-programm zum LiBlingsTreff-Café

Das Programm wird gestaltet von ISB e.V. und engagierten BürgerInnen

ISB e.V. Kontakt: Friedhelm Engelhard, Tel. 08141-387401

Filmabend mit Diskussion
Offene Themengespräche, **ab 17 Uhr** Filmabend mit Diskussion
Wann: jeden 1. Freitag im Monat von **14.00 bis 18.00 Uhr**

Handarbeits- und Basteltreff
Gemeinsames Handarbeiten und Basteln in netter Runde: Austausch und Lernen von Techniken, Material ist teils vorhanden.
Wann: jeden 2. Freitag im Monat **14.00 bis 18.00 Uhr**

Spielenachmittage
Freunde von Gesellschaftsspielen haben die Möglichkeit, ihrem Hobby in netter Runde nachzugehen.
Wann: jeden 3. Freitag im Monat von **14.00 bis 18.00 Uhr**

Kleidertauschbörse und Bücherbörse
Termine, Tischreservierung und Infos unter mail@isb-ffb.de
Wann: jeden 4. Freitag im Monat **14.00 bis 18.00 Uhr**

Brucker StrickTreff
Strickbegeisterte jeden Alters treffen sich im LiBlingsTreff.
Anbieterin: Michaela Kiltz, Tel. 0176-34199135
Kosten: keine
Wann: jeden 2. und 4. Freitag im Monat **15.00 bis 18.00 Uhr**

Offene Angebote

Begegnung mit Musik für Menschen mit Demenz, Angehörige und Interessierte

In einer Atmosphäre von Offenheit und Gelöstheit laden vertraute, liebgewonnene Melodien Menschen mit Demenz dazu ein, eine schöne und anregende Zeit mit anderen zu verbringen.

Anbieter: Andrea Kuran, Musiktherapeutin
Info: Tagespflege der Ökumenischen Nachbarschaftshilfe e.V.,Tel: 08141-3166-20
Wann: Mittwoch, 27.7., 24.8., 28.9., 26.10., 23.11., 28.12.2016
von **15.00 Uhr bis 16.00 Uhr**
Kosten: keine
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Tagespflege, EG

sprechen - sprach - gesprochen

Ein Deutschkurs für alle, die Deutsch lernen und üben wollen. Wir sprechen über das Leben in Deutschland. Wir lernen wichtige Wörter zu den Themen: Einkauf, Gesundheit, Behörden, Schule und Arbeit. Dabei trainieren wir die Aussprache und die Grammatik.
Auch Mütter mit Babys sind willkommen.
Voraussetzung: regelmäßige Teilnahme und
Lesen und Schreiben der lateinischen („deutschen“) Schrift

Wann: Di von 10.30 bis 12.00 Uhr und Fr von 10.30 – 12.00 Uhr (Ferien nach Absprache)sowie Mi von 13.00 – 14.30 Uhr
Kosten: *vorerst keine
Leitung: Frau Taheri (Mitt), Frau Walter (Fr),Frau Januschke (Di)
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Seminarraum, UG

Familienpaten-schaften

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

Familienpaten

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

Wir vermitteln Nachbarschaftshilfe für Familien in Fürstenfeldbruck.

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:
Susanne Pütz, Projektleitung, Tel. 0176/49460196
Bürozeiten: Mittwoch, 08.00 – 09.00 Uhr oder
Büro Koordinationsstelle
LiB-Mehrgenerationenhaus, Tel. 08141-316615

Unsere **Partner**:

Frauen helfen Frauen e.V. (Frauennotruf und-beratung)
DONUM VITAE in Bayern e.V.
(Schwangerschaftsberatung)

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**
Freitag **10.00 Uhr bis 12.00 Uhr NEU**

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

Sandra Koch oder Ursula Hafner und 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 schmalem 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

Offene Angebote für Alt und Jung

Offene Malwerkstatt

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 **Montag, 11.07., 12.09., 10.10., 14.11., 12.12.2016**
von **15.30 Uhr bis 17.00 Uhr**
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Seminarraum, UG

Brunch Interkulturell – Neue Kooperation mit dem Brucker Forum

Sonntäglicher Frühstückstreff für Menschen jeglicher Herkunft und Alters, die Interesse am Austausch und an der Gestaltung des interkulturellen Lebens in Fürstenfeldbruck haben.

Wir freuen uns über Beiträge zum Buffet – Getränke werden gestellt!
Wann: 23.10.2016 im LiB,
24.07., 25.9., 27.11.16 im Forum 31 von 11 – 13 Uhr
Wo: LiB-Mehrgenerationenhaus, Bürgersaal, 1. Stock bzw. Forum 31
Kosten: 1,50€

Mithilfe…

Ehrenamt

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

➢ Hausaufgabenbetreuung

Ehrenamtliche Übungsgruppe für Deutsch, Lesen, Hausaufgaben für Grundschulkinder mit deutscher und nichtdeutscher Muttersprache.

Kontakt: Sandra Koch, Tel.: 08141-316615

Unsere **Partner:**

Caritas Fürstenfeldbruck, Hauptstr. 5, Fürstenfeldbruck
Kontakt: Herr Rizkallah Saratli, Tel. 08141-3207-13

➢ Werden Sie KursleiterIn in unserem generationsübergreifenden Angebot

Sie haben ein Hobby oder eine Fähigkeit, die Sie gerne mit anderen teilen möchten? Sie möchten Ihre berufliche Erfahrung oder Ihre Lebenserfahrung weitergeben? Können Sie beispielsweise ein Erzählcafé leiten oder möchten Sie Menschen mit Demenz mit einem Skatspiel den Tag verschönern? Sprechen Sie uns an!

…und Ehrenamt

➢ Werden Sie Gastgeber oder Gastgeberin in unserem Offenen Treff

Sie haben Di 15 – 18 Uhr oder Do 9:30 – 12:30 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 4

➢ Wir suchen aktive Gassigeher, 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 13

Wir freuen uns jederzeit über Verstärkung in unserem ehrenamtlichen Team! Auch finanzielle Spenden für unsere soziale Arbeit sind immer herzlich willkommen.