

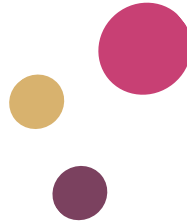
**2026
Okt. – Dez.**

Programm und Angebote
für Jung und Alt





FFB Stadtteilzentrum West



Was ist das Mehrgenerationenhaus (MGH) im Brucker Westen?

Das LiB-Mehrgenerationenhaus ist eine Begegnungsstätte für Jung und Alt mit einem bunten Programm.

Unser Motto lautet „Leben ist Begegnung“.

Unser Café „LiBlingsTreff“ ist das Herzstück unserer Begegnungsstätte und wird regelmäßig von ehrenamtlichen Gastgeber:innen für Groß und Klein geöffnet.

Gemeinsam mit professionellen Fachkräften, Kooperationspartnern und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen bieten wir eine wechselnde Vielfalt an Kursen und Vorträgen in den Bereichen Bildung, Sport, Gesundheit, Freizeit, Kultur und Kreatives.

Wir entwickeln nachbarschaftliche Hilfsnetzwerke und vermitteln auch zu weiteren Anbietern.



**Alle
Zugänge
sind
barrierefrei**



**2026
Okt. – Dez.**

**Liebe Besucher:innen,
Freunde und Gäste des LiB!**

Im Herbst und Winter gibt es im LiB einiges
NEUES für Sie zu entdecken! Ebenso
erwarten Sie unsere beliebten Klassiker!
Machen Sie mit!

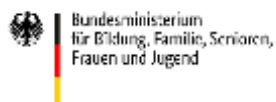
In der „Interkulturellen Woche“ findet unser beliebter
„Percussions-Workshop“ statt. Sie können verschiedene
Trommeln / Instrumente ausprobieren. Ende November
bieten wir erneut einen Flohmarkt an. Rund um das
Thema „Pflege“ bieten wir im November / Dezember
zwei kostenfreie Vorträge an.

Besuchen sie auch unseren „Näh-Treff“, die „Laptop- und
Tablet-Sprechstunde“, die „Smartphone-Sprechstunde“
sowie unseren „Mal- und Kreativ-Treff“.

**Kommen Sie vorbei und genießen Sie die Vielfalt
bei uns im „LiB“! Wir freuen uns auf Sie!**

Ihre Christina Siedl

Leitung MGH LiB und Familienstützpunkt FFB
ÖNH e.V.



Inhaltsverzeichnis

• Öffnungszeiten und Angebote	Seite 6
• Café LiBlingsTreff	Seite 7
• Aktionstage	Seite 8
• Angebote zur AlphaDekade	Seite 10
• Kooperationsangebote	Seite 11
• Kooperationsangebote mit VHS	Seite 13
• Kooperationsangebote mit FSP	Seite 14
• Angebote für Alt und Jung	Seite 19
• Angebote für Senior:innen	Seite 25
• Angebote für Frauen	Seite 26
• Angebote für Kinder	Seite 27
• Selbsthilfegruppen	Seite 29
• Beratung und Unterstützung	Seite 30
• Mithilfe / Ehrenamt	Seite 34
• Wichtige Kontakte	Seite 36
• Ausblick	Seite 38

Blättern Sie rein und werden Sie ein Teil vom



Aktuelles



Öffnungs- und Sprechzeiten

Montag	9 – 11 Uhr
Dienstag	15 – 18 Uhr
Donnerstag	13 – 16 Uhr
Freitag	9 – 11 Uhr

LiB-Büro und Beratung (im EG)

Für Fragen zu Angeboten, für Lotsendienste, für Begleitung ehrenamtlichen Engagements, für Vermittlung von nachbarschaftlichen Kontakten und Verwaltung von Räumlichkeiten sprechen Sie mit

Christina Siedl oder Tanja Reuter

Tel. 08141 / 31 66 15 Fax 08141 / 31 66 18

Angebote während der Öffnungszeiten

In unseren Räumen haben wir für Sie

- Informationen zum Programm im LiB
- Informationen zum Mehrgenerationenhaus
- wechselnde interessante Ausstellungen u.a. Dauerausstellung zum Thema Alphabetisierung
- unseren LiBlings-PC mit Internetzugang und Drucker
- unser Café LiBlingsTreff und Zeit für Gespräche
- Zeitschriften und Büchertauschregal
- Kinderspiecke



Kommen Sie einfach vorbei!



LiBlingsTreff: Café für Alt und Jung

Der LiBlingsTreff ist das Herz unserer Begegnungsstätte. Hier bieten wir Jung und Alt einen Raum zum ungezwungenen Kennenlernen.

Besuchen Sie uns im LiBlingsTreff, dem ehrenamtlich geführten Café für Groß und Klein, im 1. Stock und genießen Sie Kaffee, Tee, Erfrischungsgetränke und (meist auch) selbst gebackenen Kuchen zum Selbstkostenpreis (kein Konsumzwang).

Einzelveranstaltungen



- Montag am Vormittag:
Montagscafé für Familien
- Dienstag am Vormittag:
Sprachcafé für Frauen
- Dienstag und Donnerstag,
Nachmittagscafé

Genauere Informationen zu den Einzelveranstaltungen finden Sie auf den Seiten der entsprechenden Angebote.

Bitte Aushänge für Terminänderungen beachten!

Aktionen zu den Interkulturellen Tagen

Während der Interkulturellen Tage, 10.–17.10.26 gibt es verschiedene Veranstaltungen, als Zeichen für Menschenrechte und Menschenwürde; für Partizipation und damit gegen Rassismus und Diffamierung.

Algerisch backen für Kinder

Kinder ab 8 Jahren dürfen verschiedene Sorten algerische Kekse (Nekaach genannt) backen. Sie sind nicht so süß wie andere Kekse, da sie mit Datteln gesüßt sind und deswegen besonders fein schmecken.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Familienstützpunkt FFB
Wann?	Mittwoch, 7.10.2026, 15.30 – 17 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, FSP FFB
Kosten?	2.- Euro pro Familie
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 25 oder E-Mail familienstuetzpunkt@nbh-fuerstenfeldbruck.de



Lateinamerikanische Musikinstrumente spielen

In einem Workshop spielen Sie lateinamerikanische Percussion-Rhythmen (Salsa, Merengue, Bachate, Cumbias) mit Bongos, Congas, Maracas, Handglocken usw. Sie können ihr eigenes Instrument mitbringen.

Kinder ab 10 Jahren, nur in Begleitung eines Erwachsenen.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Percussionist Andi Kluge
Wann?	Mittwoch, 14.10.2026, 17– 20 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, 1. OG, Bürgersaal
Kosten?	keine
Anmeldung?	erbeten unter Tel. 08141 / 31 66 15



MGH Aktionstage

Im Rahmen der Aktionstage geben Mehrgenerationenhäuser aus ganz Deutschland einmal im Jahr Einblick in die Vielfalt ihrer Arbeit

Flohmarkt im LiB

Das LiB Mehrgenerationenhaus in Fürstenfeldbruck lädt Sie aus diesem Anlass zum Flohmarktbesuch ein.

Besuchen Sie unseren Flohmarkt im Stadtteilzentrum West und stöbern Sie nach Herzenslust. Der Erlös kommt unseren Projekten zugute.

Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	Montag, 30.11.2026, 11 - 17 Uhr
Wo?	LiB MGH, EG, rechte Seite, Raum Horizont
Kosten?	je nach gekauftem Teil
Anmeldung?	keine



Dauerausstellung „Gering Literalisierte“

Es gibt in Deutschland viele Menschen, die nicht gut lesen und schreiben können. Wie sehen diese gering literalisierten Menschen die Welt? Welche Herausforderungen erleben sie?

Besuchen Sie unsere **Dauerausstellung** zu diesem Thema.

Auch als Wanderausstellung zu buchen.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	während unserer Öffnungszeiten
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG rechts + UG
Kosten?	keine
Anmeldung?	keine



Lerncafé: Die Basis

Gemeinsam besser lesen und schreiben lernen!

Sie möchten sicher auftreten, den Alltag selbständig bewältigen oder sich beruflich verbessern? Dann sind Sie in unserem Lerncafé richtig. Voraussetzung ist, Sie haben Deutsch als Muttersprache oder gute mündliche Deutschkenntnisse.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Sabine Sauter
Wann?	Montag, 15 – 16.30 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, UG, Seminarraum 1
Kosten?	keine
Anmeldung?	keine





Mobile Bibliothek

Sie möchten Medien ausleihen und können aus gesundheitlichen Gründen nicht zur Stadtbibliothek kommen? Dann nutzen Sie unseren Lieferdienst und die Stadtbibliothek kommt zu Ihnen.

- Der Erstkontakt erfolgt persönlich in der Bibliothek oder telefonisch.
- Gemeinsam erstellen wir eine Liste Ihrer Wunschmedien (Bücher, Zeitschriften, Hörbücher, DVDs und mehr).
- Eine ehrenamtliche Patin oder ein Pate bringt Ihnen das Paket nach Hause und holt es am Ende der Leihfrist ab.
- Ihre neuen Wünsche nennen Sie direkt bei der Übergabe oder in der Bibliothek.

Wer?

LiB-Mehrgenerationenhaus,
Stadtbibliothek in der Aumühle



Stadtbibliothek
in der Aumühle
Fürstenfeldbruck

Wann?

nach Absprache

Wo?

FFB, Stadtbibliothek in der Aumühle

Kosten?

keine

Anmeldung?

erforderlich

für Medienpat:in

unter Tel. 08141 / 31 66 15

für Medienausleihe

unter Tel. 08141 / 36 309 - 10

oder per E-Mail stadtbibliothek@fuerstenfeldbruck.de





Kooperation mit Brucker Forum

FÜR ALT UND JUNG

Brunch Interkulturell

Frühstückstreff für Menschen jeder Herkunft und jeden Alters, die Interesse am Austausch und an der Gestaltung des interkulturellen Lebens in Fürstenfeldbruck haben. In Kooperation mit Forum 31 / Brucker Forum e.V.

Getränke werden gestellt.
Wir freuen uns über Beiträge zum Buffet!



Wer?
Wann? / Wo?

LiB-MGH, Brucker Forum e.V.
jeweils letzter Sonntag im Monat



25.10.2026, 11 - 13.15 Uhr, LiB
22.11.2026, 11 - 13.15 Uhr, Forum 31



Kosten?
Anmeldung?

Brunch: 2,50 Euro pro Person
erwünscht unter Tel. 08141 / 31 66 15

Aktuelle Informationen erhalten Sie von Flyern und Aushängen.





Mal- und Kreativ-Treff für Erwachsene Malen in netter Gesellschaft

Gemeinsam mit der VHS FFB bieten wir, alle 14 Tage, einen offenen Mal- und Kreativ-Treff für Erwachsene an. Es erwartet Sie ein offener Kreativraum – kein Kurs mit Anleitung.

Materialien sind vorhanden oder können selbst mitgebracht werden.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus und VHS Fürstenfeldbruck
Wann?	Mittwoch jeweils 15 – 18 Uhr 14.10., 28.10., 11.11., 25.11., 9.12., 23.12.2026
Wo?	VHS, Niederbronnerweg 5, EG, Raum 02
Kosten?	pro Termin mindestens 3.- Euro (je nach Materialverbrauch)
Anmeldung?	erforderlich, über LiB Büro , Tel. 08141 / 31 66 15



Stadt Land Bruck
Fürstenfeldbruck, Maisach und
Mammendorf





Kooperationsangebote mit FSP

FÜR FAMILIEN

Zuhause kochen mit der Koch-Tasche

Mit den Zutaten in unserer Koch-Tasche "Classic" oder „International“ können Kinder zuhause gemeinsam kochen und essen. Meldet euch an und probiert es aus – miteinander kochen macht viel Freude.

Besonders spannend wird es mit unserer **Kochtaschen-Challenge**, für Kinder, die schon alleine kochen können.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Familienstützpunkt FFB
Wann?	Abholung jeweils Donnerstag 10 – 19 Uhr 29.10.26 (Challenge) 01.10. und 19.11.26 (International: Indien bzw. Togo)
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, FSP FFB
Kosten?	3.- Euro pro Koch-Tasche
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 25
Rückmeldung?	E-Mail an familienstuetzpunkt@nbh-fuerstenfeldbruck.de

Koch-Taschen-Challenge

Für die Challenge könnt ihr die Lebensmittel aus der Tasche alle oder teilweise verwenden und dazu auch etwas von zuhause. Was ihr kocht, entscheidet ihr. Macht Fotos beim Kochen und vom fertigen Gericht auf dem Teller und schickt sie uns per E-Mail.

Jeder der mitmacht erhält einen Preis!





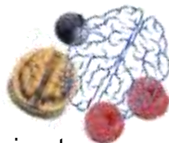
Kooperationsangebote mit FSP

FÜR FAMILIEN

Essen fürs Köpfchen

Kann Ernährung beim Denken helfen? Welches Essen hilft beim Lernen, welches nicht? Schnell zubereitet, leicht umsetzbar und wandelbar: Brainfood für den Familien-Alltag! Gemeinsam zubereiten und gleich aufessen. Wir freuen uns auf einen schmackhaften schulfreien Buß- und Betttag, für Eltern und Kinder ab dem Vorschul-Alter.

Wer? LiB-Mehrgenerationenhaus,
Familienstützpunkt FFB, Anja Eikenberg
Wann? Mittwoch, 18.11.2026, 9 – 11.30 Uhr
Wo? LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, FSP Raum Horizont
Kosten? 5.- € pro Familie
Anmeldung? erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 25 oder
E-Mail an familienstuetzpunkt@nbh-fuerstenfeldbruck.de



Einfach Brotzeit



LANDRATSAMT
FÜRSTENFELDBRUCK

Schnell, gesund und soooo lecker! Kann gesund auch lecker sein? Auf jeden Fall! Tipps fürs Lebensmittel-Neu-Entdecken, schnell zubereitet, leicht umsetzbar und wandelbar, die perfekten Lebensmittel! Gemeinsam zubereiten und gleich aufessen. Wir freuen uns auf einen schmackhaften Vormittag mit Eltern und Kinder ab dem Vorschul-Alter.

Wer? LiB-Mehrgenerationenhaus, Familienstützpunkt FFB
Wann? Sonntag, 18.10.2026, 9.45 – 12.45 Uhr
Wo? LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, FSP Raum Horizont
Kosten? 5.- € pro Familie
Anmeldung? erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 25 oder
E-Mail an familienstuetzpunkt@nbh-fuerstenfeldbruck.de





Kooperationsangebote mit FSP

FÜR FAMILIEN



Online-Informationsabende

In den neuen **ONLINE** Angeboten erhalten Sie wichtige Informationen über den Umgang mit ihren Kindern. Genauereres können Sie den Flyern des Familienstützpunktes FFB entnehmen.

Wer?

LiB-MGH, Familienstützpunkt FFB

Wann?

siehe beim jeweiligen Thema

Wo?

online

Kosten?

keine

Anmeldung?

erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 25 oder
E-Mail an familienstuetzpunkt@nbh-fuerstenfeldbruck.de



So macht Lernen Spaß

Dienstag 13.10.2026, 19.30 Uhr - Referentin Cecilé Franz

Wie können Eltern ihre Kinder beim Lernen unterstützen? Wie bringe ich Struktur in den Tag? Welche Voraussetzungen braucht mein Kind für effektives Lernen? Wie motiviere ich?

Sozialkompetenz bei Kindern fördern

Mittwoch 11.11.2026, 19.30 Uhr - Referentin Cecilé Franz

Was ist eigentlich Sozialkompetenz? Wie wichtig sind dafür Empathie und Einfühlungsvermögen? Wie können Eltern ihre Kinder liebevoll unterstützen und spielerisch ihre „soft skills“ fördern?

Entspannte Kinder sind konzentrierter

Dienstag 8.12.2026, 19.30 Uhr - Referentin Cecilé Franz

Konzentriertes, fokussiertes Arbeiten und Eigenverantwortlichkeit sind wichtig in der Schule. Der Vortrag behandelt die Themen Konzentration und Entspannung und gibt Tipps, wie Eltern ihre Kinder motivieren.



Kooperationsangebote mit FSP

FÜR FAMILIEN



Online-Informationsabende

In den neuen **ONLINE** Angeboten erhalten Sie wichtige Informationen über den Umgang mit ihren Kindern. Genaueres können Sie den Flyern des Familienstützpunktes FFB entnehmen.

Wer?

LiB-MGH, Familienstützpunkt FFB

Wann?

siehe beim jeweiligen Thema

Wo?

online

Kosten?

keine

Anmeldung?

erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 25 oder
E-Mail an familienstuetzpunkt@nbh-fuerstenfeldbruck.de



Pubertät: Loslassen ja bitte – aber wie?

Donnerstag 22.10.2026, 19.30 Uhr - Referentin Kerstin Debudey

„Ich weiß, dass Du das kannst und dass wir das gemeinsam schaffen!“ Loslassen lernen und die Eigenverantwortung von Jugendlichen stärken. Ein interaktiver Elternabend mit vielen Tipps!

Trotz, Pubertät, Autonomie – oder Hochsensibilität

Dienstag 17.11.2026, 19.30 Uhr - Referentin Sandra Schümmer

Wir informieren zu unterschiedlichen Lebensphasen in der Kindheit sowie zur Abgrenzung zwischen Lebensphasen und Hochsensibilität und sensibilisieren für den Einfluss des elterlichen Verhaltens.

Zwischen Reinreden und Zuhören

Mittwoch 2.12.2026, 19.30 Uhr – für Eltern mit Kindern von 6 - 12 Jahren

Kommunikation und Regeln, die zur Verantwortung ermutigen: Sie erfahren, wie Sie durch Zuhören, Vertrauen, Klarheit und Loslassen Selbstverantwortung übernehmen und Verantwortung vorleben.



Kooperationsangebote mit FSP

FÜR FAMILIEN

Bollerwagen-Sprechstunde

Wir kommen ab sofort regelmäßig mit tollen Aktionen auf den Geschwister-Scholl-Platz in Fürstenfeldbruck und haben viel Zeit zum Kennenlernen, Unterhalten und Spielen für alle Familien mit Kindern.

Lernen Sie den Familienstützpunkt Fürstenfeldbruck kennen!

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Familienstützpunkt FFB
Wann?	Donnerstag, 14 – 15.30 Uhr 15.10. und 5.11.2026
Wo?	FFB, Geschwister-Scholl-Platz
Kosten?	keine
Anmeldung?	keine

Weitere Informationen finden Sie auf www.familienleben-ffb.de



Montagstreff für Familien



Unser Montag-Café ist ein zwangloser Treff für alle Familien mit kleinen Kindern, incl. kostenloser Fachberatung. Es gibt Kaffee/Tee (gelegentlich ein Frühstück) und für Kinder eine Spielecke.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Familienstützpunkt FFB
Wann?	Montag, 9.30 – 11.00 Uhr 5.10., 12.10., 19.10. und 26.10.2026, 9.11., 16.11., 23.11. und 30.11.2026, 7.12., 14.12. und 21.12.2026
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, 1. OG, Café
Kosten?	Kaffee und Tee zum Selbstkostenpreis
Anmeldung?	keine





Angebote ohne / mit Anmeldung

FÜR ALT UND JUNG

Café am Dienstag oder Donnerstag



Besuchen Sie unseren LiBlingsTreff für Alt und Jung und genießen Sie gemeinsame Zeit am Nachmittag bei Kaffee, Tee, Kuchen und Spielen (ohne Konsumzwang). Freuen Sie sich auf Begegnungen und Kontakte in schöner Atmosphäre.

**Diese Cafés sind ausgebucht. Melden Sie sich gerne.
Bei Nachfrage planen wir ein neues am Mittwoch.**



Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	<u>Dienstag</u> , 14 - 17 Uhr, <u>Donnerstag</u> , 15 - 17:30 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, 1.OG, Café
Kosten?	Kaffee, Tee und Kuchen zum Selbstkostenpreis
Anmeldung?	nur bei Neuanmeldungen erforderlich, Tel. 08141 / 31 66 15

Bitte Aushänge für Terminänderungen beachten!

Musikalisches Nachmittags-Café



Musikbegeisterte erwartet ab 14.30 Uhr ein wechselndes Programm mit Live-Musik, Gesang, Gedichten, Geschichten u.v.m. Ab 14 Uhr werden Kaffee und Kuchen angeboten.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Dr. Carola Tausend, Sigurd Lahmann, Erhard Flötte, und Dorothea Muhr
Wann?	Donnerstag, 29.10. und 26.11.2026, 14 – 15.30 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, 1. OG, Bürgersaal
Kosten?	1,50 Euro Teilnahmegebühr, Kaffee / Kuchen auf Spendenbasis
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15





Angebote mit Anmeldung

FÜR ALT UND JUNG

Lernförderung Englisch für Erwachsene und Kinder ab der 3. Klasse

Wer sein Englisch verbessern möchte, der kann sich dafür individuelle Unterstützung bei uns holen.

Die Inhalte der Stunden können selbst mitgestaltet werden.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	nach individueller Absprache (Mo oder Di möglich)
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Raum siehe Aushang
Kosten?	5.- Euro pro Monat
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Gedächtnistraining

Möchten Sie spielerisch die Leistung Ihres Gedächtnisses steigern? Unsere zertifizierte Gedächtnistrainerin bietet Übungen unter Beteiligung von Körper, Geist und Seele an. Durchblutung und Stoffwechsel des Gehirns werden verbessert, die Lernfähigkeit gesteigert und der gesamte Organismus aktiviert.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Doris Schleuter
Wann?	Freitag, 9.30 – 11 Uhr (Kurs mit 4 Terminen) 25.9., 23.10., 30.10 und 20.11.2026
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, UG, Seminarraum 1
Kosten?	Kursgebühr: 44.- Euro - bitte am 1. Kurstag mitbringen
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Der Kurs findet nur bei mindestens 9 Teilnehmern statt.

Angebote mit Anmeldung

FÜR ALT UND JUNG

Kraft schöpfen für pflegende Angehörige

Hier stehen Pflegende im Fokus. Mit Gesprächen, Austausch und viel Zeit für Entspannung und Selbstfürsorge bleiben Sie kraftvoll und entspannter im Alltag mit Ihren Angehörigen.

- Wer?  LiB-Mehrgenerationenhaus, Christine Grundeis
(Yogalehrerin, Demenzbetreuerin)
- Wann? Montag, 15 – 17 Uhr
26.10., 30.11. und 21.12.2026
Einstieg jederzeit möglich
- Wo? LiB-Mehrgenerationenhaus, 1. OG, Café
- Kosten? keine
- Anmeldung? erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Fachvortrag zur Pflegefinanzierung

Welche Kosten entstehen im Pflegefall – und wer kommt dafür auf, wenn das eigene Einkommen nicht ausreicht?

Diese und ähnliche Fragen werden an einem konkreten Fallbeispiel erläutert. Eine Mitarbeiterin des Pflegestützpunktes des LRA FFB gibt Einblicke in den Pflegealltag und informiert umfassend über Hilfs- und Unterstützungsangebote. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen!

- Wer? LiB-MGH, Pflegestützpunkt LRA FFB
- Wann? Mittwoch 2.12.2026, 18.30 – 20.30 Uhr
- Wo? LiB-Mehrgenerationenhaus,
1. OG, Bürgersaal
- Kosten? keine
- Anmeldung? erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Angebote mit Anmeldung

FÜR ALT UND JUNG

Vortrag zum Thema Demenz

Demenz, ein Symptom mit vielen Facetten. Was ist der Unterschied zwischen Demenz und Alzheimer? Wieso ist eine Diagnose wichtig? Solche und ähnliche Fragen wollen wir an diesem Abend ansprechen.

Sie sind herzlich eingeladen mit Ihren Fragen zu kommen. Für weitere Fragen laden wir Sie auch herzlich in unsere Angehörigen Gruppe ein.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Cornelia Eckhard (Gerontopsychiatrische Fachkraft)
Wann?	Mittwoch 25.11.2026, 18 – 19.30 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, 1. OG, Bürgersaal
Kosten?	keine
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Treff für Angehörige von Menschen mit Demenz

gefördert durch
Bayernisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Sie sind herzlich willkommen, um sich mit ähnlich Betroffenen auszutauschen und erhalten fachlich fundierte Informationen. Das hilft Personen mit Demenz besser zu verstehen.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Cornelia Eckhard (Gerontopsychiatrische Fachkraft)
Wann?	Donnerstag, Beginn 18 Uhr 5.11. und 3.12.2026
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, UG, Seminarraum 2
Kosten?	keine, wir freuen uns über eine Spende
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 8141 / 31 66 15





Angebote mit Anmeldung

FÜR ALT UND JUNG

Brucker Spinnstub'n

Wir spinnen gemeinsam.

Für Neueinsteiger:innen gibt es Beratung und Leihgeräte.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, R. Hofrichter
Wann?	Donnerstag, 19 – 21 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, 1. OG, Bürgersaal
Kosten?	2.- Euro pro Treffen
Anmeldung?	erforderlich, per E-Mail an bruckerspinnstube@gmail.com



Nähtreff im LiB Mehrgenerationenhaus

In netter Runde gemütlich nähen was man möchte, mit Hilfestellungen und Tipps, für Anfänger, Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger. Stoff bitte mitbringen (soweit vorhanden), Nähmaschinen werden gestellt.

Wir bieten auch reine Beratung zu nähtechnischen Fragen an.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	jeweils Donnerstag 15 - 18 Uhr 1.10., 15.10. und 29.10.2026
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, Raum Sonnenstrahl
Kosten?	mindestens 3.- Euro (je nach Materialverbrauch) Wir freuen uns auch über Spenden.
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Angebote ohne Anmeldung

FÜR ALT UND JUNG

Ausstellung regionaler Hobbykünstler:innen

Neben unserer Dauerausstellung „Gering Literalisierte“, haben wir weitere Ausstellungen:

- im EG, Räume des Familienstützpunktes

15. Juli - 23. Oktober 2026:

Werke aus Projekten des Vereins Turmgeflüster e.V.

(Meine Stadt - Fürstenfeldbruck aus Sicht der Kinder)

Mitmachaktion für Kinder und Jugendliche:



Du kannst deine Gedanken, Erlebnisse, Wünsche, Träume... die du mit Fürstenfeldbruck verbindest in ein Buch schreiben und / oder malen. – Komm einfach rein und frag uns!

Vielleicht verrätst du uns deinen Geheimtipp?

- im 1. OG

seit Mai 2026: Gemälde von Günther Zeides

Wer?

Wann?

Wo?

Kosten?

Anmeldung?

LiB-Mehrgenerationenhaus
während der Öffnungszeiten

LiB-Mehrgenerationenhaus,
UG, EG / 1. OG

keine

keine



Angebote mit Anmeldung

FÜR SENIOR:INNEN

Handysprechstunde

Haben Sie ein Handy oder Smartphone und Schwierigkeiten bei der Bedienung? Wollen Sie neue Funktionen kennenlernen? In unserer Sprechstunde gehen wir individuell auf Ihre Fragen ein. Bringen Sie etwas zum Schreiben und Ihr Handy/Smartphone mit.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	Donnerstag, 15.10. und 19.11.2026, 16 - 18 Uhr Freitag, 23.10. und 27.11.2026, 9.30 – 12 Uhr weitere Termine siehe Flyer, Aushänge und Internetseite
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, Raum Lichtblick
Kosten?	2.- Euro pro Termin (halbe Stunde)
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Tablet / Laptop – Sprechstunde

Machen Sie sich schlau – Sicher im Internet agieren

Haben Sie ein Tablet oder Laptop und Schwierigkeiten bei der Bedienung bzw. Fragen rund um Internet-Nutzung?

Hier können Sie sich fit machen, rund um alle wichtigen Fragen zur Sicherheit, allgemeinen Bedienung aber u.a. auch zu Online-Einkäufen, Fotos speichern und Arzttermine vereinbaren.

Wir beraten Sie individuell und nehmen uns Zeit für Sie!
Übungsgeräte sind vorhanden.



Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	Dienstag, 6.10., 13.10., 20.10. und 27.10.2026, ab 16 Uhr weitere Termine siehe Flyer, Aushänge und Internetseite
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, Raum siehe Aushang
Kosten?	2.- Euro pro Termin (halbe Stunde)
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15

Angebote ohne Anmeldung

NUR FÜR FRAUEN

Sprachcafé für Frauen Konversation am Vormittag

Üben Sie sich in der deutschen Sprache und lernen Sie Frauen aus unterschiedlichen Kulturen kennen. Außerdem gibt es Informationen zum Deutsch lernen, über Erziehung, über Arbeiten in Deutschland und zur Gesundheit.

Spielmöglichkeit für Kleinkinder ist vorhanden.

Wer?	Familienstützpunkt FFB und LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	Dienstag, 9 – 10.30 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, 1. OG, Café
Kosten?	Kaffee und Tee zum Selbstkostenpreis
Anmeldung?	keine

Bitte Aushänge für Terminänderungen beachten!



Angebote mit Anmeldung

FÜR KINDER

Hausaufgabengruppe

1. - 4. Klasse

Wir bieten Hausaufgabenbetreuung in einer kleinen Gruppe, für Kinder der Klassen 1 - 4.

Wir suchen ehrenamtliche Betreuer:innen.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	Dienstag und Donnerstag, 14 – 16 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, UG, Seminarraum 1
Kosten?	25.- Euro pro Halbjahr zahlbar im September und Februar
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Lernförderung Deutsch und Mathe

5. – 7. Klasse

Willst du Mathe und / oder Deutsch besser verstehen? Dann hol dir bei uns Unterstützung. Du gestaltest die Inhalte der Stunden mit.

Zeig allen was in dir steckt!

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	nach individueller Absprache (Mo-Do möglich)
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Raum siehe Aushang
Kosten?	5.- Euro pro Monat
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Angebote mit Anmeldung

FÜR KINDER

Offene Malwerkstatt für Kinder

Kinder können unter professioneller Anleitung frei gestalten und ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Geschichten und Spiele regen die Ideen an. Kleine Kinder können gerne in Begleitung eines Erwachsenen kommen. - **Bitte alte Kleidung anziehen!**

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Daniela Rieck
Wann?	jeweils Montag, 15.30 – 17.00 Uhr 12.10., 9.11. und 14.12.2026
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, UG, Seminarraum 1
Kosten?	Materialkosten 3.- Euro
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Kreatives Basteln für Kinder

Gemeinsam mit Kindern von 6 bis 11 Jahren werden kreative Kunstwerke hergestellt, die sie dann mitnehmen dürfen.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus
Wann?	jeweils Dienstag, 16 – 18 Uhr 20.10.2026 (Regenschirm gestalten) 17.11.2026 (Kalender gestalten) 15.12.2026 (Weihnachtsbasteln, Sterne usw.)
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, UG, Seminarraum 1
Kosten?	4.- Euro pro Kind
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Anmeldeschluss: Freitagvormittag, vor dem jeweiligen Termin

Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppe „MUTIGER e.V.“

Wir bieten Austausch / Treffen / Infos an für Menschen, deren Leben durch eine Angststörung und / oder eine depressive Episode eingeschränkt ist.

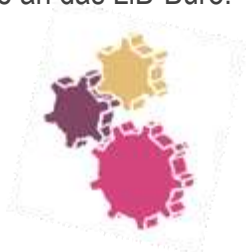
Wer?	Mutiger e.V.
Wann?	Mittwoch, 18.30 – 20 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, UG, Seminarraum 1
Kosten?	keine
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 0151 / 22 73 89 42



Neue Selbsthilfegruppen

Sie wollen selbst eine Gruppe gründen und suchen einen Raum?
Dann wenden Sie sich bitte an das LiB-Büro.

Tel. 08141 / 31 66 15



Beratung und Unterstützung

Lernberatung im LiB-Büro

Sie brauchen Unterstützung beim Verfassen einer E-Mail oder wollen einfach nur einen Brief richtig schreiben können oder verstehen? Dann helfen Ihnen!

Nur nach vorheriger Anmeldung!



Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Tanja Reuter, Sonderschwerpunkt Alpha
Wann?	jeden Freitag, 9 – 11 Uhr
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG., LiB Büro
Kosten?	keine
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141 / 31 66 15



Allgemeine soziale Beratung im LiB-Büro

Hier können sich Bürger zu unterschiedlichen sozialen Anliegen informieren und beraten lassen. Sie erhalten Unterstützung bei Anträgen, „erste Hilfe“ zur Stabilisierung der Lebenssituation und werden bei Bedarf an entsprechende Fachstellen vermittelt.

Auch anonyme / vertrauliche Teilnahme ist möglich.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, oder Stadt FFB, Frau Kautt,	Tel. 08141 / 31 66 15 Tel. 08141 / 281-3011
Wann?	1 mal im Monat, Donnerstag, 9 – 11 Uhr 8.10., 12.11. und 10.12.2026	
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, Raum Lichtblick	
Kosten?	keine	
Anmeldung?	erforderlich unter 08141 / 31 66 15 oder bei Frau Kautt, Tel.: 08141 / 281-3011	



Beratung und Unterstützung

Ökumenische Nachbarschaftshilfe e.V.

Unsere seit 1969 tätige Nachbarschaftshilfe gründete sich im April 1976 zum Verein.



Wir

- verstehen uns als Helfer in der Not
- kümmern uns um das leibliche und seelische Wohl von Menschen, die nicht mehr alleine weiterkommen.
- legen besonderen Wert auf die Gewinnung und Förderung von ehrenamtlichen und geringfügig beschäftigten Helfer:innen sowie fest angestellten Mitarbeiter:innen.
- dienen unmittelbar und ausschließlich der christlichen Nächstenliebe für alle Hilfesuchenden, ohne Rücksicht auf Konfession, (...) und Weltanschauung.
- verfolgen ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige, mildtätige und kirchliche Zwecke.



In diesem Sinne unterstützen wir auch umfassend das LiB-Mehrgenerationenhaus im Brucker Westen.

Kontakt:

Geschäftsstelle Am Sulzbogen 56, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel. 08141 / 31 66-0, E-Mail info@nbh-fuerstenfeldbruck.de
Bürozeiten: Montag – Freitag, 08:00 - 14:00 Uhr



Beratung und Unterstützung

Beratung zu allen Angeboten der ÖNH

Die Sozialstation der Ökumenischen Nachbarschaftshilfe berät, nach Terminvereinbarung, zu ihren Angeboten im Hause, wie Tagespflege u.a.

Wer?	Ökumenische Nachbarschaftshilfe e.V. Pflegedienstleitung, Tel. 08141 / 31 66 - 0
Wann?	nach Vereinbarung
Wo?	Nachbarschaftshilfe im MGH, 1. OG, Büro Pflegedienstleitung
Kosten?	keine
Anmeldung?	vorab erforderlich



Beratung rund um die Pflege

Der Pflegestützpunkt des LRA Fürstenfeldbruck bietet Informationen zu Pflegeleistungen, Unterstützung bei der Beantragung eines Pflegegrads und bei der Suche nach Hilfsangeboten.

Wer?	LiB-Mehrgenerationenhaus, Pflegestützpunkt des LRA FFB
Wann?	1 x im Monat, Dienstag 10.30 – 12.30 Uhr 27.10., 24.11 und 15.12.2026
Wo?	LiB-Mehrgenerationenhaus, EG, Raum Lichtblick
Kosten?	keine
Anmeldung?	erforderlich unter Tel. 08141-519-7070



Beratung und Unterstützung

Beratung im Familienstützpunkt FFB

Wir

- sind Anlaufstelle für Eltern und Familien in der Buchenau – direkt in Ihrem Wohnumfeld
- bieten Informationen, Rat und Hilfe zu allen Fragen rund um Familie und Erziehung
- vermitteln Tipps zur Freizeitgestaltung
- stellen Angebote der Familienbildung bereit, online und bei uns im Hause

Kontakt:

Daniela Oswald

Tel. 0176 / 43 60 64 62 oder 08141 / 31 66 25

E-Mail familienstuetzpunkt@nbh-fuerstenfeldbruck.de

Leitung Christina Siedl

Tel. 08141 / 31 66 15

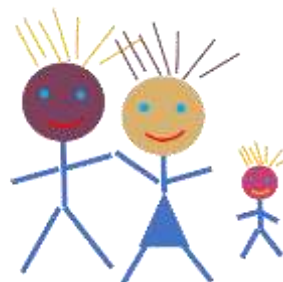
Beratungszeiten

Montag 8 – 13 Uhr

Dienstag 8 – 10 Uhr

Donnerstag 14 – 19 Uhr

sowie nach persönlicher, vorheriger Vereinbarung



Plätze
frei

Wir brauchen Sie . . .

... für die Hausaufgabenbetreuung

Sie arbeiten in einer Hausaufgaben- / Übungsgruppe für Grundschulkinder mit deutscher und nicht deutscher Muttersprache und betreuen dabei jeweils maximal zwei Kinder.

... für den Bereich „Deutsch üben“

Sie arbeiten mit erwachsenen Frauen, mit nicht deutscher Muttersprache, zur Verbesserung ihrer Deutschkenntnisse.

... als Kursleiter:in

Sie möchten ein Hobby oder eine Fähigkeit mit anderen teilen? Wir unterstützen Sie gerne bei der Umsetzung, z.B. Musizieren mit Senior:innen, Backen mit Kindern, Unterstützung geben in der Handysprechstunde oder bei unserem Nähtreff.

... als Gastgeber:in

Unterstützen Sie unsere offenen Treffs. Sie bereiten Kaffee, bieten Kuchen an und heißen unsere Gäste willkommen.

... als Begleiter:in

Sie helfen bei Ausflügen, die wir für Familien organisieren.



Wir brauchen Sie . . .

. . . als Betreuer:in

Sie bieten Koch-, Bastel- oder Backangebote in unserem Hause an.

. . . als Sponsor:in

Finanzielle Spenden für unsere soziale Arbeit sind immer herzlich willkommen und wir bedanken uns für jede Spende, die es uns ermöglicht unser Angebot zu erweitern. Ebenso freuen wir uns über regelmäßige Kuchenspenden.

Bitte melden Sie sich gerne bei

Christina Siedl

Leitung LiB MGH

Tel. 08141/31 66 15

**Wir freuen uns jederzeit über Verstärkung
in unserem ehrenamtlichen Team!**

herzlichen
Dank

für Ihre
Unterstützung



Wichtige Kontakte

ISB e.V.

Die Initiative zur Selbsthilfe für Betroffene mit geringem Einkommen trifft sich Freitag, 14 – 18 Uhr, bei Kaffee und Kuchen, zum Spielen und Stricken im Café LiBlingsTreff.

Kontakt

Friedhelm Engelhard

Internet www.isb-ffb.de

E-Mail mail@isb-ffb.de

Tel. 08141 / 38 74 01

Beirat für Menschen mit Behinderungen

Öffentliche Sitzungen und Vorträge finden regelmäßig statt.

Kontakt

E-Mail behindertenbeirat@beirat-ffb.de

Seniorenbeirat der Stadt Fürstenfeldbruck

Regelmäßig gibt es interessante Informationsveranstaltungen.

Kontakt

1. Vorsitzender Wolfgang Richter

Internet www.fuerstenfeldbruck.de

Tel. 08141 / 44 057

Wichtige Kontakte

ISB e.V.

Die Initiative zur Selbsthilfe für Betroffene mit geringem Einkommen trifft sich Freitag, 14 – 18 Uhr, bei Kaffee und Kuchen, zum Spielen und Stricken im Café LiBlingsTreff.

Kontakt

Friedhelm Engelhard

Internet www.isb-ffb.de

E-Mail mail@isb-ffb.de

Tel. 08141 / 38 74 01

Beirat für Menschen mit Behinderungen

Öffentliche Sitzungen und Vorträge finden regelmäßig statt.

Kontakt

E-Mail behindertenbeirat@beirat-ffb.de

Seniorenbeirat der Stadt Fürstenfeldbruck

Regelmäßig gibt es interessante Informationsveranstaltungen.

Kontakt

1. Vorsitzender Wolfgang Richter

Internet www.fuerstenfeldbruck.de

Tel. 08141 / 44 057

Auch für das nächste Quartal planen wir wieder Neues und Bewährtes für Sie!



Hier schon einmal ein kleiner Ausblick:

- Im März beteiligen wir uns wieder am Weltfrauentag und an der Woche gegen Rassismus, mit interessanten Aktionen.
- Für Familien wird die Kooperation mit dem Familienstützpunkt FFB neue, tolle Angebote bringen.
- Für Kinder wird es die Lern- und neue Bastelangebote geben und für Erwachsene die Klassiker Näh-Treff sowie Mal-/ Kreativ-Treff.
- Für Senior:innen gehen die Sprechstunden zur Nutzung von Smartphones und Tablets weiter und natürlich auch unsere Kurse und Veranstaltungen zu Gesundheit und Pflege.

Details zu unseren aktuellen Veranstaltungen können Sie stets neuen Aushängen und Flyern sowie unserer Website entnehmen.





Wir freuen uns, Sie als Gast in der Begegnungsstätte des LiB-Mehrgenerationenhauses zu begrüßen oder Sie als Ehrenamtliche oder Ehrenamtlichen kennen zu lernen.

Das LiB-Mehrgenerationenhaus wird finanziert mit den Mitteln des Bundesprogrammes Mehrgenerationenhaus und der Stadt Fürstenfeldbruck. Träger ist die Ökumenische Nachbarschaftshilfe mit Sozialdienst e.V. Fürstenfeldbruck und Emmering.

Stadtteilzentrum West

Am Sulzbogen 56,
Tel. 08141/31 66 – 0



840



Buchenau

82256 Fürstenfeldbruck

info@nbh-fuerstenfeldbruck.de

Weitere Leistungsbereiche

- **Sozialstation**

Ambulante Pflege und Betreuung zu Hause, haushaltsnahe Dienstleistungen und Beratung rund um die Pflege

- **Tagespflege**

Teilstationäre Einrichtung für Menschen mit Demenz sowie betreuungsbedürftige Seniorinnen und Senioren, zur Entlastung der pflegenden Angehörigen

- **Mittag- / Hausaufgabenbetreuung / Mittagstisch**

für Kinder an Schulen in Fürstenfeldbruck und Emmering

Impressum:



LiB-Mehrgenerationenhaus
Am Sulzbogen 56
82256 Fürstenfeldbruck



08141/31 66 15



www.nbh-fuerstenfeldbruck.de



www.mehrgenerationenhaus-ffb.de



folgen Sie uns auf Facebook

Träger:



Gefördert von:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend