

# *Unter den Arkaden*

**Mehrgenerationenhaus, Familienzentrum  
und Bewohnertreff**



**Übersicht der regelmäßigen Angebote**



## Liebe Leserin, lieber Leser unseres Programms

in unserem Stadtteil verändert sich gerade vieles..., die alten Häuser werden seit einigen Jahren abgerissen, neue gebaut.

Es entstehen Kindertagesstätten und neue Gemeinschaftsflächen. Auch „Unter den Arkaden“ tut sich etwas. Wir haben einen Gemeinschaftsgarten angelegt, den jeder besuchen und nutzen darf.

Wir haben unser Programm ausgeweitet mit unterschiedlichen Kurs-, Sport- und Familienangeboten. Aber unser Haus bietet Ihnen auch die Möglichkeit selbst mitzugestalten und Ideen einzubringen.

Unter den Arkaden versteht sich seit mehr als 10 Jahren als Ort der Begegnung und Bildung für Jung und Alt.

Ich freue mich auf den Sommer mit vielen Besuchen und neuen Anregungen von Ihnen!

Herzlichst,  
Ihre Uschi Weber



Uschi Weber  
Bereichsleitung ETC Nord



Astrid Dörzenbach  
Familienzentrum



Biancka Arruda Miranda  
Bewohnertreff



Beate Stadelmeier  
Büro und Empfang

## ■ Angebote für Familien

### Mini-Club

Benötigen Sie einmal wieder Zeit, um in Ruhe einzukaufen, zum Friseur, oder zum Arzt zu gehen oder einfach, um zu entspannen? Wir betreuen Kinder von 1,5 bis 3 Jahren für 2,5 Stunden, basteln, singen und Spaß zu haben. Die zwei Betreuerinnen legen sehr viel Wert darauf, dass eine gute Atmosphäre besteht und die Kinder sich wohlfühlen. Nach einer intensiven Eingewöhnungszeit bleiben die Kinder ohne Eltern im Mini-Club.

Gruppe 1: Dienstag

Gruppe 2: Donnerstag

### Elternberatung

Wenn Sie Fragen zu familiären Themen wie Erziehung oder Kleinkindentwicklung haben und sich Unterstützung wünschen, können Sie einen Beratungstermin vereinbaren. Eine erfahrene pädagogische Fachkraft berät Sie gerne und steht Ihnen zur Seite. Gemeinsam werden im Gespräch Lösungsansätze gesucht, die Sie dann eigenverantwortlich umsetzen können.

### Krabbelgruppe - offene Spielgruppe

Ein Kind ist neugierig auf seine Welt und entdeckt sie spielerisch. Mit all seinen Sinnen erobert es sich unterschiedliche Alltagsgegenstände. Spielen macht gemeinsam mit anderen Kindern noch mehr Spaß. Sie als Eltern lernen altersgerechte Spiele für Ihr Kind, können sich austauschen und Fragen stellen. Eine pädagogische Fachkraft begleitet die Gruppe.

### Büchermäuse

Lustige Lieder, Fingerspiele, Reime und altersgerechte Geschichten wecken bei den Kleinsten auf spielerische Art Interesse an Sprache und Büchern. Für die Eltern gibt es Anregungen wie das Anleiten auch zu Hause gelingen kann.



© Dickimatz\_pixelio.de

### Musikalische Früherziehung

Hier können Kinder mit einer qualifizierten Musiklehrerin die musikalischen Grundlagen kennenlernen und ihre Motorik verbessern. Es gibt einen Kurs für die von 1,5 bis 3 Jährigen, bei dem die Mütter oder Väter dabei sind und einen für die Kinder ab 4 Jahren, bei dem die Kinder alleine teilnehmen. Der Kurs findet einmal in der Woche statt.

### Offener Treff mit Kindern

An diesem Treff können Familien mit Kindern bis 6 Jahren teilnehmen. Wir möchten eine schöne erholsame Zeit miteinander verbringen. Ziel ist auch, die Familien bei ihren aktuellen Problemen zu unterstützen. Deshalb freuen wir uns sehr, wenn Fragen gestellt und zur Diskussion gebracht werden. Zu bestimmten Themen werden Fachkräfte eingeladen.

Vor allem aber wird gespielt, gebastelt, gelacht und zugehört. Alle sind herzlich eingeladen, sich und ihr Können einzubringen.

## ■ Angebote für Familien

### Ungarischer Familientreff

Wir bieten hier ungarischen Familien die Möglichkeit, sich zu treffen und auszutauschen. Zu Beginn jedes Treffens singen wir ungarische Volkslieder mit den Kindern zusammen.

Danach basteln wir etwas mit den größeren Kindern.

Alle Interessierte, die die ungarische Kultur kennenlernen möchten, sind herzlich willkommen.

### Familien-Sprechstunde

Haben Sie Fragen zu Kindertagesbetreuung, alternativen Betreuungsmöglichkeiten, Bildungsangeboten im Stadtteil usw. ?

Dann können Sie auch ohne Anmeldung zur Sprechstunde kommen.

Freitags 10:00 - 12:00 Uhr und nach Vereinbarung

**Kontaktstelle Frühe Förderung, Annette Landesberger**

01522 / 29 55 48 6      fruehe-foerderung-am-hart@gmx.de



© FotoHiero\_pixelio.de

### Patenprojekt „Nordlicht“

Wir vermitteln Lernpaten, die SchülerInnen bei den Hausaufgaben und beim Lernen begleiten. Pate und Kind treffen sich in ruhiger Atmosphäre um zu lernen und eine freundvolle Zeit miteinander zu verbringen. Melden Sie sich, wenn Ihr Kind Unterstützung braucht oder wenn Sie sich ehrenamtlich als Pate engagieren wollen.

### Alphabetisierung

Ein Kurs für Personen ohne Vorkenntnisse des lateinischen Alphabets. Die Teilnehmenden lernen das deutsche Alphabet mit Schriftbild und die Aussprache sowie die Umsetzung von Bildern in Wörter und Sätze.

mit Kinderbetreuung für Kinder bis 3 Jahre



© Gerd-Altmanntpixelio.de

### Deutsch für AnfängerInnen

Dieser Kurs richtet sich an Personen ohne Anspruch / Pflicht auf einen Integrationskurs, die langsam lernen oder lernungsgewohnt sind. Hier werden die wichtigsten Themen besprochen, um in München und Deutschland ein eigenverantwortliches Leben zu führen.

ab Deutschstufe A1 (AnfängerInnen), alphabetisiert

mit Kinderbetreuung für Kinder bis 3 Jahre

## English I

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene mit Grundkenntnissen der englischen Sprache. Trainiert werden einfache Gesprächssituationen mit Basiswortschatz sowie Lese- und Sprechübungen.



© Bröckel\_pixelio.de

## English II

Im Konversationkurs üben Sie tägliche Situationen auf Englisch zu meistern - vom Gespräch im Restaurant, über die Unterhaltung am Schalter bis hin zum Einkauf oder beim Hotel-Einchecken. Im Kurs können die Bücher zu Hause bleiben. Sie üben Englisch für jede Situation, damit Ihr Sprachschatz lange erhalten bleibt.



## Angebote für Erwachsene

### **IKYA™ Meditation**

IKYA Meditation™ ist eine aktive dynamische Meditationsform - lustig, spannend, herausfordernd, erdend und bringt jede Menge Spaß & neues spirituelles Bewusstsein. Wir nehmen unsere Stimme und Bewegung mit in die Übungen und lösen uns so von Schlacken und Stress.

Mitzubringen sind: Getränk, bequeme Kleidung, Sitzkissen oder Yogamatte, wenn vorhanden  
Anmeldung erforderlich



© ETC e.V.

### **Tai Ji**

Tai Ji ist eine Kampf- und Bewegungskunst, die Lebenskraft gibt und Wahrnehmungsfähigkeiten fördert. Sie wirkt beruhigend und steigert die Konzentrationsfähigkeit und Gleichgewichtssinne.

Der Einstieg jederzeit möglich, eine Schnupperstunde ist kostenfrei.  
Kursort: Dientzenhoferstraße 28

**Information und Beratung bei Herrn Gustl Hoff**

### Gesundheitsworkshop

Wenn Sie daran interessiert sind zu erfahren, wie man sich mit einer ganz einfachen Methode im Alltag gesund und fit hält, dann sind Sie genau richtig bei diesem Workshop. Zu folgenden Themen werden Übungen durchgeführt. Körperhaltung, Atemtechniken, Augenentspannung, Übungen für die Halswirbel, Stärkung der Schulterpartie, Stressbewältigung u.v.m.

Anmeldung erforderlich

### Zumba

Zumba ist ein Fitness – Tanz – Workout und für Eltern, die Sport machen und dabei Spaß haben wollen. Eine Einheit dauert eine Stunde und findet 1 mal in der Woche mit einer qualifizierten Zumbatrainerin statt.

Das Angebot ist mit Kinderbetreuung.



© von ZUMBA freigegeben

### Gemeinschaftsgarten

Möchten Sie Gemüse selber anbauen? Haben Sie Lust, neue Menschen kennenzulernen? In unserem neuen Gemeinschaftsgarten möchten wir zusammen gärtnern, kochen und feiern. Genießen Sie unseren Arkadengarten und verbringen Sie bei einem Getränk und einem leckeren Kuchen ein paar erholsame Stunden.

Machen Sie mit, wir freuen uns auf Sie!

## Angebote für Erwachsene



### Türkisches Frühstück mit Gesundheitsvorträgen

Das türkische Frühstück ist unter Kennern berühmt. Leckerer Tee, frisches Fladenbrot, Schafskäse, Oliven und Tomaten dürfen keinesfalls fehlen. Doch hier geht's nicht nur ums Essen, sondern es werden auch Vorträge zu Gesundheitsthemen gehalten.

### Senioren-Café

Zweimal im Monat treffen sich Seniorinnen und Senioren zu einem gemütlichen Beisammensein zu (ohne m) Kaffee und Kuchen (auch für Diabetiker).

Neben Musik und interessanten Vorträgen zu Versicherung, Sicherheit, Ernährung, Gesundheit, Kultur und anderen Themen bleibt genügend Zeit zum Plaudern und zum Kommunizieren.

Die Vorträge werden in Zusammenarbeit mit verschiedenen Institutionen (Seniorenbeirat, Bayerische Polizei, Caritas Zentrum Nord u.a.) durchgeführt.



© R\_K\_by\_Alexandra H.\_pixelio.de

### **Spieletreff**

Mal wieder Lust auf spannende Brett-, Karten- und Gesellschaftsspiele? Egal ob Einsteiger, Gelegenheitsspieler oder Spielverrückte – alle sind willkommen!

Eingeladen sind alle Spielbegeisterte und solche, die es werden wollen, egal ob jung und alt, Frauen wie Männer. Wir wollen Gleichgesinnte treffen, neue Spiele und neue Leute kennenlernen, Spiele sind vorhanden - es können aber auch gerne eigene Spiele mitgebracht werden.

Wir freuen uns auf Euch! Mail an:

[spieletreff-muenchen@outlook.de](mailto:spieletreff-muenchen@outlook.de) und Ihr bekommt eine Einladungsmail vor jedem Treffen.

Infos auch unter [www.spieletreff-muenchen-harthof.jimdo.com](http://www.spieletreff-muenchen-harthof.jimdo.com)

### **Brett- und Tabletop-Spiele**

Begeisterte Brett- und Tabletop-Spieler treffen sich einmal im Monat bei uns und freuen sich über neue Mitspieler und Mitspielerinnen. Bei Interesse einfach vorbeikommen oder über die Website [www.doder.org](http://www.doder.org) angeben, in welcher Runde man mitspielen möchte oder ob man selbst MitspielerInnen für ein Spiel sucht.

### **Kunstwerkstatt**

Sich ausprobieren, etwas Neues zu erschaffen und zum Schluss ein kleines selbstgemachtes Kunstwerk mit nach Hause zu nehmen, das können Sie in unserer neuen Kunstwerkstatt.

Unter fachlicher Leitung lernen Sie Pinselstrich für Pinselstrich ein eigenes Bild zu erschaffen.

Anmeldung erforderlich, kostenfrei.

### Nähstube

Hier können Sie Kleidungsstücke und sonstige Textilien zu günstigen Konditionen ändern und reparieren lassen. Gelegentlich bieten die Schneiderinnen auch Nähkurse an - beachten Sie dazu auch die aktuellen Aushänge.



© S. Hofschlaeger\_pixelio.de

### Haare schneiden

Hier wird der Offene Treff zum Friseursalon. Zu Gast ist eine Friseurin, die schneidet den kleinen und großen Kunden gegen eine Spende die Haare schneidet und stylt.

Anmeldung erforderlich unter: 01577 - 64 54 301

### Internetnutzung

Wussten Sie schon, dass Sie ganz in Ihrer Nähe günstig im Internet surfen können? Sie müssen dafür nicht extra in ein teures Café in die Stadt fahren. Auf Anfrage stellen wir Ihnen einen Zugang zum Internet und einen Laptop zur Verfügung.

### Raumüberlassung

Für Ihre private Feier oder Veranstaltung können Sie unsere Räume an Samstagen bis 22 Uhr nutzen.

Nutzungsgebühr für Veranstaltungen: EUR 70,-

Kautions: EUR 200,-

## Hilfe bei Sozialanträgen

Die Anträge für soziale Belange wie zum Beispiel Harz IV, Rente, Wohn- oder Kindergeld sind lang und kompliziert. Wir helfen Ihnen gerne, wenn Sie Fragen dazu haben. Füllen Sie bitte die Formulare soweit wie möglich im Vorfeld aus.



© Matthias Preisinger\_pixelio.de



© Jorma Bork\_pixelio.de

## Beratungsgespräche

Sie brauchen Informationen zu verschiedenen Themen? In unserem Haus unterstützen wir Sie und leiten bei Bedarf an weitere Einrichtungen im Stadtteil weiter. Meist handelt es sich um Informationen über Schule und Kindertagesstätten, geeignete Lernförderungen, Weiterleitung an eine Rechtsberatung, Hilfestellung am Computer und/oder Internet, Wohnungs- oder Arbeitsplatzsuche. Sprechen Sie uns einfach an....

### LernZiel

Die sozialpädagogische Lernhilfe im ETC e.V. ist ein Angebot für Grund-, Mittel- und Förderschüler/innen in den Bezirken 11 und 24. Schüler und Schülerinnen erhalten 2 x in der Woche in einer 4er- Gruppe fachgerechte Unterstützung in allen schulischen Fächern sowie individuelle Förderung beim Lernen. Die anfallenden Kosten werden von der Stadt München übernommen.

### Information und Beratung bei Frau Simone Wehmeier



© ETC e.V.

### Schulverweigerung - Die 2. Chance

Das Ziel des Programms ist es, Jugendliche, die die Mittelschule unregelmäßig besuchen und damit ihren Schulabschluss gefährden, in das Schulsystem zurückzuführen. Jede/r Programmteilnehmer/in bekommt eine persönliche Ansprechperson, die den gesamten Bildungs- und Förderprozess in enger Zusammenarbeit mit der Schule, den Eltern und anderen Partnern vor Ort begleitet. Die Unterstützungsangebote sind vielfältig und werden individuell geplant und entwickelt.

### Information und Beratung bei **Frau Annette Burgmair** und **Frau Vanessa Soutarson**

## ■ Kontakt

- **Beate Stadelmaier - Büro und Empfang**

Tel.: 089 / 30 90 54 78 - 0

Mail: b.stadelmaier@etcev.de

- **Biancka Arruda Miranda - Bewohnertreff**

Tel.: 089 / 30 90 54 78 - 25

Mail: b.miranda@etcev.de

- **Annette Burgmair - Schulverweigerung - Die 2. Chance**

Tel.: 0176 / 64 23 69 08

Mail: a.burgmair@etcev.de

- **Astrid Dörzenbach - Familienzentrum**

Tel.: 089 / 30 90 54 78 - 25

Mail: a.doerzenbach@etcev.de

- **Gustl Hoff - LernZiel Standortleitung Dientzenhoferstraße**

Tel.: 089 / 30 90 54 78 - 20

Mail: g.hoff@etcev.de

- **Vanessa Soutarson - Schulverweigerung - Die 2. Chance**

Tel.: 0171 / 45 00 157

Mail: v.soutarson@etcev.de

- **Uschi Weber - Bereichsleitung ETC e.V. München-Nord**

Tel.: 089 / 30 90 54 78 - 18

Mail: u.weber@etcev.de

- **Simone Wehmeier - Projektleitung LernZiel Hasenberg**

Tel.: 089 / 30 90 54 78 - 13

Mail: s.wehmeier@etcev.de

Dientzenhoferstraße 68

80937 München

Fax: 089 / 30 90 54 78 - 14

Website: [www.etcev.de/projekte/sozialraum](http://www.etcev.de/projekte/sozialraum)

Mail: [mgh@etcev.de](mailto:mgh@etcev.de)



**Träger der Einrichtung:**



Euro-Trainings-Centre ETC e.V.

**Euro-Trainings-Centre ETC e.V.**

Sonnenstr. 12a  
80331 München

Tel.: 089 / 54 91 77 -0  
Website: [www.etcev.de](http://www.etcev.de)  
Mail: [info@etcev.de](mailto:info@etcev.de)

**Vertretungsberechtigter Vorstand:**

Willy Frauenknecht, Sabine Loibl-Gänsbacher, Frédéric Valli  
Registergericht: Amtsgericht München VR 15182

**Die Arbeit Unter den Arkaden wird gefördert durch:**



Als gemeinnütziger Verein sind wir berechtigt,  
Spendenbescheinigungen auszustellen.

Wir freuen uns über finanzielle Unterstützung  
zur Erweiterung unserer Angebote.

Euro-Trainings-Centre ETC e.V.  
GLS Gemeinschaftsbank e. G.  
IBAN: DE45 43060967 8090220600  
BIC: GENODEM1GLS







### ***Unter den Arkaden***

Mehrgenerationenhaus, Familienzentrum, Bewohnertreff

Dientzenhoferstraße 68  
80937 München

### **so erreichen Sie uns:**

U2, Haltestelle „Harthof“, dann ca. 7 Minuten zu Fuß

oder

Bus 171, Haltestelle „Dientzenhoferstraße“