

Kinder, Jugend- und Familienhilfe

Terminvereinbarung: 08821-943 48-40
Offene Sprechstunde am 12.03.2026
im MGH von 9:00-10:00

Allgemeine Soziale Beratung

Offene Sprechstunde
Mo. 10:00-14:00 in geraden Wochen oder
Terminvereinbarung: 08821-943 48-87

Angebot der sozialen Beratung:**Behördenlotsen**

Sie verstehen amtliche Schreiben nicht, brauchen Anleitung beim Ausfüllen von Formularen oder haben Angst vor dem Kontakt mit Ämtern? Die Behördenlotsen helfen Ihnen. Es wird keine Rechtsberatung angeboten. Die Behördenlotsen arbeiten vertraulich und sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. Dieses Angebot ist kostenlos. Terminvereinbarung erforderlich unter der Tel. Nr. 08821-943 48-87

Fachambulanz für Suchterkrankungen

Terminvereinbarung: 08821 943 48-30

Nachbarschaftshilfe

Wollen Sie helfen – dann melden Sie sich bei uns. Brauchen Sie Hilfe? z.B. zum Einkaufen, Spaziergehen, Erzählen, Zuhören oder ein anderes Problem?

Dann melden Sie sich bei uns. Wir sind für Sie da und beraten Sie gerne. 08841 628 113 oder murnau@caritasmuenchen.org

Förderverein des Mehrgenerationenhauses Murnau e.V.

Wir wollen die Arbeit des Mehrgenerationenhauses Murnau, ideell und finanziell unterstützen. Werden Sie Förderer, treten Sie bei als Mitglied, aktiv oder passiv. Spendenkonto: VR Bank Werdenfels DE22 7039 0000 0004 0561 08

Montag**08:45-10:00 Uhr: YOGA am Morgen**

Entspannt in den Tag mit Susanne Roth-Uttschneider, Yogalehrerin (BYV) Einstieg jederzeit möglich. Nicht in den Ferien. Anmeldung unter 08841 625 528

10:00 Uhr: BISTRO geöffnet

Ein offener Treff für Alle zum Austauschen und Knüpfen neuer Kontakte. Kostenloses Getränk und Suppe oder Schnittchen.

Mittwoch**11:00 Uhr: Walking für jedes Alter**

Kontakt 08841 991 33.
Treffpunkt: Weindorfer Kiesgrube

14:00 Uhr: Spielenachmittag

Schafkopfen Um Anmeldung wird gebeten.

Donnerstag**14:00 Uhr: Offener Café Treff**

mit Spielenachmittag. Neue Mitspieler*innen sind herzlich Willkommen.

Freitag**16:00 Uhr: Offener Frauentreff**

Herzliche Einladung an alle Frauen!

Montag - Freitag**13:30-16:00 Uhr: Lernhilfe**

Die Lernhilfe möchte Schüler*innen mit Migrationshintergrund oder Freizeitpass beim Erlernen von Lesen, Schreiben und Rechnen Unterstützung geben. Anmeldung erforderlich.



Mehr Generationen Haus

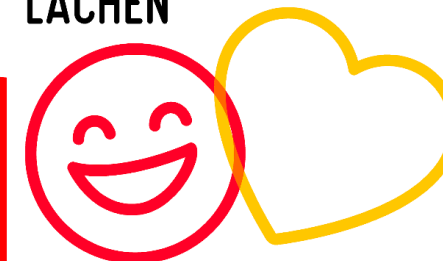
Miteinander – Füreinander

Mehrgenerationenhäuser sind Begegnungsorte für alle Generationen, in denen neue Formen des Miteinanders in der Kommune gestaltet werden können.

Mehrgenerationenhäuser stehen allen offen und laden jeden dazu ein, am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben.

Mehrgenerationenhäuser unterstützen die Kommunen, die jeweiligen Herausforderungen des demografischen Wandels zu meistern und dessen Chancen zu nutzen.

MITEINANDER LACHEN



FÜREINANDER DA SEIN

März 2026

IMPRESSUM

Kontakt:
Caritas MehrGenerationenHaus Murnau
Dr.-August-Einsele-Ring 18
82418 Murnau

08841 - 62 81 13
murnau@caritasmuenchen.org
www.murnau-mehrgenerationenhaus.de



Gefördert durch das
Bayerische Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales,
Familie und Integration



„Digital mobil im Alter“ Sprechstunden jeden Montag

von 10:30 bis 13:30 Uhr

Haben Sie Fragen zu Smartphone und Tablet. Die Experten des „Team Digital“ stehen Ihnen persönlich zur Verfügung.

Anmeldung ist erforderlich unter 08841 628 113 oder

murnau@caritasmuenchen.org

„Digital mobil im Alter“ Workshop – Fragen und aktuelle Themen am letzten Mittwoch im Monat, von 10:30 bis 12:45 Uhr

Wir stellen jeweils ein Thema aus der Online-Welt vor, beantworten ihre Fragen und tauschen uns über Aktuelles rund ums Internet und mobile Geräte aus.

Keine Anmeldung erforderlich.

„Digital mobil im Alter“ Workshop Grundlagen am 18.03.2026 von 10:00 bis 15:00 Uhr. 3-4 Folgetermine

In diesem Workshop werden Basiswissen wie der Aufbau des Smartphones, wie der Ersteinrichtung, das Nutzerkonto etc. vermittelt und erste praktische Übungen zur Bedienung durchgeführt. Ein Angebot für den Angstfreien Einstieg in die Smartphone Nutzung. In den folgenden Wochen haben die Teilnehmenden die Möglichkeit ihr Wissen im Umgang mit dem eigenen Smartphone, assistiert vom Team Digital anzuwenden und zu erweitern. Dazu bietet das Team Digital einmal in der Woche ein praktisches Aufbaumodul in Abhängigkeiten der Nutzungswünsche und Fortschritte der Teilnehmenden an. Anmeldung ist erforderlich unter 08841 628 113 oder murnau@caritasmuenchen.org

„Bürgertisch“ jeden 3. Mittwoch im Monat um 12:00 Uhr

Einmal im Monat um 12:00 Uhr empfängt ein Wirt alle Murnauer*innen. Die Gäste haben die Wahl zwischen einer Fleischmahlzeit oder einem vegetarischen Gericht, dazu gibt es ein alkoholfreies Getränk - für 13,00 €, mit einem Freizeitpass 7,00 €. **Die Gaststätte wird auf unserer Webseite und in der Presse bekannt gegeben.**

„Lecker für Leib und Seele“ Gemeinsames Mittagessen im „Offenen Treff“ Donnerstag, 26.03.2026 um 12:00 Uhr

Lassen Sie sich kulinarisch verwöhnen und genießen Sie ein saisonales und lokales 2-Gänge-Menü. Danach steht die Zeit für Gesellschaftsspiele, gegenseitigen Austausch und Freude am Miteinander zur Verfügung. Anmeldung erforderlich bis 25.03.2026. Unkostenbeitrag 7,00 €.

„Gedankenwerkstatt“ jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat um 19:00 Uhr

Die Gedankenwerkstatt ist ein Forum für lebensnahe philosophische Fragen, Gedanken zu Ende denken. Diskussionen ohne Zeitdruck. Das Denken pflegen, kein Dozent, aber Moderation, kein Philosophiekurs, Impulsreferate - jede und jeder bringt sich ein. Keine Anmeldung erforderlich.

„Gehirnjogging“ Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat um 15:30 Uhr

Gedächtnisblockade – Denkblockade? Was haben wir gestern noch besprochen, was soll ich zum Ausflug am Wochenende mitbringen? Wann fahren die Kinder in Urlaub? Wer kennt solche Situationen nicht? Was können wir tun? Üben!!

Anmeldung ist erforderlich unter 08841 628 113 oder

murnau@caritasmuenchen.org

Spielnachmittag jeden Donnerstag um 14:00 Uhr im „Offenen Treff“

Komm vorbei und genieße einen Nachmittag voller Spaß und Spiele. Egal ob jung oder alt, Anfänger oder Profi – wir freuen uns auf dich!

WIR SUCHEN DICH!

Ehrenamtliche Helfer*innen für unser Mehrgenerationenhaus

Was wir bieten:

- Eine herzliche Gemeinschaft
- Die Möglichkeit, neue Fähigkeiten zu erlernen
- Wertvolle Erfahrungen und neue Freundschaften

Was du mitbringen solltest:

- Freude am Umgang mit Menschen jeden Alters
- Engagement und Zuverlässigkeit
- Bereitschaft, sich regelmäßig einzubringen

Mögliche Einsatzbereiche:

- Unterstützung bei Veranstaltungen
- Hilfe im Alltag für Senioren
- Kreativ und Gestalten
- Bastler und Können für Repair Café
- Betreuung und Aktivitäten für Kinder und Jugendliche
- Eigene Ideen

Gemeinsam gestalten wir eine lebendige und unterstützende Gemeinschaft!