

PROGRAMM HERBST 2018

SEPTEMBER

Mittwoch | 26. September | 9.00 bis 11.30 Uhr

Wiedereinstieg nach Familienpause

Kostenlose Tipps und Hilfen der Agentur für Arbeit

Sie haben sich länger nicht mehr auf eine Stelle beworben und hätten dazu gerne Tipps und Informationsmaterialien? Welche Qualifizierungsangebote gibt es und wie werden sie finanziert? Wie kann die Arbeitsagentur beim Wiedereinstieg unterstützen?

Referentin: Maria Vogl, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Veranstaltungsort: Caritas Mehrgenerationenhaus Murnau

Mi. / Do. 25./ 26. September und 04. Oktober vormittags

Wieszeit

Während des Oktoberfestes wollen wir wieder ein wenig Wies'n-Stimmung mit Brez'n, Obazda, Aufstrichen, selbstgebackenen Wiesnherzen sowie frischen selbstgemachten Mandeln ins Murrel Café holen. Wer als Gruppe kommen möchte, bitte rechtzeitig im Cafe (oder draußen bei schönem Wetter) einen Tisch reservieren unter Tel.: 08841-5833.

Neue Schulungstermine zum Familienpaten

Wir bieten wieder neue Termine an, in welchem wir Sie zum ehrenamtlichen Familienpaten ausbilden. Als Familienpate schenken Sie einmal in der Woche einer Familie mit Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren über einen begrenzten Zeitraum Ihre Zeit. Die Aufgaben sind vielfältig – Sie werden in der kostenlosen Schulung durch uns Koordinatorinnen begleitet und angeleitet. Einstieg jederzeit möglich! Weitere Infos auf Anfrage unter 08841-627007

Geplante Termine in 2018 sind:

28./29.09., 12./13.10., 19./20.10. und 09./10.11.

NOVEMBER

Freitag | 09. November | ab 15.00 Uhr

Basteln/Backen zu St. Martin

Wir feiern mit den Kleinen St. Martin, indem wir gemeinsam Basteln und Martinsgänse backen: diese wollen wir dann anschließend gemeinsam verzehren und – so wie es St. Martin ja auch gemacht hat – miteinander teilen.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Unkostenbeitrag über eine kleine Spende!

Freitag /16.November/ 15.00-17.30 Uhr

Vorlesen und Lesezeichen basteln

„Der Bundesweite Vorlesetag von Stiftung Lesen, der Wochenzeitung DIE ZEIT und der Deutschen Bahn Stiftung findet seit 2004 jedes Jahr am dritten Freitag im November statt und gilt heute als das größte Vorlesefest Deutschlands. Die Vorleser an diesem Aktionstag zeigen mit viel Leidenschaft, ehrenamtlich und unentgeltlich, wie schön und wichtig vorlesen ist. Ziel ist es, Begeisterung für das Lesen und Vorlesen zu wecken und Kinder bereits früh mit dem geschriebenen und erzählten Wort in Kontakt zu bringen.“ Wer mag, kann aus Karton-Streifen schöne individuelle Lesezeichen gestalten.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Unkostenbeitrag über eine kleine Spende.

OKTOBER

Offener Samstag: 06.10. / 10:00 – 12:00 Uhr

Internationales Cafe mit Bastelaktion für Kinder

Wir machen „Kartoffel“-Druck !!

Diesen Samstag haben das Cafe und der Murrelsecondhand geöffnet – dazu findet im Nebenzimmer für die Kinder eine offene Bastelwerkstatt statt. Unter Anleitung werden wir uns diesmal am Kartoffeldruck versuchen und Papier wie auch Stoffbeutel bedrucken.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Unkostenbeitrag gegen eine Spende!

Di.-Fr. | 23.-26. Oktober / zu den Cafezeiten

Gruselwoche vor Halloween

Bunt verziert, schön oder gruselig, klein oder gross, süß oder sauer, pikant oder brisant...- in dieser Woche gibt es eine große Auswahl an kreativen Muffins und gruseligen Getränken im Murrelcafe - für jeden Geschmack ist was dabei!

Freitag | 26. Oktober | ab 15 Uhr

Gruselgeschichten und –spiele zu Halloween

Spannende und schaurige Geschichten – wer traut sich ab 4 Jahren zuzuhören... Wer hat Mut zu spannenden Spielen wie „Gruselino“ und "Schnappt Hubi"? Wer wagt sich überhaupt zu kommen??

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Vorleserin: Evi Schilberger

DEZEMBER

Offener Samstag/01. Dezember | 10:00 – 12:00 Uhr

Adventsbasteln zur Cafezeit

Diesen Samstag haben das Cafe und der Murrelsecondhand geöffnet – dazu findet im Nebenzimmer für die Kinder eine offene Bastelwerkstatt statt. Unter Anleitung werden wir Plätzchen/Lebkuchen basteln. Neugierig? Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Unkostenbeitrag gegen eine Spende.

Mittwoch | 05. Dezember | im Cafe

Zum **Tag des Ehrenamts** möchten wir verschiedene Aktionen starten. Weitere Infos in der Presse und auf unserer Website!

Sonntag | 09. Dezember | 15.30 – 17.00 Uhr

Waldweihnacht

Heute ist eine besondere Nacht. Wenn es dunkel wird im Wald

treffen sich Dachs und Reh, Fuchs und Hase, Bär und Eichhörnchen und alle anderen Tiere aus dem Wald und feiern friedlich zusammen ihre Waldweihnacht. Wir wollen zusammen für die Tiere einen Baum mit selbstgebastelten Naschereien schmücken und uns gemeinsam bei Musik, Kerzenschein, Punsch und Plätzchen auf die bevorstehende Weihnachtszeit einstimmen.

Anmeldungen und Info bei Marion Radina Tel.: 4858048

Sa./So. | 15./16. Dezember | ganztags

Weihnachtsmarkt

Auch heuer möchten wir wieder dabei sein- sind aber auf eure Unterstützung angewiesen: wir freuen uns über Marmeladen- und Plätzchenspenden sowie Mithilfe beim Standdienst. Entsprechende Helferlisten hängen bei Murrel aus oder bitte direkt im Büro unter 08841/627007 melden. Wir freuen uns auch über viele Besucher/innen: es gibt wieder viele Leckereien für Groß und Klein!

SERVICE

Offene kostenlose Sprechstunden bei Murrel

KoKi - Koordinierungsstelle Frühe Kindheit

Die Koordinierungsstelle Frühe Hilfen (KoKi) des Landkreises Garmisch-Partenkirchen begleitet und berät Familien von der Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr des Kindes in Sachen Erziehungsfragen, Fördermöglichkeiten, finanzielle Unterstützung, Hilfe in belastenden Situationen. Die Sozialpädagoginnen von KoKi beraten kostenlos und unterliegen der Schweigepflicht.

Termine im Murrel-Café:

Mit. 19.09.2018 16.00 - 17.00 Uhr

Do. 18.10.2018 9.00 - 10.00 Uhr

Fr. 16.11.2018 16.00 - 17.00 Uhr

Di. 18.12.2018 16.00 - 17.00 Uhr

Ansprechpartner: Sabine Vogt, (Dipl.Soz.päd.) Tel.: 08821/751-308

Tagespflege/Qualifizierung

Das Kinderbüro berät rund um das Thema Kindertagespflege/Qualifizierung im Landkreis Garmisch-Partenkirchen und informiert über aktuelle Projekte zum beruflichen Wiedereinstieg nach der Familienzeit.

Kontakt: Sabine Kopp Tel.: 08821- 798025
vom Kinderbüro GAP/Frau und Beruf GmbH

Termine im Murrel-Café:

Do. 25.09.2018 15.30 – 16.30 Uhr

Mi. 14.11. 2018 9.30 – 10.30 Uhr

„Meine Zukunft bin ich“

Beruflicher Wiedereinstieg und Neu-Orientierung

Die Servicestelle bietet kostenlose Infos und einen Bewerbungsmappencheck ohne Anmeldung. Einfach vorbeikommen!

Kontakt: Renate Frommbeck Tel.: 0151-52584436 oder
renate.frommbeck@frau-und-beruf.net, Servicestelle Frau und Beruf Garmisch-Partenkirchen und Murnau

Termine im Murrel-Café: jeweils von 9.00 bis 11.00 Uhr

Mo. 24.09.2018

Mo. 15.10.2018

Mo. 05.11.2018

Babysitter-Vermittlung und -ausbildung

Murrel bildet Babysitter in Kursen aus und vermittelt diese.

Gebühr bei erfolgreicher Vermittlung: Mitglieder 10 € / Nichtmitglieder 15 €

Wer Interesse an einer Ausbildung zum Babysitter hat, kann am Freitag, den 05.10.18 um 17.30 zur Infoveranstaltung ins Murrelcafe kommen!

Infos im Büro unter Tel.: 08841/62 70 07

Interessenten an einer Ausbildung bitte im Büro melden.

Offene Samstage bei Murrel

An folgenden Samstagen haben unser Cafe und unser Secondhand geöffnet:

06.10./01.12.2018

02.02./02.03./06.04.2019 jeweils von 10:00 – 12:00 Uhr

LAUFENDE KURSE

TREFFS

Musikgarten

Der Musikgarten lädt Kleinkinder und deren Eltern zum musikalischen Spiel ein. Musik spricht alle Sinne an und unterstützt positiv die Gesamtentwicklung. Die Kurse finden an verschiedenen Tagen statt.

Musikgarten für Kinder (8 Monate bis 3 Jahre)

Anmeldung + Info: Gloria Gabriel Tel.: 08847/69 87 09

Musikgarten für Kleinkinder (1,5 – 3 Jahre)

Anmeldung + Info: Susanne Vinnemeier Tel.: 08851/92 37 92

Klangspielgarten

für Kinder von 1,5 – 3 Jahren mit Mutter / Vater

Kinder und Eltern erleben Musik mit allen Sinnen:

Beim gemeinsamen Singen, Spielen und Bewegen entstehen Lieder und Bauwerke. Das macht Spaß und gibt viele Anregungen für musikalisches Spielen zuhause.

Beginn ab September 2018 im Seminarraum 1.Stock

immer montags von 15.00 bis 16.00 Uhr und 16.00 bis 17.00 Uhr

Anmeldung und Info:

Camerloher Musikschule Murnau, Tel. 08841- 3512

Musikalische Früherziehung

In Gruppen von 7 bis 10 Kindern wird den 4 – 6 Jährigen der Weg zur Musik eröffnet. Sie werden besonders in ihrer motorischen und musikalischen Entwicklung gefördert und auf einen möglichen Instrumental- oder Gesangsunterricht vorbereitet. Der Unterricht erstreckt sich normalerweise über 2 Schuljahre. Im ersten lernen die Kinder musikalische Parameter wie laut-leise, schnell-langsam, tief-hoch kennen. Im zweiten Jahr werden diese Kenntnisse vertieft, zudem werden diverse Instrumente vorgestellt, eine Entscheidungshilfe zur Wahl eines möglichen Instruments zu geben.

Monatspauschale 29,70 EUR - immer donnerstags 14.30 - weitere Informationen und Anmeldung im Musikzentrum Murnau unter 08841-99248

Verschiedene Yoga-Kurse:

1. Hatha Yoga: Nach den Lehren weiser Meister. Individuelle Auswahl der Stellungen, Erlernen von Atemtechniken, Mondgruß, Chakra Arbeit

Termin: Dienstag, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten: pro Abend 9 €, 7 € Ermäßigung auf Anfrage

Anmeldung + Info: Olga Haberl, 08841-81 09

2. Satyananda Yoga: In der Tradition der Bihar School of Yoga werden grundlegende Yogatechniken angeboten. Wichtige Übungen der Pawanmuktasanas und die essentielle Entspannungsmeditation Yoga Nidra werden geübt.

Termin: Mittwochs 18.30-20.00 Uhr

Kosten: pro Abend 15,- €, Ermäßigung auf Anfrage

Anmeldung + Info: Matthias Elliesen, 08841-676287, www.yoga-im-blauen-land.de

3. Offene Yogastunde für jedes Alter: Nach dem Motto „Man kann den Wert von Yoga nicht beschreiben, man muss ihn erfahren“, gehen die Teilnehmer entspannt in den Tag.

Ort: Im MGH Murnau (Murrel erster Stock)

Termin: Donnerstags 8.45 – 10.00 Uhr (nicht in den Ferien)

Keine Anmeldung, Kosten auf Spendenbasis

Info: Susanne Roth-Utzschneider 08841-625528

4. Yogakinder

für Kindergarten-, Grundschulkind und Teens

...bewegen, lachen, tanzen, singen, atmen, entspannen, den Körper spüren, in die Stille finden, und Spass haben....

Ort: Murrel, 1.Stock Seminarraum

Mittwoch 15.00 und 16.00 Uhr

Freitags 18.00 – 19.00 Uhr (Teens)

Beginn: 10.10.2018

Anmeldung und Info: Lia Geist, 0170-7456230, liaphantasia@gmail.com

Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene

Das besondere Augenmerk im PILATES nach Joseph H. Pilates liegt auf der Körpermitte. Die Tiefenmuskulatur im Becken und in der Taille wird gezielt aktiviert, durch eine bestimmte Atemtechnik.

In jeder Stunde trainieren wir mit unterschiedlichen Übungen den gesamten Körper. Bereits nach kurzer Zeit ist eine Verbesserung im gesamten Bewegungsapparat erkennbar und spürbar. Durch meine Erfahrung im Personal Training arbeite ich sehr individuell in meinen Kursen und gehe gerne auf unterschiedliche Bedürfnisse ein.

Mitbringen: Handtuch und Getränk

Termine: Donnerstags 20.00-21.00 Uhr

Ort: Seminarraum , 1.Stock

Kosten: 10er Kurs Block für 100 Euro

Anmeldung: Andrea Fritsch, Pilates/Yoga/Personal Trainerin. andrea@murm-el-ev.de

Trommeln

Afro-Trommeln nach traditionellen Rhythmen der Malinke

Donnerstag: 18.30 – 20.30 Uhr

Samstag off. Workshop: 10.00 – 12.30 Uhr

Anmeldung + Info: Neerava Tel.: 08153/88 99 66

SONSTIGES

Geschenk mit Herz

Nach der erstmaligen Teilnahme im letzten Jahr mit über 100 schön verpackten Päckchen beteiligt sich Murmel auch in diesem Jahr an der Aktion "Geschenk mit Herz", einer Benefizaktion vom BR und Sternstunden e.V., durchgeführt von humedica e.V. Alte Schuhkartons werden mit farbigem Weihnachtspapier beklebt und mit kleinen Präsenten gefüllt, über die sich entweder ein Mädchen oder ein Junge freut – dies wird dann bei Murmel abgegeben und von dort über humedica an bedürftige Kinder weltweit verteilt. Weitere Infos zur Aktion sowie Anleitung und Aufkleber unter <https://www.geschenk-mit-herz.de/ablauf>.

Infozettel, Packlisten und Päckchen- Aufkleber liegen ab September bei Murmel aus. Fertige Pakete können im Zeitraum vom 15. September bis zum 13. November im Murmel Büro oder Cafe zu den gültigen Öffnungszeiten abgegeben werden.

Infos: Marion Radina, Tel: 08841/4858048

Familienpaten für Familien

Wünschen Sie sich eine Entlastung und eine praktische Hilfe, um den Alltag mit Ihren Kindern (vorrangig 0-3 Jahren) besser zu meistern? Die ersten geschulten Familienpaten befinden sich schon im Einsatz – gerne vermitteln wir Ihnen unsere Familienpaten. Wir Koordinatorinnen betreuen die Familienpaten und bringen sie mit den interessierten Familien zusammen.

Susanne Giesler-Fauser Tel.: 08821/9434617 oder

Kirsten Bombe-Sponar Tel.: 08841/627007 melden.

Allgemeine Infos unter www.familienpaten-bayern.de

In Kooperation mit der KoKi-Stelle des Landratsamtes und dem SOS

Kinderzentrum GAP

GRUPPEN UND TREFFS

Treff der Säuglingsmütter/Jungmütter

Erfahrungen in gemütlicher Runde austauschen

Treff der Zwillingeltern

Kennen lernen, Tipps bekommen, gemütlich Kaffee trinken und mit den Kindern im Nebenzimmer spielen.

Offene Spiel-/Krabbelgruppen

Freunde gewinnen und Kontakte zu anderen Eltern knüpfen – wir helfen gerne bei der Vermittlung, unterstützen beim Aufbau einer neuen Gruppe und geben auf Wunsch Hilfestellung und Anregungen für die Treffen.

Infos im Büro 08841/627007