

Seniorentreff Arcisstraße – PROGRAMM

Donnerstag

09.30 bis 11.00 Uhr



Laufender Kurs

■ English Language Club

Wenn Sie Freude an der Lektüre von englischsprachigen Texten und an Diskussionen zu interessanten Themen haben, sind Sie hier richtig! Grundkenntnisse in Englisch sind erforderlich.

Dieses Angebot ist **kostenlos**.

Unser neuer Konversationskurs startet im **September 2022**.

Dienstag

09.30 bis 11.00 Uhr



■ English – Easy Conversation

Sie haben Grundkenntnisse in der englischen Sprache und möchten in entspannter Runde und ganz „easy“ über allerlei interessante Themen sprechen?

Dieses Angebot

■ *t* ist **kostenlos**.

Erster Dienstag im Monat

15.30 bis 17.30 Uhr



■ Kaffeeklatsch unterm Regenbogen

Ob lesbisch, schwul, bi, trans*, inter*, queer – unser monatlicher LSBTIQ*-Treff ist für alle, die Spaß am Beisammensein in einer ganz bunt gemischten Runde haben!

Und unsere leckeren Kuchen gibt's natürlich auch!

1 Stück Kuchen **2 €**, Kaffee/Tee **1 €**

Zweiter & vierter Dienstag im Monat

14.30 bis 16.00 Uhr



■ Kaffeeklatsch

Genießen Sie Kaffee oder Tee und leckeren Kuchen bei einem netten Gespräch in geselliger Runde.

1 Stück Kuchen **2 €**, Kaffee/Tee **1 €**

im Anschluss:

16.00 bis 17.30 Uhr



■ Spielenachmittag

Freuen Sie sich auf kurzweiligen Spielspaß mit unserer Auswahl an Gesellschafts-, Würfel-, Brett- und Kartenspielen.

Die Teilnahme ist **kostenlos**.

Mittwoch

15.00 bis 17.00 Uhr



■ Gestalten gestalten Gestalten...

Zeichnen, malen, kleben, formen. Die Möglichkeiten, sich bildnerisch auszudrücken sind grenzenlos. Hier haben Sie die Gelegenheit, etwas auszuprobieren, zu tun, zu machen – und das ganz ohne Vorkenntnisse!

Der Sozialpädagoge, Familien- und Kunsttherapeut Ulrich M. Koprek entdeckt mit Ihnen gemeinsam die Welt der Bilder.

Der Kurs beginnt am **6. Juli 2022**

Kosten pro Einheit: **4 €**

Donnerstag

11.00 bis 12.30 Uhr



■ Yoga-Kurs

Verbessern Sie Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden durch spezielle Körperpositionen, sanfte Dehnungen sowie entspannende Atemübungen.

Kosten pro Einheit: **5 €**

Angebote nach individueller Terminabsprache

Diese Angebote sind **kostenlos**.

Spaziergang mit Hund

Besuchen Sie unseren Seniorentreff-Hund Rusty oder begleiten Sie uns auf einen kleinen Spaziergang durch's Viertel. Rusty ist ein aufgewecktes und freundliches Tier und freut sich immer über nette Menschen!



Gespräche im Seniorentreff

Möchten Sie sich gerne einmal wieder in Ruhe über die kleinen und großen Dinge des Lebens unterhalten? Natürlich absolut vertraulich. Freuen Sie sich über eine Person, die einfach einmal zuhört.



Wir sind für Sie da und finden bei Bedarf auch weiterführende Angebote mit Ihnen für Sie.

Handy- und Internet-sprechstunde

Ihr Smartphone oder die Nutzung des Internets geben Ihnen Rätsel auf.

Sie möchten das Internet nutzen, haben aber selbst keinen Zugang.

Wir nehmen uns gerne Zeit für Ihre Fragen.

Ein Laptop ist vor Ort vorhanden.



Für **alle** Angebote freuen wir uns auf Ihre Anmeldung!

Anmeldung und Kontakt:

AWO Seniorentreff Arcisstraße

Arcisstraße 45, 80799 München

Tel.: 089 / 32 80 58 21

st-arcisstrasse@awo-muenchen.de

Ihr Ansprechpartner: Andreas Maier

Vielfalt, Menschlichkeit und Respekt
Bei uns sind alle Senior*innen herzlich willkommen!



Wir möchten ein Ort sein, an dem sich unterschiedlichste Menschen mit Achtung begegnen und Brücken bauen. Lassen Sie uns dieses Leitbild hier gemeinsam (er-) leben und gestalten. Wir freuen uns auf Sie!