## Montag

### OFFENES TREFFEN ZUM DEUTSCH SPRECHEN

9:00 - 11:00 Uhr (Anfänger)
Mit Voranmeldung

### PONTIS FREIMANN SPRECHSTUNDE

13:30 - 15:00 Uhr
Formularservice mit Voranmeldung
Tel.: 089 45 22 35 18 4

## Mittwoch

### TRITT UND FIT IN DER HEIDE

10:00 - 11:00 Uhr
Gemeinsames Walken im Kieferngarten.
Mit Voranmeldung

### FRAUEN FÜR FRAUEN

**FRÜHSTÜCK, UNTERSTÜTZUNG, AUSTAUSCH**

10:00 - 13:00 Uhr

## Freitag

### HEIDE NÄHSTUBE

9:30 - 12:30 Uhr
Nähen (Anfänger/Fortgeschrittene)
Mit Voranmeldung
jede Woche

### HEIDE NÄHSTUBE

14:00 - 17:00 Uhr
Nähen (Anfänger/Fortgeschrittene)
Mit Voranmeldung
alle 2 Wochen

**Alle Angebote sind kostenlos**

## Dienstag

### HEIDE SPORT (Fortgeschrittene)

10:30 – 11:30 Uhr
Warteliste
(Unkostenbeitrag 1€)

### HEIDE SPORT (Anfänger)

11:45 – 12:45 Uhr
Mit Voranmeldung
(Unkostenbeitrag 1€)

### DIENSTAGS-TREFF

16:00 – 18:00 Uhr
Offenes Angebot
alle 2 Wochen

## Donnerstag

### OFFENES TREFFEN ZUM DEUTSCH SPRECHEN

9:00 - 11:00 Uhr (Fortgeschrittene)
Mit Voranmeldung

### MITTAGESSEN TO GO

14:00 – 16:00 Uhr
Mit Voranmeldung

## Samstag

Zeit für Ihre privaten Feiern und Veranstaltungen. Wenden Sie sich hierfür bitte an das HeideTreff-Team!

## Sonntag

### CAFÉ MUCKEFUCK

Jeden ersten Sonntag im Monat um 15:00 Uhr (aktuelle Infos auch auf nebenan.de)

*Wochenprogramm Stand 1. August 2025*

## Herzlich willkommen!

Unser HeideTreff Nachbarschaftstreff ist offen für alle Nachbar*innen aus der Freimanner Heide.

### Offene Sprechstunde Treffleitung

Dienstag 14:00 - 16:00 Uhr
Freitag 10:00 - 12:00 Uhr

### Sprechzeiten zur Raumvermietung

Dienstag 09:00 - 11:00 Uhr
Donnerstag 12:00 - 14:00 Uhr

## Kommende Veranstaltungen

Aktuelle Infos folgen auf Instagram

- **14. Oktober (Di) // 13:30 - 15:30**
  **Clean-Up Müllsammelaktion für einen sauberen Heidemarkt**
  **JEDER KANN MITMACHEN**
- **21. November (Fr) // 14:00 - 17:00**
  **Lesefest: Es erwartet Sie eine Lesung für Erwachsene**
- **28.- 30. November (Fr-So) // 16 -21**
  **Freimanner Christkindlmarkt**
- **12. Dezember (Fr) // 16 - 18**
  **Freimanner Christkindlmarkt**

KINDER SCHUTZ MÜNCHEN

**FÜR WEITERE INFORMATIONEN UND ANFRAGEN KONTAKTIEREN SIE UNS GERNE**

### KINDERSCHUTZ MÜNCHEN

HeideTreff Nachbarschaftstreff
Karl-Köglspersger-Straße 13
80939 München
T 089 23 17 16 - 7260
F 089 23 17 16 - 7269
nbt@heidetreff.de

Besuch uns auf Instagram!
@heidetreff_nbt

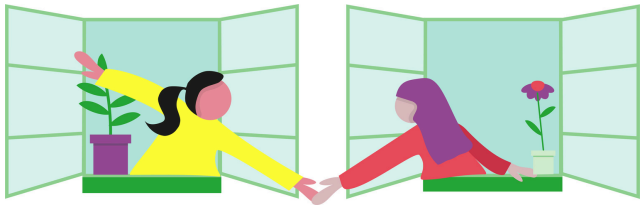
### SPENDENKONTO

Kinderschutz e.V.
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE93 3702 0500 0007 8183 07
BIC: BFSWDE33XXX

gefördert von
Landeshauptstadt München
Sozialreferat

KINDER SCHUTZ MÜNCHEN

# HeideTreff

NACHBARSCHAFTSTREFF

# UNSER WOCHEN-PROGRAMM