

DONNA MOBILE

Gesundheitsförderung,
Prävention und
Qualifizierung für
MigrantInnen



PROGRAMM DONNA MOBILE

Gesundheitsförderung, Prävention und Qualifizierungen



September 2017 - Februar 2018



Inhaltsverzeichnis

Kontaktdaten und Lagebeschreibung / Unsere Angebote	Seite 4
Unser Team	Seite 5
Fortbildungen	Seite 6
Veranstaltungen	Seite 6 - 9
Münchener Woche für Seelische Gesundheit	Seite 7 - 8
Aktionswochen gegen Gewalt an Frauen und Kindern	Seite 8 - 9
Selbsthilfegruppen	Seite 9
Frauencafés	Seite 10
Fachvorträge	Seite 11 - 22
Fachvorträge im September 2017	Seite 11 - 13
Fachvorträge im Oktober 2017	Seite 13 - 15
Fachvorträge im November 2017	Seite 16 - 18
Fachvorträge im Dezember 2017	Seite 18 - 20
Fachvorträge im Januar 2018	Seite 20 - 21
Fachvorträge im Februar 2018	Seite 21 - 22
Beratungen	Seite 23
Projekt TABI - Neuaubing/Westkreuz	Seite 24 - 25
Fahrradkurse / My Bike - My Munich	Seite 26 - 27
Schwimmkurse	Seite 27
Bewegungsangebote für Frauen bei Donna Mobile	Seite 28 - 29
Bewegungsangebote für Frauen bei Kooperationspartnern	Seite 30 - 31
Qualifizierungen	Seite 32
Unsere ReferentInnen	Seite 33
Kooperationspartner in diesem Halbjahr	Seite 33 - 34

Kontakt Daten und Lagebeschreibung

DONNA MOBILE

Landsberger Str. 45 a
80339 München

Tel.: 089/ 50 50 05
Fax: 089/ 50 50 99

info@donnamobile.org
www.donnamobile.org

So erreichen Sie uns mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Straßenbahn Linie 18 und 19,
Haltestelle Schrenkstraße

S- Bahn Hackerbrücke oder
Donnersbergerbrücke
U4/U5 Haltestelle:
Schwanthalerhöhe



Unsere Angebote

Fachvorträge und Veranstaltungen
Muttersprachliche und fachspezifische Beratungen
Gesundheitsberatung
Psychologische Beratung
Fortbildungen
Frauencafés
Selbsthilfegruppen
Bewegungskurse
Fahrradkurse
Schwimmkurse für Frauen und Mädchen

Qualifizierungen
Quartierbezogene Bewohnerarbeit
Interkulturelle Altenarbeit
Aktivitäten im Sozialraum
Freiwilligenengagement und Bürgerbeteiligung
Projekte für Geflüchtete
Aktuelle Projekte



Unser Team

Feyza Palecek, Dipl. Sozialpädagogin
Supervisorin und geschäftsführende Leiterin
Yesim Buldun, Pädagogin, stellv. Leitung

Aylin Palecek, Pädagogin
Bedriye Ölmez, Hausmeisterin
Blazenka Vucak, Sachbearbeiterin
Despina Rapti, Psychologin
Diana Davidovic, Psychologin
Fatma Karakaya, Hausmeisterin Nachbarschaftstreff Theresia
Ferda Uyar, Assistentin, My Bike - My Munich
Gergana Kopp, Sachbearbeiterin
Ljubica Vajagic, Sozialpädagogin
Marina Kurochkina, Sportpädagogin
Mensioure Riza, Medizinerin LMU
Navruza Rakhmanova, Pädagogin
Nigora Mirzoeva, Deutschlehrerin
Nilgün Avcı, Sachbearbeiterin
Roshanak Alaeinejat, Verwaltungskraft, My Bike - My Munich
Ruth Weigel, Sozialpädagogin, Physiotherapeutin
Sabina Bajtal, Sachbearbeiterin
Sevil Balaban, Hausmeisterin TABI Westkreuz
Süheyda Sayin, Sportpädagogin
Tatjana Sukalo, Pädagogin, Psychologin
Vera Garasenko, Pädagogin

Fortbildungen

16.10.2017

Prozess des Alterns

Innere Mission, Kurs für mehrsprachige Helferinnen und Helfer, Lands-
huter Allee 38 b, 80637 München

Ref. Mensioure Riza, Sprache:
Deutsch, Zeit: 13.00 - 15.30 Uhr

21.11.2017

Medizinische Grundlagen und Zusammenhänge von Demenz und Migration

Innere Mission, Kurs für mehrsprachige Helferinnen und Helfer, Lands-
huter Allee 38 b, 80637 München

Ref. Diana Davidovic, Sprache:
Deutsch, Zeit: 10.00 - 15.00 Uhr

25.11.2017

Achtsamkeitstag für die Fachbasis aus den Alten- und Servicezentren ASZ Untergiesing, Kolumbusstr. 33, 81543 München

Zeit: 14.00 - 18.00 Uhr

Kosten: 50 Euro

Auskunft und Anmeldung:
Ruth Weigel, Donna Mobile
Tel.: 089-50 50 05

28.11.2017

Die Begleitung demenziell Erkrankter mit Migrationsgeschichte- Ver- ständigung und Verstehen

Innere Mission, Kurs für mehrsprachige Helferinnen und Helfer, Lands-
huter Allee 38 b, 80637 München

Ref. Diana Davidovic, Sprache:
Deutsch, Zeit: 9.00 - 15.00 Uhr

Kultursensible Pflege für Mit- arbeiterInnen Münchenstift GmbH MÜNCHENSTIFT GmbH, Severinstr. 4, 81541 München

20.09.2017, 10.10.2017

07.11.2017 und 14.11.2017

Veranstaltungen

28.09.2017

Fachtagung „Gel(i)ebte Vielfalt“ von MÜNCHENSTIFT GmbH

Im EineWeltHaus, Schwanthalerstr.

80, 80336 München, Zeit: 14.00 -

18.00 Uhr, Teilnahme von Donna

Mobile an der Podiumsdiskussion

(14.40 - 15.30 Uhr) zur Interkulturel-
len Öffnung der Langzeitpflege

25.11.2017

„Kreativ und bewegt in den Winter“ in Kooperation mit ASZ Laim

Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München

Programm:

14.00 - 16.00 Uhr Kreativworkshop

16.00 - 17.00 Uhr Zumba Gold

17.30 - 19.30 Uhr Musik und Tanz

08.12.2017

Jahresausklang mit Vorstellung der

Selbsthilfegruppen bei Donna Mo-

obile, Nachbarschaftstreff THERESIA,

Pfeuferstr 3, 81373 München

Zeit: 15.00 - 18.00 Uhr, Jahresab-

schlussfest von 18.00 - 22.00 Uhr

22.01.2018

RGU Referentinnen-Treffen

Landsberger Str. 45a, 80339 Mün-
chen, Zeit: ab 18.00 Uhr

Münchner Woche für Seelische Gesundheit 05. - 20. Oktober 2017

Veranstaltungen

06.10.2017

Beteiligung von Donna Mobile an der Podiumsdiskussion zum Schwerpunktthema Seelischen Gesundheit und Migration

Blackbox, Gasteig, Rosenheimer Str. 5, 81667 München

Zeit: 19.00 - 21.00 Uhr

08.10.2017

Infostand von Donna Mobile bei der Münchner Messe Seelische Gesundheit am Gasteig

Rosenheimer Str. 5, 81667 München

08.10.2017

Modeshow der Kreativgruppe bei der Münchner Messe Seelische Gesundheit, Gasteig, Rosenheimer Str. 5, 81667 München

Zeit: 15.00 - 16.00 Uhr

06.10.2017

Seelische Gesundheit und Migration Bulgarischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Marusya Topalova, Sprache: Bulgarisch, Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

07.10.2017

Seelische Gesundheit und Migration Rumänischsprachiges Frauencafé, Aubinger Str. 43, 81243 München

Ref. Oana Tiptis, Sprache: Rumänisch, Zeit: 15.00 - 17.00 Uhr

10.10.2017

Seelische Gesundheit und Migration Polnischsprachiges Frauencafé, Aubinger Str. 43, 81243 München

Ref. Agnieszka Pacyga-Lebek

Sprache: Polnisch

Zeit: 18.30 - 21.00 Uhr

11.10.2017

Seelische Gesundheit und Migration Spanischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Diana Davidovic und

Ana Melva Pérez

Sprache: Deutsch

Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

12.10.2017

Seelische Gesundheit- was unsere Seele stark macht

Internationales Frauencafé, Aubinger Str. 43, 81243 München

Ref. Despina Rapti

Sprache: Deutsch

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

13.10.2017

Seelische Gesundheit und Migration Russischsprachiges Frauencafé Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Elena Smotraeva und

Halina Krylova

Sprache: Russisch

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

14.10.2017

Stressabbau und Entspannung Arabischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Dr. Amal Majeed und

Luma Afandy

Sprache: Arabisch

Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

17.10.2017

Seelische Gesundheit und Migration

Rumänischsprachige Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Oana Tiptis

Sprache: Rumänisch

Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

18.10.2017

Migration und Integration

Türkischsprachiges Frauencafé Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Tülin Bernsdorff und Zeynep

Süalp, Sprache: Türkisch

Zeit: 16.30 - 19.00 Uhr

19.10.2017

Seelische Gesundheit und Migration

Internationales Frauencafé, Holzapfelstr. 1, 80339 München

Ref. Agnieszka Pacyga Lebek und Diana Davidovic, Sprache: Deutsch

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

19.10.2017

Seelische Gesundheit und Migration

Bulgarischsprachiges Frauencafé, Aubinger Str. 43, 81243 München

Ref. Marusya Topalova

Sprache: Bulgarisch

Zeit: 18.00 - 20.00 Uhr

Aktionswochen gegen Gewalt an Frauen und Kindern

6.11. - 26.11.2017

Veranstaltungen

06.11.2017

Konflikte und Gewalt in der Familie Bosnisch- Serbokroatisches Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339

München, Ref. Diana Davidovic und Ljubica Vajagic, Sprache: Bosnisch-Serbokroatisch

Zeit: 16.30 - 19.30 Uhr

10.11.2017

Gewaltprävention in der Familie Russischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Elena Smotraeva und Halina Krylova, Sprache: Russisch

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

15.11.2017

Gewaltprävention in der Familie Türkischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Tülin Bernsdorff, Sprache: Türkisch, Zeit: 16.30 - 19.00 Uhr

16.11.2017

Konflikte und Bewältigungsstrategien Internationales Frauencafé, Holzapfelstr. 1, 80339 München

Ref. Diana Davidovic und Agnieszka Pacyga Lebek, Sprache: Deutsch

Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

Selbsthilfegruppen

16.11.2017

Gewaltfreie Kommunikation

Türkische Selbsthilfegruppe Blumenau, Nachbarschaftstreff Blumenau, Rolf- Pinegger- Str. 5, 80689 München, Ref. Feyza Palecek, Sprache: Türkisch, Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

17.11.2017

Gewalt in der Familie

Afghanisches Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München Ref. Shayigah Abdul Hakim, Sprache: Dari/ Paschto, Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

17.11.2017

Gewalt gegen Frauen, Mädchen und Jungen

Bulgarischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München Ref. Marusya Topalova, Sprache: Bulgarisch, Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

18.11.2017

Geschlechterrollen

Polnischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München Ref. Agnieszka Pacyga- Lebek, Sprache: Polnisch, Zeit: 11.00 - 14.00 Uhr

21.11.2017

Gewalt gegen Frauen, Mädchen und Jungen, Rumänischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München, Ref. Oana Tiptis, Sprache: Rumänisch, Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

23.11.2017

Konflikte in Familien

Selbsthilfegruppe russischsprachiger Frauen, Holzapfelstr. 2, 80339 München, Ref. Elena Smotraeva und Viktorija Serstobojeva, Sprache: Russisch, Zeit: 18.00 - 21.00 Uhr

Bosnischsprachige Selbsthilfegruppe, Veranstaltungsort: Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, 80339 München, Termine: 20.09., 18.10., 15.11., 25.11. und 13.12.2017 Gruppenleitung: Catiba Sadikovic Sprache: Bosnisch-serbokroatisch Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

Türkischsprachige Selbsthilfegruppe Blumenau

Veranstaltungsort: Rolf- Pinegger- Str. 5, 80689 München, Donnerstags, Gruppenleitung: Birsen Günes Sprache: Türkisch, Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

Selbsthilfegruppe Russischer Frauen, Veranstaltungsort: Holzapfelstraße 2, 80339 München Termine: 21.09.2017, 12.10.2017, 23.11.2017, 14.12.2017, Gruppenleitung: Viktorija Serstobojeva, Sprache: Russisch, Zeit: 18.00 - 21.00 Uhr

Selbsthilfegruppe Kreativ und Selbstbewusst

Veranstaltungsort: Donna Mobile, Landsberger Str. 45a, 80339 München, Freitags, Gruppenleitung: Luma Afandy, Zeit: 15.00 - 18.00 Uhr

Internationale Diabestegruppe Selbsthilfegruppe

Veranstaltungsort: Donna Mobile, Holzapfelstr. 3, 80339 München Mittwochs, Gruppenleitung: Bedriye Ölmez Sprache: Deutsch und Türkisch, Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

Frauencafés:

Musik - Gespräch - Austausch

Einmal monatlich treffen sich verschiedene muttersprachliche Gruppen im Frauencafé.

Information bei Donna Mobile
Tel.: 089/ 50 50 05

Afghanisches Frauencafé

Holzappelstraße 3, 80339 München

Gruppenleitung: Shayigah Abdul Hakim, Termine: 22.09., 20.10., 17.11., 22.12.2017, 26.01., 23.02.2018

Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

Arabischsprachiges Frauencafé

Holzappelstraße 2, 80339 München

Gruppenleitung: Luma Afandy
Termine: 09.09., 14.10., 11.11., 09.12.2017, 13.01., 10.02.2018

Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

Bosnisch-Serbokroatisches Frauencafé, Holzappelstraße 2, 80339

München, Gruppenleitung: Ljubica Vajagic und Tatjana Sukalo, Termine: 18.09., 02.10., 06.11., 04.12.2017, 05.02.2018, Zeit: 16.30 - 19.30 Uhr

Bulgarischsprachiges Frauencafé

Holzappelstraße 3, 80339 München

Gruppenleitung: Marusya Topalova
Termine: 15.09., 06.10., 17.11., 08.12.2017, 19.01., 09.02.2018

Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

Griechischsprachiges Frauencafé

Holzappelstraße 2, 80339 München

Gruppenleitung: Marina Karipidou
Termine: 25.09., 30.10., 27.11., 11.12.2017, 29.01., 26.02.2018

Zeit: 17.30 - 20.00 Uhr

Internationales Frauencafé

Holzappelstraße 1, 80339 München

Gruppenleitung: Diana Davidovic

Termine: 28.09., 19.10., 16.11.,

07.12.2017, Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

Polnischsprachiges Frauencafé

Holzappelstraße 3, 80339 München

Gruppenleitung: Agnieszka Pacyga-

Lebek, Termine: 30.09., 28.10., 18.11.,

09.12.2017, 13.01., 10.02.2018

Zeit: 11.00 - 14.00 Uhr

Rumänischsprachiges Frauencafé

Holzappelstraße 2, 80339 München

Gruppenleitung: Oana Tiptis

Termine: 26.09., 17.10., 21.11.,

19.12.2017, 23.01., 20.02.2018

Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

Russischsprachiges Frauencafé

Holzappelstraße 2, 80339 München

Gruppenleitung: Halina Krylova

Termine: 13.10., 10.11., 08.12.2017,

12.01., 09.02.2018

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

Spanischsprachiges Frauencafé

Holzappelstraße 2, 80339 München

Gruppenleitung: Ana Melva Perez

Termine: 13.09., 11.10., 15.11.,

12.12.2017, 21.02.2018

Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

Türkischsprachiges Frauencafé

Holzappelstraße 3, 80339 München

Gruppenleitung: Tülin Bernsdorff

Termine: 20.09., 18.10., 05.11.,

20.12.2017, 17.01., 21.02.2018

Zeit: 16.30 - 19.00 Uhr

Fachvorträge

September 2017 - Februar 2018

Unser Jahresthema ist Familiengesundheit mit den Schwerpunkten
Impfungen und Psychoedukation.

September 2017

06.09.2017

**Training für die Sinne:
Informationsveranstaltung
und Vortrag**

**ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686
München**, Ref. Diana Davidovic, Sprache: Deutsch, Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

09.09.2017

**Adipositas- Prävention und Therapie
Arabischsprachiges Frauencafé, Holz-
apfelstr. 2, 80339 München**

Ref. Dr. Amal Majeed, Gruppenlei-
tung: Luma Afandy, Sprache: Arabisch
Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

12.09.2017

Gedächtnistraining

**ASZ Obermenzing, Packenreiterstr.
48, 81247 München**, Ref. Diana

Davidovic, Sprache: Deutsch
Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr
Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

13.09.2017

**Progressive Muskelentspannung
Spanischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München**

Ref. Ana Melva Perez und Despina
Rapti, Sprache: Deutsch
Zeit: 17.00 - 18.30 Uhr

15.09.2017

**Entspannungsübungen für den Alltag
Bulgarischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 3, 80339 München**

Ref. Marusya Topalova, Sprache:
Bulgarisch, Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

18.09.2017

Trauerarbeit

**Bosnisch- Serbokroatisches Frau-
encafé, Holzapfelstr. 2, 80339 Mün-
chen**, Ref. Marija Plese und Ljubica

Vajagic, Sprache: Bosnisch- Serbokro-
atisch, Zeit: 16.30 - 19.30 Uhr

19.09.2017

**Kräuter und Gewürze- Alternativen
zum Salz**

**ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5,
81373 München**

Ref. Perihan Babur, Sprache: Türkisch,
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

20.09.2017

**Themenoffener Abend zu Gesund-
heitsfragen**

**Türkischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 3, 80339 München**

Ref. Tülin Bernsdorff
Sprache: Türkisch
Zeit: 16.30 - 19.00 Uhr

20.09.2017

Lebensabschnitte

**Bosnischsprachige Selbsthilfegruppe,
Landsberger Straße 45a, 80339 München,** Ref. Catiba Sadikovic

Sprache: Bosnisch-Serbokroatisch

Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

21.09.2017

Wie stärken wir unser Immunsystem?

Mehrgenerationenhaus, Dientzenhoferstr. 68, 80937 München

Ref. Ayse Basar, Sprache: Türkisch

Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

21.09.2017

Training für die Sinne: 1. Sitzung

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München, Ref. Diana Davidovic

Sprache: Deutsch

Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

21.09.2017

Gedächtnistraining

ASZ Obermenzing, Packenreiterstr. 48, 81247 München

Ref. Diana Davidovic, Sprache:

Deutsch, Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr

Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

22.09.2017

Günstiger Leben in München

Afghanisches Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Shayigah Abdul Hakim, Sprache:

Dari/ Paschto, Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

24.09.2017

Was ist Gesundheit?

Afghanische Moschee, Neumarkter Str. 70 a, 81673 München

Ref. Dr. med. Zuhail Vali, Sprache:

Dari/ Paschto, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

25.09.2017

Kostenlose Präventionsangebote zur Gesundheitsförderung

Griechisches Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Efstratia Souitsmes und Marina

Karipidou, Sprache: Griechisch

Zeit: 17.30 - 20.00 Uhr

26.09.2017

Integrative Psychologie: Körper, Geist und Seele

Rumänisches Frauencafé,

Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Oana Tiptis, Sprache: Rumänisch

Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

26.09.2017

Wie Sie körperlich und geistig gesund in die besten Jahre kommen!

**ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5,
81373 München**

Ref. Ayse Basar, Sprache: Türkisch

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

27.09.2017

Diabetes und Folgeerkrankungen Diabetes- Selbsthilfegruppe,

Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Mensioure Riza

Sprache: Türkisch

Zeit: 17.00 - 18.30 Uhr

28.09.2017

Gedächtnistraining

ASZ Obermenzing,

Packenreiterstr. 48,

81247 München

Ref. Diana Davidovic

Sprache: Deutsch

Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr

Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

28.09.2017

Entspannung (PMR)

**Internationales Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München**
Ref. Despina Rapti und Agnieszka
Pacyga- Lebek Sprache: Deutsch
Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

28.09.2017

**Starke Frauen und ihre
Lebensgeschichten**
**Nachbarschaftstreff Blumenau,
Rolf- Pinegger- Str. 5,
80689 München**

Ref: Ferda Duymaz
Sprache: Türkisch
Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

28.09.2017

Training für die Sinne: 2. Sitzung
**ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22,
80686 München**

Ref. Diana Davidovic, Sprache:
Deutsch, Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

30.09.2017

**Frauengesundheit:
Selbstbehauptung und
Seelische Gesundheit, Teil 2**
Polnisches Frauencafé
Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Agnieszka Pacyga- Lebek
Sprache: Polnisch
Zeit: 11.00 - 14.00 Uhr

Oktober 2017

02.10.2017

**Depression im Alter-
Psychoedukation**

**Bosnisch- Serbokroatisches Frau-
encafé, Holzapfelstr. 2, 80339
München, Ref. Diana Davidovic und
Ljubica Vajagic, Sprache: Bosnisch-
Serbokroatisch**
Zeit: 16.30 - 19.30 Uhr

04.10.2017

Bewegung für Diabetiker
Diabetes- Selbsthilfegruppe,
Holzapfelstr. 3, 80339 München
Ref.: Yüksel Saat, Sprache: Türkisch
Zeit: 17.00 - 18.30 Uhr

05.10.2017

Gedächtnistraining
**ASZ Obermenzing, Packerreiterstr.
48, 81247 München**
Ref. Diana Davidovic, Sprache:
Deutsch, Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr
Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

05.10.2017

Verschiedene Wege der Meditation!
Mehrgenerationenhaus,
**Dientzenhoferstr. 68, 80937
München, Ref. Ayse Basar, Sprache:**
Türkisch, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

05.10.2017

Training für die Sinne: 3. Sitzung
**ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22,
80686 München**
Ref. Diana Davidovic, Sprache:
Deutsch, Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

05.10.2017

Gesundheit am Arbeitsplatz

Türkische Selbsthilfegruppe Blumenau, Nachbarschaftstreff Blumenau, Rolf- Pinegger- Str. 5, 80689 München

Ref. Despina Rapti

Sprache: Deutsch

Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

10.10.2017

Verschiedene Wege zur inneren Ausgeglichenheit!

ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5, 81373 München

Ref. Ayse Basar, Sprache: Türkisch

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

11.10.2017

Grundlagen für erste Schritte bei Kinderunfällen

SOS- Familien- und Kindertageszentrum, Wiesentfeller Str. 68, 81249 München, Ref. Mensioure Riza

Sprache: Deutsch

Zeit: 19.00 - 21.00 Uhr

12.10.2017

Gedächtnistraining

ASZ Obermenzing, Packenreiterstr. 48, 81247 München

Ref. Diana Davidovic

Sprache: Deutsch

Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr

Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

12.10.2017

Training für die Sinne: 4. Sitzung

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München, Ref. Diana Davidovic

Sprache: Deutsch

Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

15.10.2017

Gesunde Getränke

Afghanische Moschee, Neumarkter Str. 70 a, 81673 München

Ref. Dr. med. Zuhai Vali, Sprache:

Dari/ Paschto, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

16.10.2017

Progressive Muskelentspannung

AEV Ausländischer Elternverein München e.V., Goethestr. 28, 80336 München, Ref. Despina Rapti, Sprache: Deutsch, Zeit: 15.00 - 16.30 Uhr

16.10.2017

Gedächtnistraining

ASZ Milbertshofen, Schleißheimer Str. 378, 80809 München

Ref. Despina Rapti, Sprache: Griechisch, Zeit: 11.30 - 12.30 Uhr

18.10.2017

Positives Denken

Bosnischsprachige Selbsthilfegruppe, Landsberger Straße 45a, 80339 München, Ref. Despina Rapti und Catiba Sadikovic, Sprache: Deutsch und Bosnisch-Serbokroatisch

Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

19.10.2017

Seelische Gesundheit

Nachbarschaftstreff Blumenau, Rolf-Pinegger- Str. 5, 80689 München

Ref. Ferda Duymaz, Sprache: Türkisch

Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

19.10.2017

Nein sagen lernen stärkt das Selbstbewusstsein

ASZ Ramersdorf, Rupertigastr. 61 a, 81671 München

Ref. Despina Rapti, Sprache: Griechisch, Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

19.10.2017

Gedächtnistraining

**ASZ Obermenzing, Packenreiterstr.
48, 81247 München**

Ref. Diana Davidovic,

Sprache: Deutsch

Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr

Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

19.10.2017

Training für die Sinne: 5. Sitzung

**ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22,
80686 München,**

Ref. Diana Davidovic

Sprache: Deutsch

Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

20.10.2017

Gesunde Getränke

**Afghanisches Frauencafé,
Holzapfelstr. 3, 80339 München**

Ref: Shayigah Abdul Hakim

Sprache: Dari/ Paschto

Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

23.10.2017

**Grundlagen für erste Schritte bei
Kinderunfällen**

**Treffam, Tübingerstr. 11,
80686 München**

Ref. Mensioure Riza

Sprache: Deutsch

Zeit: 15.30 - 17.00 Uhr

24.10.2017

**Gesundheitserziehung fängt im
Kindesalter an**

**ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5,
81373 München**

Ref. Perihan Babur

Sprache: Türkisch

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

26.10.2017

Gedächtnistraining

**ASZ Obermenzing, Packenreiterstr.
48, 81247 München**

Ref. Diana Davidovic

Sprache: Deutsch

Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr

Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

26.10.2017

Training für die Sinne: 6. Sitzung

**ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22,
80686 München**

Ref. Diana Davidovic

Sprache: Deutsch

Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

28.10.2017

**Starke Frauen und ihre Lebensge-
schichten**

**Polnischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 3, 80339 München**

Ref. Agnieszka Pacyga- Lebek

Sprache: Polnisch

Zeit: 11.00 - 14.00 Uhr

30.10.2017

**Psychoedukation und seelische
Gesundheit**

**Griechischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München**

Ref. Despina Rapti

Sprache: Griechisch

Zeit: 17.30 - 20.00 Uhr

30.10.2017

Gedächtnistraining

**ASZ Milbertshofen, Schleißheimer
Str. 378, 80809 München**

Ref. Despina Rapti

Sprache: Griechisch

Zeit: 11.30 - 12.30 Uhr

November 2017

02.11.2017

Gedächtnistraining

ASZ Obermenzing, Packenreiterstr. 48, 81247 München

Ref. Diana Davidovic, Sprache: Deutsch, Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr
Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

02.11.2017

Training für die Sinne: 7. Sitzung

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München, Ref. Diana Davidovic, Sprache: Deutsch

Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

02.11.2017

Gesund aufwachsen- Entwicklung der kindlichen Bindung

Nachbarschaftstreff Blumenau, Rolf- Pinegger- Str. 5, 80689 München

Ref. Rukiye Turan, Sprache: Türkisch
Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

07.11.2017

Mit Yoga die Beschwerden der Wechseljahre lindern!

ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5, 81373 München

Ref. Ayse Basar, Sprache: Türkisch
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

08.11.2017

Frauengesundheit

SOS- Familien- und Kindertageszentrum, Wiesentfelser Str. 68, 81249 München

Ref. Mensioure Riza, Sprache: Deutsch, Zeit: 19.00 - 21.00 Uhr

09.11.2017

Gedächtnistraining

ASZ Obermenzing, Packenreiterstr. 48, 81247 München

Ref. Diana Davidovic, Sprache: Deutsch, Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr
Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

09.11.2017

Sport ist Medizin!

Mehrgenerationenhaus, Dientzenhoferstr. 68, 80937 München

Ref. Ayse Basar, Sprache: Türkisch, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

09.11.2017

Training für die Sinne: 8. Sitzung

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München, Ref. Diana Davidovic, Sprache: Deutsch, Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

09.11.2017

Entspannungsübungen für einen guten Alltag

ASZ Westend, Tulbeckstr. 31, 80339 München, Ref. Despina Rapti, Sprache: Deutsch, Zeit: 15.00 - 16.00 Uhr

10.11.2017

Depression

Elterncafé Grundschule an der Paulckestr, Paulckestraße 10, 80933 München

Ref. Despina Rapti
Sprache: Deutsch
Zeit: 8.30 - 10.00 Uhr

13.11.2017

Gedächtnistraining

ASZ Milbertshofen, Schleißheimer Str. 378, 80809 München

Ref. Despina Rapti
Sprache: Griechisch
Zeit: 11.30 - 12.30 Uhr

15.11.2017

Abhängigkeit und Selbstständigkeit
Bosnischsprachige Selbsthilfegruppe,
Landsberger Straße 45a,
80339 München

Ref. Diana Davidovic,
Sprache: Bosnisch-Serbokroatisch,
Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

15.11.2017

Depression
Elterncafé Grundschule an der The-
lottstraße, Thelottstraße 20
80933 München

Ref. Despina Rapti
Sprache: Deutsch
Zeit: 8.30 - 10.00 Uhr

16.11.2017

Gedächtnistraining
ASZ Obermenzing,
Packenreiterstr. 48,
81247 München

Ref. Diana Davidovic
Sprache: Deutsch
Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr
Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

16.11.2017

Training für die Sinne: 9. Sitzung
ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22,
80686 München

Ref. Diana Davidovic, Sprache:
Deutsch, Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

16.11.2017

Entspannungsübungen für einen
guten Alltag
ASZ Westend, Tulbeckstr. 31,
80339 München,

Ref. Despina Rapti
Sprache: Deutsch
Zeit: 15.00 - 16.00 Uhr

17.11.2017

Wechseljahre
Elterncafé Grundschule an der Paul-
ckestr, Paulckestraße 10, 80933 Mün-
chen, Ref. Mensioure Riza, Sprache:
Deutsch, Zeit 8.30 - 10.00 Uhr

20.11.2017

Osteoporose
AEV Ausländischer Elternverein Mün-
chen e.V., Goethestr. 28,
80336 München

Ref. Mensioure Riza, Sprache: Tür-
kisch, Zeit: 15.00 - 16.30 Uhr

21.11.2017

Fit durch den Winter
ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5,
81373 München

Ref. Perihan Babur, Sprache: Türkisch
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

23.11.2017

Gedächtnistraining
ASZ Obermenzing, Packenreiterstr.
48, 81247 München

Ref. Diana Davidovic, Sprache:
Deutsch, Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr
Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

23.11.2017

Training für die Sinne: 10. Sitzung
ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686
München, Ref. Diana Davidovic

Sprache: Deutsch
Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

23.11.2017

Entspannungsübungen für einen
guten Alltag
ASZ Westend, Tulbeckstr. 31, 80339
München, Ref. Despina Rapti

Sprache: Deutsch
Zeit: 15.00 - 16.00 Uhr

23.11.2017

Gewaltfreie Kommunikation

Nachbarschaftstreff Blumenau, Rolf-Pinegger- Str. 5, 80689 München

Ref. Feyza Palecek, Sprache: Türkisch

Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

23.11.2017

Wechseljahre

Elterncafé Grundschule an der Eduard-Spranger-Straße, Eduard-Spranger-Straße 15, 80935 München

Ref. Mensioure Riza

Sprache: Deutsch

Zeit 8.30 - 10.00 Uhr

26.11.2017

Gesundheit und Rauchen

Afghanische Moschee, Neumarkter Str. 70 a, 81673 München

Ref. Dr. med. Zuhali Vali, Sprache:

Dari/ Paschto, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

27.11.2017

Häusliche Gewalt

Griechischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Despina Rapti, Sprache: Griechisch

Zeit: 17.30 - 20.00 Uhr

27.11.2017

Gedächtnistraining

ASZ Milbertshofen, Schleißheimer Str. 378, 80809 München

Ref. Despina Rapti

Sprache: Griechisch

Zeit: 11.30 - 12.30 Uhr

28.11.2017

Gesunder Schlaf

ASZ Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München

Ref. Mensioure Riza, Sprache:

Deutsch, Zeit: 14.00 - 15.00 Uhr

29.11.2017

Gewaltfreie Kommunikation

Bosnischsprachige Selbsthilfegruppe, Landsberger Straße 45a, 80339 München,

Ref. Despina Rapti und Catiba Sadikovic, Sprache: Deutsch und Bosnisch-Serbokroatisch

Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

30.11.2017

Gedächtnistraining

ASZ Obermenzing, Packerreiterstr. 48, 81247 München,

Ref. Diana Davidovic, Sprache: Deutsch, Kurs 1: 9.00 - 10.30

Uhr, Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr



Dezember 2017

03.12.2017

Gesunde Zähne

Afghanische Moschee, Neumarkter Str. 70 a, 81673 München

Ref. Dr. med. Zuhali Vali, Sprache:

Dari/ Paschto, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

04.12.2017

Familiengesundheit

SOS- Familien- und Kindertageszentrum, Wiesentfeller Str. 68, 81249 München,

Ref. Mensioure Riza, Sprache: Deutsch, Zeit: 19.00 - 21.00 Uhr

04.12.2017

Seelische Gesundheit- Selbstbewusst handeln

AEV Ausländischer Elternverein München e.V., Goethestr. 28, 80336 München,

Ref. Ferda Duymaz, Sprache: Türkisch, Zeit: 15.00 - 16.30 Uhr

04.12.2017

Jahresausklang

Bosnisch- Serbokroatisches Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München, Ref. Ljubica Vajagic und Tatjana Sukalo, Sprache: Bosnisch- Serbokroatisch, Zeit: 16.30 - 19.30 Uhr

05.12.2017

Genügend Bewegung bei Osteoporose! ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5, 81373 München

Ref. Ayse Basar, Sprache: Türkisch, Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

06.12.2017

Wechseljahre

Elterncafé Grundschule an der Thelottstraße, Thelottstraße 20, 80933 München, Ref. Mensioure Riza, Sprache: Deutsch, Zeit 8.30 - 10.00 Uhr

06.12.2017

Stressbewältigung

Elterncafé Grundschule an der Ittlingerstraße, Ittlingerstraße 36, 80933 München, Ref. Despina Rapti
Zeit: 8.30 - 10.00 Uhr

07.12.2017

Umgang mit Diskriminierung

Elterncafé Grundschule an der Eduard-Spranger-Straße, Eduard-Spranger-Straße 15, 80935 München
Ref. Despina Rapti
Zeit: 8.30 - 10.00 Uhr

07.12.2017

Yoga bei Rückenschmerzen

Mehrgenerationenhaus, Dientzenhoferstr. 68, 80937 München
Ref. Ayse Basar, Sprache: Türkisch, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

07.12.2017

Offener Treff und musikalischer Jahresausklang, Internationales Frauencafé, Holzapfelstr. 1, 80339 München

Ref. Diana Davidovic und Agnieszka Pacyga- Lebek, Sprache: Deutsch
Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

08.12.2017

Jahresausklang

Russischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München
Ref. Halina Krylova, Sprache: Russisch, Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

08.12.2017

Jahresausklang

Bulgarischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München
Ref. Marusya Topalova, Sprache: Bulgarisch, Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

09.12.2017

Fragen rund um die Gesundheit

Arabischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München
Ref. Dr. Amal Majeed, Gruppenleitung: Luma Afandy, Sprache: Arabisch
Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

09.12.2017

Jahresausklang

Polnischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München
Ref. Agnieszka Pacyga- Lebek, Sprache: Polnisch, Zeit: 11.00 - 14.00 Uhr

11.12.2017

Jahresausklang

Griechischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München
Ref. Marina Karipidou und Despina Rapti, Sprache: Griechisch
Zeit: 17.30 - 20.00 Uhr

13.12.2017

**Diabetes und akute Stoffwechsell-
eigungen, Diabetes- Selbsthilfe-
gruppe, Holzapfelstr. 3, 80339 Mün-
chen, Ref. Mensioure Riza, Sprache:
Türkisch, Zeit: 17.00 - 18.30 Uhr**

13.12.2017

**Wünsche und Ziele im neuen Jahr
Bosnischsprachige Selbsthilfegruppe,
Landsberger Straße 45a, 80339 Mün-
chen, Ref. Catiba Sadikovic, Sprache:
Bosnisch-Serbokroatisch
Zeit: 17.00- 20.00 Uhr**

14.12.2017

**Geschlechterrollen
Nachbarschaftstreff Blumenau, Rolf-
Pinegger- Str. 5, 80689 München
Ref. Ferda Duymaz, Sprache: Türkisch
Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr**

19.12.2017

**Vorsicht Fettfallen- Gesunde Ernäh-
rung, ASZ Westpark, Badgasteiner
Str. 5, 81373 München
Ref. Perihan Babur, Sprache: Türkisch
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr**

19.12.2017

**Jahresausklang
Rumänischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München
Ref. Oana Tiptis, Sprache: Rumänisch
Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr**

20.12.2017

**Jahresausklang
Türkischsprachiges Frauencafé, Holz-
apfelstr. 3, 80339 München
Ref. Tülin Bernsdorff
Sprache: Türkisch
Zeit: 16.30 - 19.00 Uhr**

22.12.2017

**Besuch beim Frauengesund-
heitszentrum
Afghanisches Frauencafé, Holzapfel-
str. 3, 80339 München
Ref. Shayigah Abdul Hakim
Sprache: Dari/ Paschto
Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr**

Januar 2018

10.01.2018

**Familiengesundheit
SOS- Familien- und Kindertageszen-
trum, Wiesentfeller Str. 68, 81249
München, Ref. Mensioure Riza
Sprache: Deutsch
Zeit: 19.00 - 21.00 Uhr**

12.01.2018

**Russisches Neujahr
Russischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München
Ref. Halina Krylova
Sprache: Russisch
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr**

13.01.2018

**Erholsamer Schlaf und
Schlafstörungen
Arabischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München
Ref. Dr. Amal Majeed, Gruppenlei-
tung: Luma Afandy, Sprache: Arabisch
Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr**

13.01.2018

Wünsche und Ziele stärken das Selbstbewusstsein

Polnischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Agnieszka Pacyga- Lebek, Sprache: Polnisch, Zeit: 11.00 - 14.00 Uhr

17.01.2018

Ernährung für ein besseres Gedächtnis

Türkischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Tülin Bernsdorff, Sprache: Türkisch, Zeit: 16.30 - 19.00 Uhr

19.01.2018

Yoga zum Kennenlernen

Bulgarischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Marusya Topalova, Sprache: Bulgarisch, Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

23.01.2018

Gesund und fit in den Frühling

ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5, 81373 München

Ref. Perihan Babur, Sprache: Türkisch
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

23.01.2018

Gesund älter werden

Rumänischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Oana Tiptis, Sprache: Rumänisch
Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

26.01.2018

Lebensgeschichten von starken Frauen

Afghanisches Frauencafé, Holzapfelstr. 3, 80339 München

Ref. Shayigah Abdul Hakim, Sprache: Dari/ Paschto, Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

28.01.2018

Gesunde Bewegung

Afghanische Moschee, Neumarkter Str. 70 a, 81673 München

Ref. Dr. med. Zuhai Vali, Sprache: Dari/ Paschto, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

29.01.2018

Progressive Muskelentspannung

Griechischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Despina Rapti, Sprache: Griechisch, Zeit: 17.30 - 20.00 Uhr



Februar 2018

05.02.2018

Stressbewältigung

Bosnisch- Serbokroatisches Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München, Ref. Tatjana Sukalo

Sprache: Bosnisch- Serbokroatisch
Zeit: 16.30 - 19.30 Uhr

08.02.2018

Osteoporose

Nachbarschaftstreff Blumenau, Rolf-Pinegger- Str. 5, 80689 München

Ref. Mensioure Riza, Sprache: Türkisch, Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

09.02.2018

Klassische Musik für die Seele

Russischsprachiges Frauencafé, Holzapfelstr. 2, 80339 München

Ref. Halina Krylova, Sprache: Russisch
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

09.02.2018

Selbstbewusstsein stärken

**Bulgarischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 3, 80339 München**

Ref. Marusya Topalova, Sprache: Bulgarisch, Zeit: 17.00 - 19.30 Uhr

10.02.2018

Frauenrechte

**Polnischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 3, 80339 München**

Ref. Agnieszka Pacyga- Lebek
Sprache: Polnisch
Zeit: 11.00 - 14.00 Uhr

10.02.2018

Verdauungsstörungen und Reizdarm- Ursachen, Symptome, Behandlung

**Arabischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München**

Ref. Dr. Amal Majeed, Gruppenleitung:
Luma Afandy, Sprache: Arabisch
Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

20.02.2018

Stress in positive Energie umwandeln ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5, 81373 München

Ref. Perihan Babur, Sprache: Türkisch,
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

20.02.2018

Ernährungsgewohnheiten

**Rumänischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München**

Ref. Oana Tiptis, Sprache: Rumänisch,
Zeit: 17.00 - 20.00 Uhr

21.02.2018

Abgrenzung und Wohlbefinden

**Türkischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 3, 80339 München**

Ref. Tülin Bernsdorff, Sprache: Türkisch,
Zeit: 16.30 - 19.00 Uhr

21.02.2018

Hautgesundheit

**Spanischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München**

Ref. Mensioure Riza und Ana Melva
Perez, Sprache: Deutsch
Zeit: 17.00 - 18.30 Uhr

23.02.2018

Frauenrechte

**Afghanisches Frauencafé, Holzapfel-
str. 3, 80339 München**

Ref. Shayigah Abdul Hakim, Sprache:
Dari/ Paschto, Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

25.02.2018

Gesund Abnehmen

**Afghanische Moschee, Neumarkter
Str. 70 a, 81673 München**

Ref. Dr. med. Zuhail Vali, Sprache:
Dari/ Paschto, Zeit: 10.00 - 12.00 Uhr

26.02.2018

Gedächtnistraining

**ASZ Allach Untermenzing, Man-
zostr. 105, 80997 München**

Ref. Mensioure Riza, Sprache:
Deutsch, Kurs 1: 9.00 - 10.30 Uhr
Kurs 2: 11.00 - 12.30 Uhr

26.02.2018

Depressionen

**Griechischsprachiges Frauencafé,
Holzapfelstr. 2, 80339 München**

Ref. Despina Rapti, Sprache: Griechisch,
Zeit: 17.30 - 20.00 Uhr

Beratungen

Beratungen nach Vereinbarung:

**Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a
089/ 50 50 05**

Feyza Palecek
(sozialpädagogische Beratung,
Deutsch und Türkisch)

Mensioure Riza
(medizinische Beratung, Deutsch
und Türkisch)

Ruth Weigel
(physiotherapeutische und
sozialpädagogische Beratung)

Despina Rapti
(psychologische Beratung, Deutsch
und Griechisch)

Diana Davidovic
(psychologische Beratung, Deutsch
und Bosnisch-Serbokroatisch)

**Beratungen nach Sprache:
(Kontakt und Information
Donna Mobile, 089/ 50 50 05)**

Psychologische Beratung in rumänischer Sprache

Sprache: Rumänisch, Deutsch
und Englisch
Oana Tiptis, Psychologin
montags, Zeit: ab 13.00 Uhr

Psychologische Beratung in spanischer Sprache

Sprache: Spanisch und Deutsch
Ana Melva Perez Ccaninua,
Diplom Psychologin
Universidad Nacional
Federico Villarreal,
Lima-Peru
dienstags
Zeit: 16.00 - 19.00 Uhr

Psychologische Beratung in polnischer Sprache

Sprache: Polnisch
A.M. Kaczmarek
Psychologin und Psychotherapeutin
individuelle Beratung nach
telefonischer Terminabsprache

Psychotherapeutische und pädagogi- sche Beratung in polnischer Sprache

Sprache: Polnisch
Agnieszka Pacyga- Lebek
Psychotherapeutin und Pädagogin
individuelle Beratung
Termine bitte vereinbaren unter E-
Mail: pacygalebek@tlen.pl

Psychologische Beratung in bulgarischer Sprache

Marusya Topalova
Psychologin
Sprache: Bulgarisch
individuelle Beratung
Termine bitte vereinbaren
unter E-Mail: mmarus@aabv.bg

Projekt TABI

Neuaubing / Westkreuz

Teilhabe, Bildung und Integration für Frauen

Aubingerstr. 43, 81243 München

gefördert durch



die Regierung von
Mittelfranken

Kontakt und Information:

Vera Garasenko, Pädagogin

Tel: 089 / 50 50 05

Tel.: 089/ 41141940

Email: tabi@donnamobile.org

Afghanisches Frauencafé

15.09.2017

Günstiger Leben in Deutschland

13.10.2017

Werte und Normen in Deutschland

10.11.2017

Gewaltprävention

15.12.2017

Besuch des Frauengesundheits- zentrums

Ref. Shayigah Abdul Hakim, Sprache:
Dari/ Paschto, Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

Bulgarischsprachiges Frauencafé

28.09.2017

Entspannungsübungen für den Alltag

19.10.2017

Seelische Gesundheit

23.11.2017

Gewalt an Frauen, Mädchen und Jungen

14.12.2017

Jahresausklang

Ref. Marusya Topalova, Sprache:
Bulgarisch, Zeit: 18.00 - 20.00 Uhr

Internationales Frauencafé

21.09.2017

Werte und Normen

26.10.2017

**Seelische Gesundheit- Was unsere
Seele stark macht**, Ref. Despina Rapti
30.11.2017

Trauer, Ref. Marija Plese
21.12.2017

Weihnachtstraditionen- Jahresabschluss

Sprache: Deutsch
Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr
Ref. Vera Garasenko

Rumänischsprachiges Frauencafé

23.09.2017

Werte und Normen- Interkultureller Austausch

07.10.2017

Kommunikation in der Partnerschaft und Familie

11.11.2017

Antidiskriminierung

09.12.2017

Weihnachtstraditionen in verschie- denen Kulturen

Ref. Oana Tiptis, Sprache: Rumänisch
Zeit: 15.00 - 17.00 Uhr

Russischsprachiges Frauencafé

19.09.2017

Zeitmanagement

17.10.2017

Seelische Gesundheit, Ref. Halina Krylova

14.11.2017

Starke Frauen und ihre Lebensgeschichten, Ref. Oksana Falch

16.11.2017

Familiengesundheit, Ref. Mensioure Riza

19.12.2017

Festliches Treffen

Ref. Viktorija Serstobojeva

Zeit: 18.00 - 20.00 Uhr

Polnischsprachiges Frauencafé

19.09.2017

Konflikte in der Partnerschaft

10.10.2017

Starke Frauen und ihre Lebensgeschichten

07.11.2017

Gewaltfreie Kommunikation in der Familie

12.12.2017

Jahresabschlussfest

Ref. Agnieszka Pacyga- Lebek, Sprache: Polnisch, Zeit: 18.30 - 21.00 Uhr

Kreativer Nähworkshop

24.09., 17.09., 08.10., 29.10.2017

Kursleitung: Luma Afandy, Sprache: Deutsch, Zeit: 15.00 - 18.00 Uhr

Russisch-sprachiges Müttercafé-Stricken, Häkeln und Kommunizieren

26.09.2017

Gesundes Aufwachsen,

Ref. Mensioure Riza

24.10.2017

Kindergesundheit- Vorsorge und Impfungen, Ref. Mensioure Riza

28.11.2017

Betreuungsmöglichkeiten in München, Ref. Despina Rapti

19.12.2017

Jahresausklang

Ref. Olga Andrijanova, Sprache: Deutsch und Russisch

Zeit: 16.00 - 18.00 Uhr

Polnisch- und Deutsch- sprachiges Mutter-Kind-Cafe

18.09., 02.10., 16.10., 06.11., 20.11., 04.12.2017

Ref. Agnieszka Pacyga Lebek

Sprache: Deutsch und Polnisch

Zeit: 9.30 - 11.00 Uhr

Neuorientierung nach der Familienzeit

Sie möchten sich jetzt persönlich und beruflich weiterentwickeln?

In diesem Workshop lernen Sie mit verschiedenen Methoden die eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen besser kennen. In der Gruppe können Sie Wünsche nach Veränderung, Weiterbildung und Berufseinstieg konkretisieren und erste Schritte unternehmen.

Termine nach Vereinbarung

Fahrradkurse

Termine: 13.9., 14.9., 20.9., 21.9.2017

Kursleitung: Nilgün Avci

Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr

Fahrradkurse

Fahrradkurse für Anfängerinnen
und Fortgeschrittene

Kontakt: Ruth Weigel und Roshanak
Alaeinejat Tel. 089/50 50 05

Termine Herbst 2017:

Bitte fordern Sie unseren Fahrradkurs-Flyer an und schauen Sie für Zusatztermine auch auf unsere Homepage: www.donnamobile.org

Fahrradkurse nach Veranstaltungsorten:

**Ort: Milbertshofen Stadtteilverein,
Alter-St.-Georgs-Platz 4, 80809 München**

Grundkurs-Nummer 5:

Do 05.10.2017
Fr 06.10.2017
Do 12.10.2017
Fr 13.10.2017
Zeit: 9.00 - 11.00 Uhr
Kursleiterin: Buket Barlas Waechter

Fortgeschrittenenkurs-Nummer 1:

Do 19.10.2017
Fr 20.10.2017
Do 26.10.2017
Fr 27.10.2017
Zeit: 9.00 - 11.00 Uhr
Kursleiterin: Buket Barlas Waechter

**Bildungslokal Neuperlach,
Peschelanger 8, 81735 Neuperlach**

Grundkurs: Ende September, Termine
bitte erfragen!

**Ort: Bildungslokal Neuaubing
Limesstraße 81, 81243 München**

Fortgeschrittenenkurs-Nummer 2:

Di 10.10.2017
Do 12.10.2017
Di 17.10.2017
Do 19.10.2017
Zeit: 16.30 - 18.30 Uhr
Kursleiterin: Nilgün Avci

Grundkurs-Nummer 11:

Mi 13.09.2017
Do 14.09.2017
Mi 20.09.2017
Do 21.09.2017
Zeit: 17.00 - 19.00 Uhr
Kursleiterin: Nilgün Avci

My Bike - My Munich

Mit dem Pilotprojekt „My Bike - My Munich“ bietet Donna Mobile 2017, im Auftrag der „Radlhauptstadt München“, ein Programm speziell für geflüchtete Frauen und Jugendliche an.

Das Angebot umfasst:

- **Fahrradkurse für Geflüchtete**, die Fahrradfahren lernen wollen
- **Ausbildung zur Fahrradkursleiterin/ zum Fahrradkursleiter**
- **Ausflug**
- **Fahrradreparatur- Workshop**
Abschlussfeier mit Übergabe eines „Fahrradführerscheins“ für die TeilnehmerInnen der Radkurse



Landeshauptstadt
München



**Radlhauptstadt
München**

Schwimmkurse

Feldbergschule
Feldbergstr. 85, 81825 München
Leiterin: Süheyda Sayin
Sprache: Deutsch

Grundkurs 1:

Termine:
Freitags, 15.09., 22.09., 29.09., 06.10.,
13.10.2017, Zeit: 14.00 - 15.30 Uhr

Grundkurs 2:

Termine:
Samstags, 16.09., 23.09., 30.09.,
07.10., 14.10., 21.10., 11.11.,
18.11.2017, Zeit: 14.00 - 18.00 Uhr

Bewegungsangebote für Frauen bei *DONNA MOBILE*

Montag

Wirbelsäulengymnastik

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 80339 München

Leiterin: Bettina Germer

Sprache: Deutsch

Zeit: 10.00 - 11.00 Uhr

ZUMBA

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 80339 München, Leiter: Carlos Selber Miranda, Sprache: Deutsch

Zeit: 18.00 - 19.00 Uhr

Wirbelsäulengymnastik

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 80339 München, Leiterin: Bettina Germer, Sprache: Deutsch

Zeit: 19.15 - 20.15 Uhr

Dienstag

Pilates

Donna Mobile, Aubingerstr. 43, 81243 München, Leiterin: Süheyda Sayin, Sprache: Türkisch/Deutsch
Zeit: 10.00 - 11.00 Uhr

Mutter-Kind-Gymnastik

Donna Mobile, Aubingerstr. 43, 81243 München, Leiterin: Süheyda Sayin, Sprache: Türkisch/Deutsch
Zeit: 11.15 - 12.15 Uhr

Yoga für Anfängerinnen

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 80339 München, Leiterin: Aneta Pohl, Sprache: Polnisch
Zeit: 17.30 - 19.00 Uhr

Entspannung mit Yoga

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 80339 München, Leiterin: Aneta Pohl, Sprache: Deutsch
Zeit: 19.00 - 20.00 Uhr

Mittwoch

Yoga

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 809339 München, Leiterin: Valerija Gruber, Sprache: Deutsch, Zeit: 18.30 - 19.30 Uhr

Ausgleichsgymnastik

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 80339 München, Leiterin: Bettina Germer, Sprache: Deutsch, Termine: 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11.2017, Zeit: 18.30 - 19.30 Uhr

Yoga classic

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 80339 München, Leiterin: Bettina Germer, Sprache: Deutsch
Zeit: 19.45 - 21.00 Uhr

Bauchtanz-Fitness

Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a, EG, 809339 München, Leiterin: Joanna Piech, Sprache: Deutsch
Zeit: 20.00 - 21.00 Uhr

Donnerstag

Wirbelsäulengymnastik

**Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a,
EG, 80339 München**

Leiterin: Bettina Germer

Sprache: Deutsch

Zeit: 10.00 - 11.00 Uhr

Tanzgymnastik nach lateinameri- kanischer Musik, Donna Mobile, Aubingerstr. 43, 81243 München,

Leiterin: Ute Ziegler, Sprache: Deutsch

Zeit: 16.30 - 17.30 Uhr

Landsberger Str. 45 a,
en
af, Sprache:
0 - 20.00 Uhr

ik
bingerstr. 43, 81243
Yüksel Saat
Termine: 11.10.,
1., 15.11.,
3.30 - 19.30 Uhr

bingerstr. 43, 81243
Snjezana Talic
Uhr

Landsberger Str. 45 a,
en
luzek

Yogakurs für Frauen

**Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a,
EG, 80339 München**

Leiterin: Snjezana Talic

Sprache: Deutsch

Zeit: 18.30 - 19.45 Uhr

Freitag

Bauchtanz-Fitness

**Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a,
EG, 80339 München,**

Leiterin: Joanna Pieluzek

Sprache: Deutsch

Zeit: 18.30 - 19.30 Uhr

Bauchtanz

**Donna Mobile, Landsberger Str. 45 a,
EG, 80339 München,**

Leiterin: Joanna Pieluzek

Sprache: Deutsch

Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

Bewegungsangebote für Frauen bei Kooperationspartnern

Montag

Yoga für Frauen

Pfarrer-Steiner-Zentrum, Riemerschmidstr. 16, 80933 München

Tel.: 089/ 314 67 76, Leiterin: Aysel Basar, Sprache: Deutsch/Türkisch
Zeit: 11.00 - 12.00 Uhr

Dienstag

Ausgleichsgymnastik

ASZ Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München, Tel.: 089/ 26 40 46
Leiterin: Marina Kurochkina
Sprache: Deutsch/Russisch
Zeit: 10.30 - 11.30 Uhr

Rückentraining und Stretching

ASZ Untergiesing, Kolumbusstr. 33, Tel.: 089/ 66 11 31, Leiterin: Marina Kurochkina, Sprache: Deutsch/Russisch, Zeit: 12.00 - 13.00 Uhr

Yogakurs für Frauen

ASZ Westend, Tulbeckstr. 31, 80339 München, Tel.: 089/540308217
Leiterin: Snjezana Talic, Sprache: Deutsch,
Zeit: 18.00 - 19.15 Uhr

Gymnastik und Fitness

ASZ Blumenau, Alpenveilchenstraße 42, 80689 München, Tel.: 089/ 50 50 05, Leiterin: Yüksel Saat, Sprache: Deutsch/Türkisch
Zeit: 18.30 - 19.30 Uhr

Qj Gong

Treff Mosaik, Rosa-Bavarese-Str. 21, 80639 München
Tel.: 089/ 50 50 05, Leiterin: Ruth Weigel, Sprache: Deutsch
Zeit: 19.15 - 20.15 Uhr

Mittwoch

Pilates

Deutsch-Islamische Pilates e.V., Albert-Schweitzerstr. 1, 80331 München, Leiterin: Marina Kurochkina, Sprache: Türkisch/Deutsch, Zeit: 9.00 - 10.00 Uhr

Gesundheitsgymnastik

All in One, ASZ Perching, Heuss-Platz 5, Tel.: 089/ 66 11 31, Leiterin: Marina Kurochkina, Sprache: Deutsch/Russisch, Zeit: 10.00 - 11.00 Uhr

Pilates

Jesuiten-Flüchtlingshilfe, Ottobrunnerstr. 1, 81737 München, Leiterin: Marina Kurochkina, Sayin, Sprache: Deutsch, Zeit: 14.00 - 15.00 Uhr

Gymnastik und Entspannung

mit Gesundheitsberatung, ASZ Untergiesing, Kolumbusstr. 33, 81543 München, Leiterin: Ruth Weigel, Sprache: Deutsch, Zeit: 18.00 - 19.00 Uhr

Donnerstag

es- Kulturzentrum
zer-Str. 64, 81735
Süheyda Sayin
Deutsch
hr

astik
lach, Theodor-
089/ 678 20 2 - 60
rochkina
ussisch
Uhr

gsdienst Deutsch-
Straße 28 h,
Leiterin: Süheyda
utsch, Zeit: 12.30 -

tspannung
g
Kolumbusstr. 33,
el.: 089/ 66 11 31
el, Sprache:
0 - 19.30 Uhr

Rückentraining mit Pilates
ASZ Perlach, Theodor-Heuss-Platz 5,
81737 München,
Tel.: 089/ 678 20 2 - 60
Leiterin: Marina Kurochkina
Sprache: Deutsch/Russisch
Zeit: 11.00 - 12.00 Uhr

Freitag

Guten-Morgen-Gymnastik
Seniorentreff Neuhausen e.V.
Leonrodstraße 14, 80634 München,
Tel.: 089/ 16 80 60
Leiterin: Süheyda Sayin, Sprache:
Deutsch, Zeit: 10.30 - 11.30 Uhr

Rückentraining und Strching
ASZ Untergiesing, Kolumbusstr.
33, 81543 München, Tel.: 089/ 66
11 31, Leiterin: Marina Kurochkina
Sprache: Deutsch/Russisch
Zeit: 12.00 - 13.00 Uhr

Qualifizierungsmaßnahmen

Donna Mobile ist nach AZAV zugelassener Träger der Arbeitsförderung durch die Zertifizierungsagentur HZA

Gefördert durch das **MBQ**
Münchner Beschäftigungs-
und Qualifizierungsprogramm



Landeshauptstadt
München
**Referat für Arbeit
und Wirtschaft**

Betreuungsassistent/in und Pflegeassistent/in für Migrantinnen und Migranten (MBQ)

03.07.2017 - 29.06.2018

Abschluss: Betreuungsassistent/in
und Pflegeassistent/in
Die Maßnahme erfolgt in Teilzeit und
ist kostenlos.

Unterrichtszeit: 8.00 - 14.00 Uhr
Ansprechpartnerinnen: Navruza
Rakhmanova und Ljubica Vajagic
Tel.: 089/ 54 03 67 16

Grundqualifizierung für Gesundheits- und Sozialberufe für Migrantinnen (MBQ)

22.05.2017 - 08.12.2017

Unterrichtszeiten:
Montag - Donnerstag
9.00 bis 13.00 Uhr
Praktikumszeiten:
Montag- Freitag 9.00 bis 13.00 Uhr
Die Maßnahme erfolgt in Teilzeit und
ist kostenlos.
Ansprechpartnerinnen: Ljubica Vaja-
gic und Tanja Sukalo
Tel.: 089/ 54 03 67 16

Grundqualifizierung für Gesundheits- und Sozialberufe für Migrantinnen (MBQ)

15.01.2018 - 29.06.2018

Unterrichtszeiten:
Montag - Donnerstag
9.00 bis 13.00 Uhr
Praktikumszeiten:
Montag - Freitag
9.00 bis 13.00 Uhr
Die Maßnahme erfolgt in Teilzeit und
ist kostenlos.
Ansprechpartnerin: Ljubica Vajagic
und Tanja Sukalo
Tel.: 089/ 54 03 67 16

VERA Vorbereitung auf die Externen Prüfung zum/zur Kinderpfleger/in

Januar 2018 – Mai 2019

Gesamtkosten: 8.326,16 € inklusive
Fachliteratur, Lernmittel und Prü-
fungsgebühr.
Eine Förderung durch die Arbeitsa-
gentur und das Jobcenter ist möglich.

Informationen:
Feyza Palecek und Yesim Buldun
Gesamtleitung:
Feyza Palecek
Tel.: 089 / 54 03 67 16

Unsere ReferentInnen

Amal Majeed, Dr. med., Ärztin
Ana-Melva Perez, Psychologin,
Gruppenleiterin
Aneta Pohl, ärztlich geprüfte
Yogalehrerin
Ania Kaczmarek, Psychologin, Psycho-
therapeutin
Agnieszka Pacyga-Lebek, Pädagogin,
Psychotherapeutin
Ayse Basar, Gesundheits- und Well-
nessberaterin, Yogalehrerin
Buket Barlas Wächter, Kursleiterin
für Fahrradkurse
Carlos Selber Miranda,
Zumba-Trainer
Carmen Roloff, Kursleiterin für
Fahradkurse
Christine Arnold, Ehrenamtliche Tanz-
pädagogin
Elena Smotraeva, Psychologin
Ferda Duymaz, Psychologin
Halina Krylova, Gruppenleiterin,
Musikpädagogin
Joanna Pieluzek, Bauchtanzlehrerin
Luma Afandy, Gruppenleiterin
Marija Plese, Pflegefachkraft
Marina Karipidou, Gruppenleiterin
Marusya Topalova, Psychologin
Oana Tiptis, Psychologin
Perihan Babur, Gesundheits- und
Wellnessberaterin, Gruppenleiterin
Sanja Hasandedic, Dr. med., Fachärzt-
tin für Innere Medizin
Shayigah Abdul Hakim,
Gruppenleiterin
Snjezana Talic, ärztl. geprüfte
Yogalehrerin
Sylvia Plötz, Kursleiterin für Fahrrad-
kurse, Pädagogin

Tülin Bernsdorff, Heilpraktikerin für
Psychotherapie, EMB Ernährungs-,
Mental- und Bewegungsberaterin/
Coach (ZfN)

Yüksel Saat, Kursleiterin Gymnastik
Zeynep Süalp, Kursleiterin für Fahr-
radkurse, Gruppenleiterin
Zuhal Vali, Dr. med. Frauenärztin

Kooperationspartner in diesem Halbjahr

Afghanische Moschee, Neumarkter
Str. 70 a, 81673 München,
Tel.: 089/ 48 00 25 43

ASZ Allach-Untermenzing, Man-
zostr. 105, 80997 München,
Tel.: 089 17119690

ASZ Altstadt, Sebastiansplatz 12,
80331 München, 089/ 26 40 46

ASZ Aubing, Am Aubinger Wasser-
turm 30, 81249 München,
Tel.: 089/ 86 46 68 10

ASZ Blumenau, Alpenveilchenstraße
42, 80689 München,
Tel.: 089/ 58 03 47 6

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686
München, Tel.: 089/ 57 50 14

ASZ Milberthofen, Schleißheimer Str.
378, 80809 München
Tel.: 089/ 356277330

ASZ Obermenzing, Packenreiterstr.
48, 81247 München,
Tel.: 089 89168170

ASZ Ramersdorf, Rupertigastr. 61 a,
81671 München
Tel.: 089/ 67 34 68 79-0

ASZ Pasing, Bäckerstr. 14, 81241
München, Tel.: 089/ 829 97 70

ASZ Perlach, Theodor-Heuss-Platz 5,
81737 München,
Tel.: 089/ 678 20 2 - 60

ASZ Sendling, Daiserstr. 37, 81371 München, Tel.: 089/ 77 92 54

ASZ Untergiesing, Kolumbusstr. 33, 81543 München, Tel.: 089/ 66 11 31

ASZ Westend, Tulbeckstr. 31, 80339 München, Tel.: 089/ 5 40 30 82

ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5, 81373 München, Tel.: 089/ 760 98 24

AWO Fachdienst Migration und Integration, Goethestr. 53, 80336 München

Berufsfachschule für Altenpflege der Hans Weinberger Akademie, Industriestraße 31, 81245 München, Tel.: 089/ 863009- 40

BildungsLokal Neuaubing-Westkreuz, Limesstr. 81, 81243 München, Tel.: 089/ 8105937921

BildungsLokal Neuperlach, Peschelanger 8, 81735 München, Tel.: 089/ 62837531

BildungsLokal Schwanthalerhöhe, Ligsalzstr. 2, 80339 München, Tel.: 089/ 50028130

FIM e.V., Alter-St.-Georg-Platz 4, 80809 München, Tel.: 089/ 354 37 57

Grundschule an der Eduard-Spranger-Straße, Elterncafé, Eduard-Spranger-Straße 15, 80935 München Tel.: 089/ 374291990

Grundschule an der Ittlingerstraße, Elterncafé, Ittlingerstraße 36, 80933 München, Tel.: 089/ 17958240

Grundschule an der Pauleckstraße, Elterncafé, Paulckestraße 10, 80933 München, Tel.: 089/ 143043613

Grundschule an der Thelottstraße, Elterncafé, Thelottstraße 20. 80933 München Tel.: 089/ 3 74 29 19 4-0

Initiativgruppe Interkulturelle Begegnung und Bildung e.V., „IG-Frauenprojekt“, Karlstr. 48, 80333 München, Tel.: 089/ 54 46 71 21

Innere Mission, Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer,

Landshuter Allee 38 b, 80637 München, Tel.: 089/ 12 69 91 – 434

Innere Mission, Migrationsdienste, Plecherstr.6, 81541 München Tel.: 089/ 62 02 16-22

Jugendtreff Neuaubing, Wiesentfelfer-Str. 57, 81249 München, Tel.: 089/ 871 42 42

MAG'S, Schwanthalerstr. 82, 80336 München, Tel.: 089/ 53 29 56 53

Mehrgenerationenhaus, Dientzenhoferstr. 68, 80937 München, Tel.: 089/ 30 90 54 78 18

Münchner Kindl Heim der LH München Jugendamt, Oberbibberger Str.45, 81547 Muenchen, Tel.: 089/ 233 35900

MÜNCHENSTIFT GmbH, Manzostr. 105, 80997 München, Tel.: 089/ 143 75- 0

MVHS Münchner Volkshochschule, Blodigstr. 4, 80933 München, Tel.: 089/ 89051925

Nachbarschaftstreff Blumenau, Rolf-Pinegger- Str. 5, 80689 München, Tel.: 089/ 45 20 70 60

Pfarrer-Steiner-Zentrum, Riemerschmidstr.16, 80933 München, Tel.: 089/ 314 67 76

Projekt-Laden International Haidhausen, Metzstr. 37, 81667 München, Tel.: 089/ 48 36 68

Seniorentreff Neuhausen e.V., Leonrodstraße 14 , 80634 München, Tel.: 089/ 168060

SOS- Familien- und Kindertageszentrum, Wiesentfelfer Str. 68, 81249 München, Tel.: 089/ 87132090

TREFFAM, Tübinger Str. 11, 80686 München, Tel.: 089/ 50 25 592

Treff Mosaik, Rosa-Bavarese-Str. 21, 80639 München, Tel.: 089/ 51996377

MKJZ Westend, Westendstraße 66, 80339 München, Tel.: 089/ 50 54 14

DONNA MOBILE

Donna Mobile AKA e.V.
Landsberger Str. 45 a
80339 München
089/ 50 50 05
089/ 50 50 99
info@donnamobile.org
www.donnamobile.org

Donna Mobile
ist zertifiziert
durch die HZA



Unser Trägerverein ist
der AKA Aktiv für inter-
Kulturellen Austausch e.V.

Unser Spitzenverband ist das
Diakonische Werk.

Seit 01.01.2017 ist Donna Mobile AKA e.V.
Träger des Nachbarschaftstreffs THERESIA in
der Pfeuferstraße 3, 81373 München.
Alle Veranstaltungen und Gruppentermine
finden Sie unter www.treff-theresia.de.
Tel.: 0152/07553491

Nachbarschaftstreff Theresia



DONNA MOBILE wird bezuschusst und gefördert von:



Landeshauptstadt
München
**Referat für Gesundheit
und Umwelt**



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

Gefördert durch das **MBQ**
Münchner Beschäftigungs-
und Qualifizierungsprogramm



Landeshauptstadt
München
**Referat für Arbeit
und Wirtschaft**



Landeshauptstadt
München
**Referat für
Bildung und Sport**
Sportamt



Landeshauptstadt
München



Radlhauptstadt
München



die Regierung von
Mittelfranken

Gefördert durch die
Aktion
MENSCH

Diakonie 
Bayern
Bezirksstelle München

Landsberger Str. 45 a 80339 München, Tel.: 089/ 50 50 05
Fax: 089/ 50 50 99, info@donnamobile.org, www.donnamobile.org

Spendenkonto:
Evangelische Bank
IBAN: DE97 5206 0410 0203 402118
BIC: GENODEF1EK1