

Mehrgenerationenhaus Programm

Januar bis April 2014

Basteln Kontakt MGH · 04163-868492
Kleine Basteleien — Riesen-Spaß! Wir besorgen das Material, Kosten werden geteilt.
Mo 20.01. / 17.02. / 17.03. um 15.00 Uhr

Beratung Kontakt MGH 04163/868492
Sie möchten zurück in den Beruf und haben Fragen? Sie wollen Familie und Wiedereinstieg miteinander vereinbaren? Sie möchten mehr über Ihre beruflichen Möglichkeiten erfahren? Sie benötigen aktuelles Info-Material?
Fr 07.02. / 07.03. / 04.04. um 09.30 Uhr

Briefmarkenverein Kontakt Otto Duve · 04163/811777
Der Briefmarkenverein trifft sich zum monatlichen Austausch.
Fr 10.01. / 07.02. / 07.03. / 11.04. um 19.30 Uhr

Cafe „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 20.01. / 10.02. / 03.03. / 24.03. / 14.04. um 09.45 Uhr

Tanztee Sa 22.02. um 15.00 Uhr

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

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

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 06.01. / 03.02. / 03.03. / 07.04. um 15.00 Uhr

Familienservicebüro Kontakt Astrid Bergmann 0151-51733043
Zentrale Anlaufstelle für Eltern zur Beratung und Hilfe rund um die Kinderbetreuung, auch Vermittlung qualifizierter Tageseltern.
Dienstags von 9-12 Uhr jeweils am 1. + 2. + 4. + 5. Dienstag im Monat

Freiwilligenzentrum Kontakt Petra Pape — 04163/868492
Informationen, Beratung, Vermittlung und Betreuung für Ehrenamtliche und für Vereine, Verbände und Organisationen
Sprechzeiten: Montag-Freitag von 09.00 — 12.00 Uhr und Donnerstags von 12.00 — 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

Geburtsvorbereitung Kontakt Ann-Katrin Neumann Hebamme 015146631147
Ab Januar 2014 finden wieder regelmäßige Kurse statt.
Dienstags ab 19.00 Uhr

Gedächtnistraining Kontakt Beate Thiemann-Spey 04142/4528
Wo ist denn bloß wieder der Schlüssel? Wenn es bei Ihnen mitunter mal, „klemmt“, Sie nach einem bestimmten Namen zu einem Gesicht suchen oder Sie sich fragen, wo Sie mal wieder den Schlüssel gelassen haben — dann ist es Zeit für ganzheitliches Gedächtnistraining. Mit viel Spaß und vielfältigen Methoden erlernen Sie unterhaltsame Übungen zu Merkfähigkeit und Konzentration, zur Wortfindung, Kreativität und Phantasie. Leichte Bewegungs- und Entspannungsübungen lockern zudem Körper und Geist.
Do 09.01. / 16.01. / 23.01. / 30.01. / 06.02. / 13.02. / 20.02. / 27.02. / 06.03. / 13.03. / 20.03. / 27.03. um 15.00 Uhr

Gleichstellungsbeauftragte Kontakt Gisela Punke · 04163-868492
Für Frauen in Not oder Schieflage, Infos, Beratung zum Thema Gleichstellung.
Auch 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 · 04163-868492
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 18.00 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 09.01. / 13.02. / 13.03. / 10.04. um 15.00 Uhr

Kochkurs Kontakt FABI — 04141-921731
Abenteuer Küche — Kochkurs für Kinder ab 6 Jahre. Wir kochen ein leckeres Mittagessen mit Vorspeise, Hauptgericht und Nachtisch, das wir in fröhlicher Runde gemeinsam verzehren werden. Vielleicht könnt ihr dieses 3-Gänge-Menü ja später zu Hause für Eure Familie nachkochen. Bitte Dosen für ev. Reste mitbringen.
Sa 15.03. / 22.03. / 29.03. von 10.30 Uhr — 13.30 Uhr

Kultur trifft Bücherei und MGH Kontakt Bücherei 04163-82016 Bitte anmelden!
Fr 14.02. 19.30 Uhr Valentinstag

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 10.01. / 24.01. / 07.02. / 21.02. / 07.03. / 21.03. / 04.04. 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 16.01. / 20.02. / 20.03. / 17.04. 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 07.01. / 21.01. / 04.02. / 18.02. / 04.03. / 18.03. / 01.04. / 15.04. um 15.00 Uhr

Mi Literaturkreis 08.01. / 12.02. / 12.03. / 09.04. um 10.00 Uhr

Mi Stammtisch 22.01. / 19.02. / 19.03. / 23.04. um 19.00 Uhr

Do Treff Wanderung 24.04. um 10.00 Uhr

Sa Sprechstunde 18.01. / 15.02. / 15.03. / 19.04. um 10.00 Uhr

So Brunchen 26.01. / 23.02. / 23.03. um 09.30 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
Einladungen ist jede/r, die/der sich in gemütlicher Runde austauschen und/oder Neuigkeiten über die Arbeit im MGH bekannt geben oder erfahren möchte.
Mi 19.02. 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 nähern hier nicht um die Wette. Jeder hilft jedem. Und nichts geht über Selbstgenähtes. Allerdings braucht es eine eigene Nähmaschine.
Di 14.01. / 28.01. / 11.02. / 25.02. / 11.03. / 25.03. um 19.00 Uhr

Parkinson Selbsthilfegruppe Kontakt Karin Streitz 04141/64766
Mo 27.01. / 24.02. / 31.03. / 28.04. um 15.00 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 Gelenken erfahren — den Energiefluss im Körper schauen.
Jeden Mittwoch um 18.45 Uhr

Rückbildungsgymnastik Kontakt Ann-Katrin Neumann Hebamme 015146631147
Durch Beckenboden-, und allgemeines Training werden schwangerschaftsbedingte Veränderungen zu ihrer normalen Funktion zurückgeführt. Mit Kind
Di 18.03. / 25.03. / 01.04. / 08.04. / 15.04. / 22.04. / 29.04. um 10.00 Uhr

Schach Kontakt MGH 04163/868492
Sie spielen gerne Schach oder möchten es lernen? Dann sind Sie willkommen!
Mo 13.01. / 10.02. / 10.03. um 15.00 Uhr

Spiritualität trifft MGH Kontakt Constanze Steinfeldt — 04163/824252
Tarot „Blick ins neue Jahr“
Mo 06.01. von 14.00 — 16.00 Uhr
Fr 10.01. von 15.00 — 17.00 Uhr
Do 16.01. von 15.00 — 17.00 Uhr

Stickertauschbörse 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 06.02. / 06.03. / 03.04. 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 für Stressbalance nach Termin

Tauschring Kontakt Constanze Steinfeldt 04163-824252
Hier kommen Menschen zusammen, die sich gegenseitig das Leben leichter machen wollen! Wir „tauschen“ Leistung gegen Leistung, ohne Geld, ganz gleichwertig nach Zeitaufwand.
Mo 06.01. / 03.02. / 03.03. / 07.04. um 19.00 Uhr

Tea — Time Kontakt MGH 04163/868492
Bei englischem Gebäck und Tee in gemütlicher Runde englische Konversation üben.
Mo 27.01. / 24.02. / 24.03. / 28.04. 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 30.01. / 27.02. / 27.03. / 24.04. 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 14.01. / 28.01. / 11.02. / 25.02. / 11.03. / 25.03. / 08.04. um 15.00 Uhr

Türkisch lernen Kontakt Sayime Öztürk 04163/865136
Hier wird Ihnen die türkische Sprache näher gebracht!
Di 07.01. / 21.01. / 04.02. / 18.02. / 04.03. / 18.03. / 01.04. / 15.04. / 29.04. um 09.30 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. In den Ferien findet die Vorlesestunde NICHT statt.
Das Bilderbuchkino hat die Termine 21.02. / 21.03. / 25.04. um 15.15 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



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??



Kursteilnehmer des »Grundkurs DUO« in ehrenamtlicher Seniorenbegleitung.
Der Kurs richtete sich an Frauen und Männer aller Altersgruppen, die Freude am Umgang mit älteren Menschen haben und sich gern ehrenamtlich engagieren. Ehrenamtliche Seniorenbegleiter/innen können helfen Einsamkeit vorzubeugen und ältere Menschen unterstützen, ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Er oder sie nimmt sich Zeit zum Reden, Karten spielen, für gemeinsame Unternehmungen oder kleine Hilfen im Haushalt.

AUTOHAUS KLEBS
0 41 63 / 80 90 90

Das ... machen wir für alle Marken

**Unfallinstandsetzung
Glasschäden
Elektro / Elektronikschäden
Sämtliche Reparaturen
Hol- und Bringservice
Werkstatt-Ersatzwagen
Reifenservice mit Einlagerung
Express-Service
Täglich TÜV+AU**

**24 Std. Not- u. Abschleppdienst
0173 / 60 44 373**

**Meisterbetrieb Andreas Klebs
21640 Horneburg · Krummes Moor 1**

Jückmann
BESTATTUNGEN
Altländer Straße 14 · 21739 Dollern

Inh. H. Stelzer
Telefon 04163 / 2478

Unverbindliche Beratung zur Bestattungsvorsorge

Feuer-
Erd-
See-
Anonym-
Bestattungen

falken-apotheke
horneburg

Alles aus einer Hand!

koeh's
sanität-shop
Sanitätshaus

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

seit 1882
WEDEL

Carsten Wedel
Uhrmachermeister
& Juwelier

Lange Straße 26
21640 Horneburg
04163 / 2352

● Schmuck ● Uhren ● Bestecke ● **Wir kaufen Gold!**

**Wir pflegen Sie zu Hause –
Willkommen daheim!!**

pflege daheim
Ambulante
Dienste
04163 - 811481

• in Ihrer Nähe
• vertraut • anerkannt

Sicherheit für jedes Zuhause.

fair versichert
VGH

Das Schutzkonzept für Eigentümer und Mieter.

**VGH Vertretung
Thorsten Söhl**

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

**Finanzgruppe
Sparkasse
VGH
LBS
DekaBank**

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
Internet: www.mgh-horneburg.de

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 14. bis 22. April 2014
Am Mittwoch, d. 23. April 2014 sind wir wieder für Sie da!