



Blickpunkt Auge
Rat und Hilfe bei Sehverlust

Ein Angebot des BBSB e.V.

Blickpunkt Auge-Beratungsstelle
Oberbayern-München
Arnulfstraße 22
80335 München
Tel. 089 55988-111
Fax 089 55988-148
muenchen@bbsb.org
www.bbsb.org

Oktober 2023

BBSB e.V. Blickpunkt Auge · Arnulfstraße 22 · 80335 München

An
alle Mitglieder
der Bezirksgruppe
Oberbayern-München

Rundschreiben 4/2023

Liebe Mitglieder, Förderer und Freunde
der Bezirksgruppe Obb.-München,

in diesem Rundschreiben informieren wir Sie über aktuelle Veranstaltungen.

1. So erreichen Sie uns

Beratungsstelle für Anmeldungen, Anfragen, Terminvereinbarungen für Beratung
sowie Hilfsmittelbestellungen:

Tel.: **089 55988-111, -211, -311**, E-Mail: **muenchen@bbsb.org**

Für einen Besuch in der Beratungsstelle bitten wir vorab um telefonische
Anmeldung.

Das **Info-Telefon** der Beratungsstelle ist rund um die Uhr erreichbar und
informiert über aktuelle Termine. Wählen Sie zur Abfrage **089 55988-112**.

Newsletter der Bezirksgruppe: Die Bezirksgruppe unterhält einen eigenen, in
unregelmäßigen Abständen erscheinenden E-Mail-Newsletter. Wenn Sie über
diesen Weg auf aktuelle Themen aus der Bezirksgruppe informiert werden
möchten, senden Sie uns eine E-Mail an: **muenchen@bbsb.org** mit dem Betreff
„Newsletter der BG München“. Wir nehmen Sie gerne in den Verteiler mit auf.

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE36 3702 0500 0007 8107 00
BIC BFSWDE33XXX

Träger: Bayerischer Blinden- und
Sehbehindertenbund e.V. (BBSB)
St.-Nr. 143/211/00164
Amtsgericht München: VR 3193

2. Besuch Allianz Arena

Waren Sie schon einmal in der Allianz Arena oder in der FC Bayern Erlebniswelt? Ist Ihr letzter Besuch im Wohnzimmer des Rekordmeisters schon etwas länger her? Erleben Sie die Atmosphäre, zusammen mit einem Guide, der modernsten Fußballarena Europas aus der Sicht eines Profifußballers beim Gang durch den Spielertunnel und erfahren Sie spannende Details zur einzigartigen Baukonstruktion. Im Anschluss an die Tour tauchen Sie im FC Bayern Museum in die Welt des aktuellen Deutschen Meisters ein. Begeben Sie sich auf eine geführte Zeitreise von der Gründung im Jahre 1900 bis hin zu den aktuellen Erfolgen. Da der Bereich im Kabinengang aus hygienischen Gründen mit einem Führungsdog nicht betreten werden darf, bitten wir Sie eine Begleitperson mitzubringen. Die Dauer der geführten Touren beträgt ca. 3-3,5 Stunden, der Preis pro Besucher kostet **15 Euro** (die Begleitperson ist frei, sofern Sie das Merkzeichen B im Ausweis haben). Wir treffen uns am **Freitag, 17. November 2023** um **13:15 Uhr** an der Haltestelle der U6 Fröttmaning (Fahrtrichtung vorne) am Bahnsteig. Die Führung beginnt um **14:00 Uhr**. Anmeldeschluss ist der **Freitag, 10. November 2023**. Melden Sie sich bitte hierzu in der Beratungsstelle an.

3. Orientalischer Tanz Essence of Bellydance

orientalischer Tanz für blinde und sehbehinderte Frauen

Essence of Bellydance ist eine Methode des Bauchtanzes, bei der es darauf ankommt, sich von innen zu spüren und wahrzunehmen, es geht um Spaß an der Bewegung zur Musik und dabei, sich selbst sowie den eigenen Körper neu zu entdecken.

Ein weiterer Schwerpunkt bei Essence ist die bildliche Sprache, durch die wir Bewegungen oft besser verstehen können als mit einer rein technischen Anleitung. Wiebke begleitet die Tänzerinnen mit Vorstellungsbildern, um sie in Bewegung zu bringen. Z. B. kann man sich die Wirbelsäule wie eine Perlenkette vorstellen, um mehr Beweglichkeit zu erreichen, die Füße können Wurzeln ausbilden, um einen sicheren Stand zu bekommen. Zusätzliche Möglichkeiten, die Tanztechnik besser zu verstehen, bieten Übungen auf einem Stuhl, an einer Wand, oder auf dem Boden. Falls gewünscht, kann Wiebke auch Impulse durch Anfassen, dem sogenannten „Hands on“, geben.

Getanzt wird in Strümpfen, barfuß oder in Tanzschlappchen, damit wir einen guten Kontakt zum Boden haben. Die Kleidung sollte bequem sein, z. B. Leggings und T-Shirt. Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig.

Weitere Infos unter www.wiebke-tanzt.de

Kursleitung: Wiebke Würdig

Kursgebühr 15 Euro pro Person

Montag, 27. November 2023, 14:00-16:00 Uhr

2/6

4. Weihnachtsfeier

Die vorweihnachtliche Feier in München findet am **Samstag, 2. Dezember 2023** statt. Die Einladung finden Sie am Ende des Rundschreibens.

Für die Mitglieder aus dem Raum Ingolstadt findet die Feier am **Samstag, 9. Dezember 2023** im Gasthof zum Anker in Ingolstadt statt. Beginn ist **11:00 Uhr** Anmeldeschluss ist **Freitag, 24.11.2023** in der Beratungsstelle.

5. Singgruppe

Unsere Stimme haben wir immer dabei. Sonst brauchen Sie nichts als Ihre Stimme und Freude am Singen. Wir möchten Ihnen mit vielen unterschiedlichen Liedern Freude schenken. Denn: Wo man singt, da lass dich nieder.

Die Veranstaltung findet am **Donnerstag, 2. November 2023**, danach 14-tägig von **16:00 bis 17:30 Uhr** in den Räumen des BBSB statt. Anmeldung bis **Montag, 30. Oktober 2023** in der Beratungsstelle.

6. Rund um Wolle

Hiermit darf ich Sie herzlich zu unserem nächsten Handarbeitsnachmittag „Rund um Wolle“ in die Räume im BBSB in München einladen.

Wir haben uns schon ein paarmal getroffen um gemeinsam zu stricken, sticken, häkeln oder zu knüpfen.

Wir, das sind blinde sehbehinderte und sehende handarbeitsbegeisterte Frauen, die gerne gemeinsam am jeweils eigenen „Projekt“ arbeiten. Weil es gemeinsam einfach mehr Spaß macht! Und ein kleiner Handarbeitstipp ist auch gerne ausgetauscht.

Montag, 6. November 2023 von **14:00 bis 16:00 Uhr**

In den Räumen des BBSB, Arnulfstraße 22, 80335 München.

Wenn Sie dabei sein wollen, freue ich mich auf Anmeldungen per Mail an: **lucia.hoffmann@bbsb.org** oder telefonisch in der Bezirksgruppe unter: 089 55988-111 bis **Freitag, 3. November 2023**.

7. Kulturtreff

Ende Juni hat sich in der Bezirksgruppe eine kleine Kulturgruppe gegründet. Wir sind an Kultur interessierte blinde und sehbehinderte Menschen aus München und Umgebung.

Geplant ist, dass sich alle „Kulturfans“ an jedem letzten Mittwoch im Monat um 18:30 Uhr im Gasthaus Harlachinger Gartenstadt treffen. Wir wollen auch gemeinsam etwas unternehmen: Theaterbesuche, Konzerte anhören oder Ausstellungen ansehen. Wir tauschen uns auch über spannende Projekte für

blinde und sehbehinderte Menschen in dem Bereich aus oder erzählen einfach von tollen Events

Wenn auch Sie Lust und Zeit haben dabei zu sein, sind sie herzlich eingeladen.

Wann: **Jeden letzten Mittwoch im Monat ab 18:30 Uhr** Gasthaus Harlachinger Gartenstadt, Naupliastraße 2, 81547 München. (Direkt am U-Bahnhof Mangfallplatz, Linie U1)

Anmeldung bis zwei Tage vor dem Treff per E-Mail an:

lucia.hoffmann@bbsb.org oder telefonisch in der Bezirksgruppe unter: 089 55988-111. Wer das Gasthaus nicht findet, kann gegen 18:15 Uhr an dem Tag unten, hinten am Bahnsteig warten und wir gehen gemeinsam zum Gasthaus.

8. Mehrtagesausflug – fränkische Genuss- und Kulturreise

Mittwoch, 29. Mai bis Sonntag, 2. Juni 2024

Sie erwartet ein vielfältiges Programm. Unser Hauptziel ist die nördlichste Ecke von Baden-Württemberg, die Region Hohenlohe-Franken, immer nur wenige Kilometer entfernt von der bayerischen Grenze.

Wir besuchen einen Ziegenhof und später am Anreisetag wird es noch eine Stadtführung in Würzburg geben. Im Programm findet sich auch noch eine Stadtführung in Rotenburg ob der Tauber. Da Nudeln bekanntlich glücklich machen, besuchen wir die Nudelfabrik Berres. Und wie kann es anders sein, der Genuss von Traubensaft und der Wein kommen in Franken nicht zu kurz. U. a. machen wir eine Fahrt „hoch auf dem gelben Wagen“ durch die Weinberge. Übernachten werden wir in einem Hotel im Kurpark von Bad Mergentheim.

Teilnehmer aus der Ingolstädter Gegend können wir in Ingolstadt zu- und aussteigen lassen. Bitte informieren sie uns bei ihrer Anmeldung, wenn sie dies nutzen wollen. Den genauen Treffpunkt und Uhrzeit teilen wir ihnen dann kurz vor der Reise mit.

Ein ausführliches Programm und den genauen Preis können sie ab Mitte Oktober 2023 in der Beratungsstelle erfahren.

Dort sollte Ihre Anmeldung bis spätestens Freitag, den 26.01.2024 eingehen. Diese Reise wird für alle Bezirksgruppen in Bayern ausgeschrieben. Leider können wir keine Begleitpersonen zur Verfügung stellen und bitten Sie, selbst dafür zu sorgen. Bei Bedarf können wir jedoch über eine Helferkartei eine Begleitung für sie suchen, sprechen sie uns bitte diesbezüglich an.

Wir haben bei dieser Reise für alle eine Reiserücktrittsversicherung abgeschlossen, so dass sie bei einer unerwarteten Erkrankung oder Unfall abgesichert sind.

Anmeldung in der Beratungsstelle Obb.-München Tel. 089 55988-111. Sie erhalten nach der Anmeldung noch ein Anmeldeblatt, das sie uns dann bitte schriftlich ausgefüllt wieder zurückschicken.

9. Spieletreff

Wir starten den nächsten Spieletreff am **Sonntag, 28. Januar 2024**, der Beginn ist um **14:00 Uhr**. **Die Veranstaltung findet in den Räumen des BBSB statt.**

Anmeldung bis **Montag, 22. Januar 2024** an das E-Mail-Postfach: **dinkel-keller-postfach@gmx.de**.

10. Aus der Beratungsstelle

- An folgenden Tagen ist die Beratungsstelle geschlossen:
Donnerstag, 7. Dezember 2023 bis **12:00 Uhr** Betriebsversammlung
Donnerstag, 14. Dezember 2023 ab **12:00 Uhr** betriebliche Weihnachtsfeier
Donnerstag, 21. Dezember 2023 bis **Sonntag, 7. Januar 2024** Betriebsurlaub

- Es grüßt Sie recht herzlich

Stefanie Freitag
Bezirksgruppenleiterin

Einladung zur Weihnachtsfeier der Bezirksgruppe Oberbayern-München

Die Weihnachtsfeier der Bezirksgruppe Obb.-München findet am

Samstag den **02.12.2023**

im **Kolpinghaus „St. Theresia“** (Festsaal im Erdgeschoß), Hanebergstraße 8, Ecke Landshuter Allee statt.

Beginn ist um **10:45 Uhr**, Einlass ist ab **09:30 Uhr**.

Sie und Ihre Begleitperson sind zum Mittagessen und einem Getränk herzlich eingeladen.

Wir freuen uns ein Mitglied des Landesvorstandes begrüßen zu dürfen. Außerdem werden auch diesmal wieder Repräsentanten aus Politik, Kirche, Verwaltung und Behinderteneinrichtungen anwesend sein.

Es werden wieder, wie in jedem Jahr, Geschichten zur „staaden Zeit“ vorgelesen.

Für den musikalischen Rahmen sorgt das Ensemble „Die Zwei Vielsaitigen“.

Bitte melden Sie sich bis spätestens **Freitag, 17.11.2023** in der Beratungsstelle an und teilen Sie uns mit, ob Sie ein Fleisch- oder ein vegetarisches Gericht wünschen.

Sie erreichen das Kolpinghaus mit den Straßenbahnlinien 20 oder 21, Haltestelle Olympiapark West. Oder mit der U-Bahn Linie 1 Richtung „Olympia-Einkaufszentrum“, Haltestelle Gern. An beiden Haltestellen stehen Ihnen ehrenamtliche Helfer der Bezirksgruppe zur Verfügung.

Falls wir Sie bei unserer Feier nicht persönlich treffen, wünschen wir Ihnen schon jetzt eine friedliche Adventszeit, frohe Weihnachtstage und einen guten, gesunden Start ins neue Jahr!

Mit besten Wünschen von allen haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern der Bezirksgruppe Oberbayern-München