

Mehrgenerationenhaus Programm

Januar bis April 2013



Basteln Kontakt MGH - 04163-868492
Kleine Basteleien — Riesen-Spaß! Wir besorgen das Material, Kosten werden geteilt.
Mo 21.01. / 18.02. / 18.03. / 15.04. um 15.00 Uhr

Briefmarkenverein Kontakt Otto Duve - 04163/811777
Der Briefmarkenverein trifft sich zum monatlichen Austausch.
Fr 11.01. / 08.02. / 08.03. / 12.04. um 19.30 Uhr

Café „Zeitlos“ Kontakt Lisa Sitz - 04144-5748
Die Selbsthilfegruppe zu Demenzerkrankung. Hier treffen sich Demente, Angehörige und Interessierte zu Frühstück, Gespräch, Rat und Hilfe. Die Erkrankten werden betreut.
Mo 07.01. / 28.01. / 18.02. / 11.03. / 02.04. / 22.04. um 09.45 Uhr
Tanztee: Sa 02.03. um 15.00 Uhr

Doppelkopfrunde Kontakt Karin Göbel - 04163-8677847
Doppelkopf — das Kartenspiel für schlaue Köpfe. Spielend leicht zu lernen. Einfach mitmachen!
Jeden Mittwoch um 15.30 Uhr

DRK Nachmittags Kontakt Marianne Sosnowski - 04163-2519
Schon Tradition für alle Älteren. Kaffee und Kuchen in großer Runde. Spiele und gemeinsames Singen mit Klavierbegleitung. Organisiert vom DRK.
Jeden Mittwoch 14.30 Uhr

Dynamische Entspannung Kontakt Karin Joneleit - 04163-4646
Bringt Sie der Alltag manchmal aus dem Lot? Die dynamische Entspannung kann Blockaden lösen und die Balance wieder herstellen. Macht auch fröhlich!
Sa 12.01. / 09.02. / 06.04. von 14.30 – 18.00 Uhr

Ehe- u. Lebensberatung Kontakt Sigrid Stöckmann-Basse - 04163-82192
Wer braucht nicht hin- und wieder Hilfe von Außen? Für Paare und Einzelpersonen in Situationen von Krise, Trennung oder Neubeginn. **Termine auf Anmeldung**

Erzählcafé Kontakt MGH - 04163-868492
Viele haben etwas zu erzählen. Andere mögen gern zuhören. Wir sollten uns viel mehr Erzählen, nicht wahr? Erlebtes, Erfahrenes im Austausch, auch zwischen Generationen.
Mo 07.01. / 04.02. / 04.03. um 15.00 Uhr

Familienservice- und Tagespflegeeltern Kontakt 04163-864493
Beratung und Hilfe rund um die Kinderbetreuung, auch Vermittlung qualifizierter Tageseltern.
Dienstag von 9-13 Uhr, Frau Bergmann, FABI

Freiwilligenzentrum Kontakt Petra Pape - 04163/868492
Sprechzeiten: **Dienstag von 09.00 – 12.00 Uhr u. Donnerstags von 09.00 – 14.00 Uhr**

Frühstückbüfett Kontakt MGH - 04163/868492
Morgens schon schlemmen im MGH. Ein leckeres Frühstück ist aufgebaut. Ran ans Büfett!
Jeden Mittwoch um 9.00 Uhr

Gertrudentag MGH in Zusammenarbeit mit der Horneburger Kirche - Kontakt Karin Kühn und Gisela Punke 04163/868492 — Wussten Sie, dass sich in Horneburg Reste der Gertrudenkapelle auf dem alten Friedhof befinden? Nein? — dann merken Sie sich den

So 17.03. Gottesdienst **um 10.30 Uhr**
Ortsführung im Anschluß an den Gottesdienst **um 12.00 und 14.00 Uhr** in Planung
Vortrag im MGH „Die Verzauberung der Gesa“ **um 13.30 und 15.30 Uhr**
Ausstellung im MGH, Ausstellungsmacher Herr Werner ist anwesend
Bücherei: Lesung für Kinder zu Gertrude **von 12 bis 16 Uhr**
Es sind alle Gertruden und Gesas und ... herzlich eingeladen.

Gleichstellungsbeauftragte Kontakt Gisela Punke - 04163-864493
Für Frauen in Not oder Schiefelage. Infos, Beratung zum Thema Gleichstellung.
Kurzfristige Termine, bei Bedarf auch sofort.

Handarbeitsgruppe Kontakt Ingrid Daschkey - 04163-811025
Die Handarbeitsgruppe macht „tolle“ Sachen, ist sehr gesellig bei Kaffee und Kuchen. Natürlich wird dabei gestickt, gestrickt und gehäkelt was das Zeug hält — und geredet.
Jeden Dienstag 14.00 Uhr

Handyhilfe Kontakt MGH - 04163-864493
Probleme mit der Handhabung Ihres Handys? Das kann mehr, als Sie glauben.
Donnerstags 15.00 Bitte vorher anmelden!

Horneburger Jugendchor Kontakt Arpad Thuroczy - 04163-900513
Chor für Jugendliche ab der 5. Klasse. Gesungen wird, was Spaß macht und noch viel mehr!
Jeden Dienstag 17.45 Uhr

Klönsschnack Kontakt Elke Schultz - 04163-3183
Lust auf Plattdeutsch? Een plattdütschen Klönsschnack bi Koffe un Koken mit Elke Schulz! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich — aber Lust auf Platt! Mal n beeten tohörn?
Do 10.01. / 14.02. / 14.03. / 11.04. um 15.00 Uhr

Kultur trifft Bücherei und MGH Kontakt Bücherei 04163-82016 Bitte anmelden!

Fr 01.02. um 19.00 Uhr - Konzert mit Wolfgang Timm
Do 21.02. um 19.00 Uhr Fotovortrag mit Henning Köhlert: eine Frachtschiffreise nach Argentinien
Do 11.04. um 19.30 Uhr - Jan Graf - Lieder und Texte - mit op Plattdütsch
Mi 24.04. um 19.00 Uhr Lesung mit Frau Kludas, Segelschiff Alexander von Humboldt

Kundalini Yoga Kontakt Rasa Ouro-Loga - 04108/4369030
Kundalini Yoga ist dynamisch und meditativ, kräftigend und entspannend, heilend und belebend. Es ist eine große Vielfalt an Möglichkeiten, einen individuellen Schwerpunkt zu finden.
Jeden Freitag um 19.00 Uhr

Lesestart Kontakt Bücherei - 04163-82016
Mit Lesen-Hören ins Leben starten! Vorlesestunde für Babys und Kleinkinder 8 Monate – 3 Jahre
Fr 11.01. / 25.01. / 08.02. / 22.02. / 08.03. / 05.04. / 19.04. von 09.30 – 10.00 Uhr

Mantra Singen Kontakt Dieter Barkow - 040-6906058
Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich für das meditative Singen von Mantras aus den Kulturen der Welt, Indien, Tibet, Hawaii, Nordamerika, Afrika, dem vorderen Orient. Im Mittelpunkt steht das innere Erleben und nicht eine musikalische Leistung.
Do 17.01. / 21.02. / 21.03. / 18.04. um 20.00 Uhr

Methusalem Sprechstunde Stammtisch Literaturkreis Kontakt A. Rehberg 04163-2090
Im Alter sozial aktiv! Senioren helfen Senioren, nachbarschaftlich, hauswirtschaftlich, handwerklich in Haus und Garten, in mobiler Verpflegung und gegenüber Behörden.
Di Skat 08.01. / 22.01. / 05.02. / 19.02. / 05.03. / 19.03. / 02.04. / 16.04. um 16.00 Uhr
Mi Literaturkreis 09.01. / 13.02. / 13.03. / 10.04. um 10.00 Uhr
Mi Stammtisch 23.01. / 20.02. / 13.03. JHV / 24.04. um 19.00 Uhr
Do Treff Wanderung 25.04. um 10.00 Uhr
Sa Sprechstunde 19.01. / 16.02. / 16.03. / 20.04. um 10.00 Uhr
So Brunchen 27.01. / 24.02. / 24.03. um 9.30 Uhr

Mittagessen im MGH Kontakt MGH - 04163-868492
Einmal in der Woche gemeinsam Mittagessen. Ob groß oder klein, jung oder alt, Familien, Werk-tätige, Kinder. Gäste sehr willkommen. Auf Wunsch Kinderessens ab 3 Jahre für 1,50 €
Jeden Donnerstag 12.30 Uhr. Anmeldung bis 9.30 Uhr.

Mittwochstreff Kontakt MGH 04163/868492
Eingeladen ist jede/r, die/der sich in gemütlicher Runde austauschen und/oder Neuigkeiten über die Arbeit im MGH bekannt geben oder erfahren möchte.
Mi 16.01. / 13.02. / 13.03. / 17.04. um 9.30 Uhr

Mobile Fußpflege Kontakt Anja Christoleit - 01792144368
Lassen Sie Hände und Füße verwöhnen. Wellness für Problemfüße: Hühneraugen, Hornhaut, eingewachsene Nägel, Fußbäder und Peeling. Frenchlook für den nächsten Sommer. **Nach Anmeldung**

Mütterberatung bei Ihnen im Ort Kontakt MGH - 04163-868492
Ihr Säugling schreit? Bringen Sie ihn mit. Beratung und Hilfe für Eltern mit Säuglingen bis zum 1. Jahr; individuelle Beratung möglich!
immer Freitags an jedem geraden Kalenderwochentag

Offener Nähstreff Kontakt Kontakt MGH - 04163-868492
Lust mal wieder zu nähen? Wir nähen hier nicht um die Wette. Jeder hilft jedem. Und nichts geht über Selbstgenähtes. Allerdings braucht es eine eigene Nähmaschine.
Di 08.01. / 22.01. / 05.02. / 19.02. / 05.03. / 16.04. 30.04. um 19.00 Uhr

Parkinson Selbsthilfegruppe Kontakt Annelies Burfeind - 04141-69626
Mo 28.01. / 25.02. / 25.03. / 29.04. um 15.00 Uhr

Qualifizierungskurs Kontakt Sylvia Pankop 04141/927713
Der Grundkurs DUO in ehrenamtlicher Seniorenbegleitung richtet sich an Frauen und Männer aller Altersgruppen, die Freude am Umgang mit älteren Menschen haben und sich gern ehrenamtlich engagieren möchten.
Mi 06.03. / 13.03. / 10.04. / 24.04. von 9.00 – 14.15 Uhr

Erste Hilfe Kurs Kontakt Anke Tiemann 04762/8129
Di 16.04. von 10.00 – 17.00 Uhr — Mi 17.04. von 09.00 – 16.00 Uhr

Qi Gong Kontakt Isha Fuchs - 04161/500477
Getragen von der Erde sich aus der Mitte heraus bewegen — die eigenen Wurzeln finden — die federnde Elastizität von Muskeln und Gelenke erfahren — den Energiefluss im Körper schauen.
Jeden Mittwoch um 18.45 Uhr

Rückbildungsgymnastik Kontakt Tanja Homann, Hebamme - 04163-839230
Durch Beckenboden- und allgemeines Training werden schwangerschaftsbedingte Veränderungen zu ihrer normalen Funktion zurückgeführt.
Termine nach Vereinbarung

Schach Kontakt MGH - 04163/868492
Sie spielen gerne Schach oder möchten es lernen? Dann sind Sie willkommen!
Mo 14.01. / 11.02. / 11.03. / 08.04. um 15.00 Uhr

Sticker-tauschbörse Kontakt MGH - 04163-868492
Sticker (z.B. Fußball, Lilli Fee usw.) - unkompliziert tauschen. Ins MGH kommen, sich einen Tauschpartner/in suchen — und los geht es! Getränke und Kuchen! Für Kinder u. Erwachsene.
Do 07.02. / 07.03. / 04.04. um 15.00 Uhr

Storchencafé Kontakt MGH - 04163-868492
Frühstück mit Gesprächen rund um die Schwangerschaft, Geburt und Säuglinge im ersten Lebensjahr. Begleitung durch eine Hebamme oder Kinderkrankenschwester.
Freitags 09.15 Uhr

Stressbalance Kontakt Karin Joneleit - 04163-4646 Einzelberatung Stressbalance **nach Termin**

Tarot Kontakt Constanze Steinfeldt 04163/824252
Blick ins neue Jahr — eine Tarotberatung
Di 08.01. von 15.00 – 17.00 Uhr
Mo 14.01. von 14.00 – 16.00 Uhr
Do 17.01. von 16.30 – 18.30 Uhr

Tauschring Kontakt Laura Steinfeldt - 04163/809117
Leistung gegen Leistung tauschen, ganz ohne Geld. Alle können mitmachen, denn jede und jeder kann etwas, was die anderen nicht können — aber gut gebrauchen können.
Mo 07.01. / 19.02. / 04.03. um 19.00 Uhr

Tea – Time Kontakt MGH - 04163/868492
Bei englischem Gebäck und Tee in gemütlicher Runde englische Konversation üben.
Mo 28.01. / 25.02. / 22.04. um 15.00 Uhr

Tortentag Kontakt MGH - 04163-868492
Die leckersten Torten im MGH gibt es jeden letzten Donnerstag im Monat am Tortentag. Dazu Musik und gute Laune. Einfach mal vorbeischaun!
Do 31.01. / 28.02. / 21.03. / 25.04. um 15.00 Uhr

Trauercafé Kontakt Dorle Buck - 04163-6304
Viele Menschen kennen den Wunsch, sich mit Menschen, die ein ähnliches Schicksal hatten, auszutauschen. Die Gespräche im Trauercafé werden als entlastend und hilfreich empfunden.
Di 15.01. / 29.01. / 12.02. / 26.02. / 12.03. / 09.04. / 23.04. um 15.00 Uhr

Türkisch lernen Kontakt Sayime Öztürk - 04163/865136
Hier wird Ihnen die türkische Sprache näher gebracht!
Di 08.01. / 22.01. / 05.02. / 19.02. / 05.03. / 19.03. / 02.04. / 16.04. / 30.04. um 09.00 Uhr

Vegetarischer Kochkurs Kontakt Kirsten Jacobi - 04141/609626
Optimale Säuren — Basen — Balance / Köstliche Saucen ohne Fleisch / Mehr — Gänge — Menüs Die Wichtigkeit der basischen Ernährung für Ihre Gesundheit.
Mo 25.02. / 11.03. / 25.03. / 08.04. / 22.04. um 18.30 Uhr

Vorlesestunde Kontakt Bücherei - 04163-82016
Jeden Freitag gibt es in der Bücherei eine Vorlesestunde, Bilderbuchkino oder Kaspertheater für die „Kleinen“. Die „Großen“ können derweil im MGH Kaffee trinken und Waffeln schlecken.
Das **Bilderbuchkino** hat die Termine: 18.01. / 15.02. / 08.03. / 12.04. **um 15.15 Uhr**
Das **Kaspertheater** hat den Termin: 26.04. **um 15.15 Uhr**

Wendo Kurs Kontakt MGH - 04163-868492
Selbstbehauptung und Sozialkompetenz mit Juliane Kiss
Fr. 25.01. von 16.30 – 20.00 Uhr + Sa. 26.01. von 09.00 – 17.00 Uhr
Aufbauseminar am **Fr 12.04. von 16.30 – 20.00 Uhr + Sa 13.04. von 09.00 – 17.00 Uhr**

Yoga Kontakt Isha Fuchs - 04161-500477
Das Yoga ist eine ganz eigene Form der Entspannung und Selbstwahrnehmung des Körpers. Lernen Sie es kennen, ob es Ihre Form der Balance ist.
Jeden Dienstag 08.30 Uhr

Was ist los im MGH? Der SG-Bürgermeister Gerhard Frölian (rechts) spielt auf beim Tortentag zu Tanz im Café Zeitlos gemeinsam mit dem Akkordeon-Orchester.

Und hier? Hier wird gegessen und gekocht. Es ist Donnerstag, das Mittagessen für Jedermann und Jedefrau im MGH. Einfach mal vorbeischaun und Mitessen.



WE WANT YOU!

Das MGH sucht Köchinnen und Köche für das Mittagessen jeden Donnerstag. Kochen Sie gerne? Wer traut sich? Wer hat Lust, 1 x im MGH für Mittagsgäste zu kochen??



Generationenwechsel in der Logopädie

Seit 2006 bietet das LogoTeam der Logopädischen Praxis am Elbe Klinikum Stade Therapien für große und kleine Patienten aus der Samtgemeinde Horneburg in seiner Geschäftsstelle im Mehrgenerationenhaus an.

Nun tritt nach über 20 Jahren Jan-Ole Reymann als Inhaber zurück und gibt den Staffelstab an seine Nachfolger Marita Moje und Ralf Schmidt-Buchholz weiter.

Das bewährte Praxisteam steht weiterhin den Samtgemeindebürgern, und darüber hinaus auch Patienten aus den umliegenden Ortschaften, für sprachtherapeutische Leistungen zur Verfügung. **Kontakt: 04141/981201**

Sprech-, Sprach- und Stimmtherapie, Lerntherapie

Anmeldung unter: 04141-981201

L Marita Moje und
O Ralf Schmidt-Buchholz

G O TEAM
STADER LAND

LOGOPÄDIE
im Mehrgenerationenhaus

Silke Fasold



Blütenzauber

Lange Straße 3
21640 Horneburg

Telefon 04163
8655070



... zaubert Leben in die Lange Straße

**HORNEBURGER
BÜCHERSTUBE**

Im Großen Sande 11-21640 Horneburg
Tel. 04163 - 811341
hornebuch@online.de
www.hornebuch.de

Bücher Bücher Bücher

Holen Sie sich den Stoff vor Ort - Ihr Buchladen in Horneburg

Änderungsschneiderei

Lange Str. 29 · Horneburg



Yasemin Söğüt

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 08.30 - 12.30 Uhr
14.00 - 18.30 Uhr
Sa: 08.30 - 13.00 Uhr

04163-812255



- in Ihrer Nähe
- vertraut • anerkannt

Wir pflegen Sie zu Hause –
Willkommen daheim!!

pflege daheim
Ambulante
Dienste
04163 - 811481



Alles aus
einer Hand!

**koch's
sonity-shop**
Sanitätshaus

Im Kleinen Sande 5 · 21640 Horneburg · Tel. (0 41 63) 81 57 0
Toll-Shop (0 41 63) 81 15 01 · falken-horneburg@t-online.de

Jückmann
BESTATTUNGEN

Altländer Straße 14 · 21739 Dollern

Unverbindliche Beratung zur Bestattungsvorsorge

Inh. H. Stelzer

Telefon
04163 / 2478



Feuer-
Erd-
See-
Anonym-
Bestattungen

Damit Sie
nicht ans
Eingemachte
müssen!

fair versichert
VGH



Neu: VGH PflegeFlex mit
Soforthilfe im Pflegefall.

VGH Vertretung Thorsten Söhl

Im Großen Sande 9 · 21640 Horneburg
Tel. 04163 2444 · Fax 04163 4888
thorsten.soehl@vgh.de

Finanzgruppe

Mehrgenerationenhaus Lange Straße 38 & 21640 Horneburg Bücherei

Tel. 04163 - 868492

E-Mail: mgh@horneburg.de

Leitung u. Gleichstellungsbeauftragte: Gisela Punke

E-Mail: punke@horneburg.de

Büroorganisation u. Verwaltung: Dorle Buck

Organisation des Offenen Bereichs: Petra Pape

Leitung SG-Bücherei: Annette Kokott

Mitarbeiterin: Silke Joneleit

Tel. Bücherei 04163 - 82016

Bestandskatalog im Internet:

www.buecherei.horneburg.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag von 9.00 – 12.00 Uhr / Nachmittags ab 15.00 Uhr

Donnerstag haben wir über Mittag geöffnet (Mittagessen!)

Wir schließen zwischen 17.00 und 18.00 Uhr, je nach Bedarf

Mittwoch Nachmittag steht der Cafébereich dem DRK zur Verfügung.

Osterferien machen wir vom 25. März bis zum 02. April 2013

Am Mittwoch, d. 03. April 2013 sind wir wieder für Sie da!