

Mehrgenerationenhaus Programm Mai — August 2018



Alternative Kinderbetreuung Kontakt Katja Elger 04163-8299722
Tagesmütter aus der Samtgemeinde Horneburg stellen sich vor als alternative, familiäre Betreuung zur Kindertagesstätte. Frühstück mit Gesprächen rund um die Kindertagespflege.

1. Montag im Monat von 9.00 – 11.00 Uhr

Babymassage Kontakt Christiane Friedrichs, Hebamme 0176-24750925
Einfühlsam, liebevoll und mit weichen Händen ihr Kind verwöhnen und damit die Wahrnehmung des Babys für sich selbst stärken. www.frischgeschluepft.de

Donnerstags um 09.00 Uhr Termine auf Anfrage!

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 04.05./01.06./06.07./03.08. um 09.30 Uhr

Briefmarkenverein Kontakt Otto Duve 04163-811777

Der Briefmarkenverein trifft sich zum monatlichen Austausch.

Fr 11.05./08.06./10.08. um 19.30 Uhr

Cafe „Zeitlos“ Kontakt Lisa Sitz - 04144-5748

Die Selbsthilfegruppe zur Demenzerkrankung. Hier treffen sich Demente, Angehörige und Interessierte zu Frühstück, Gespräch, Rat und Hilfe. Die Erkrankten werden betreut.

Mo 14.05./25.06./16.07./06.08./27.08. um 09.45 Uhr

DELFI Kontakt FABI Stade 04141-797570

DELFI-Kurse bieten für Eltern und ihre Babys ab der 6. Lebenswoche Spiel, Spaß und Entwicklungsanregungen.

Mittwochs um 09.15 Uhr, Termine auf Anfrage!

Deutsch-u. Integrationskurs für Frauen Kontakt Sybille von Düring 0170-2426477

Erste Schritte in Deutsch für den täglichen Bedarf

Mo Di Do von 09.30 – 11.30 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 Alteren. Kaffee und Kuchen in großer Runde. Spiele und gemeinsames Singen mit Klavierbegleitung. Organisiert vom DRK.

Jeden Mittwoch um 14.30 Uhr

Familien erleben zusammen Sprache Kontakt Fabi 04141-797570

Fez5 ist eine Eltern-Kind-Gruppe in der Familien gemeinsam spielen, basteln, singen, neue Kontakte knüpfen und dabei eine Menge Spaß haben können.

Jeden Montag von 15.00 – 17.00 Uhr

Familienservicebüro Kontakt Astrid Bergmann 0151-51733043

Zentrale Anlaufstelle für Eltern zur Beratung und Hilfe rund um die Kinderbetreuung, auch Vermittlung qualifizierter Tageseltern.

1., 2. und 4. Freitag im Monat von 09.00 – 12.30 Uhr

Freiwilligenzentrum Kontakt Louisa Hielscher 04163-8288920

Informationen, Beratung, Vermittlung und Betreuung für Ehrenamtliche und für Vereine, Verbände und Organisationen

Sprechzeiten: Donnerstags von 09.00 – 16.00 Uhr

Frühstücken Kontakt MGH 04163-868492

Täglich von 09.00 – 11.30 Uhr bieten wir leckere Frühstücksteller an. Bei mehr als drei Personen bitte vorher anmelden! Frühstücksbuffet auf Bestellung.

Fußpflege Kontakt Anja Christoleit 0160-5893768

Lassen Sie Hände und Füße verwöhnen. Wellness für Problemfüße: Hühneraugen, Hornhaut, eingewachsene Nägel, Fußbäder und Peeling. Frenchlook für den nächsten Sommer. Bei Bedarf auch Hausbesuche. **Nach Anmeldung**

Geburtsvorbereitung Kontakt Christiane Friedrichs, Hebamme, 0176-24750925

Vorbereitung auf die Geburt für Frauen und Paare. Weitere Themen: Schmerzverarbeitung, Atem-Entspannungs-Übungen, der Geburtsverlauf, Stillen, Säuglingspflege und die körperlichen und seelischen Veränderungen während der gesamten Zeit. www.frischgeschluepft.de

Donnerstags um 18.00 Uhr Termine auf Anfrage!

Gleichstellungsbeauftragte Kontakt Daniela Subei - 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 gestrickt, 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!

Hypnose Kontakt Dana Niemann 04774-3619092

Mit Hilfe von Hypnose ist es möglich, schneller Schmerzlinderung, Schlaf, Ruhe und Angstfreiheit zu erzielen.

Fr 31.08. um 19.30 Uhr

Internationaler Treff Kontakt MGH 04163/868492

Bei Kaffee und Tee wollen wir ein Miteinander aller Kulturen ermöglichen, Interessen und Informationen austauschen, uns gegenseitig Hilfestellung geben und uns besser kennenlernen, sodass ein gemeinsames Miteinander wachsen kann.

Do 03.05./07.06./02.08. von 15.00 – 17.00 Uhr

Klavier- und Keyboardunterricht Kontakt Carmen Grunenberg 04164-3193

Es wird Unterricht für Klavier- und Keyboard angeboten, bei Bedarf auch Flötenunterricht.

Jeden Di ab 15.00 Uhr / Jeden Do ab 15.00 Uhr

Klönsschnack Kontakt Elke Schultz - 04163-3183

Lust auf Plattdeutsch? Een plattdöitschen Klönsschnack bi Koffe un Koken mit Elke Schultz! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - aber Lust auf Platt! Mal n beeten tohörn?

Do 14.06./09.08. um 15.00 Uhr

Kochen mit Senioren Kontakt Martina Sellmer 04163-8391284

Essen, Genießen und gemeinsamer Austausch als Event.

Sa 12.05./16.06./11.08. um 10.00 Uhr

Kochkurse Kontakt Fabi 04141-797570

Ayurvedische Sommerküche

Sa 09.06. von 11.30 Uhr – 15.15 Uhr

Kultur trifft Bücherei und MGH Kontakt Bücherei 04163-82016

Fr 25.05. um 19.00 Uhr Eine musikalische Zeitreise mit „Ladies First“.

Kartenverkauf: 4 Wochen vor der Veranstaltung in der Bücherei oder im MGH

Kunst & Kulturkreis Kontakt Karin Haenlein 040-3192629

Wollen Sie Kunst & Kultur gemeinsam erleben? Dann kontaktieren Sie uns und nehmen gern an einem unserer nächsten Arbeitstreffen teil.

Mo 20.08. um 18.30 Uhr

Lesegeflüster Kontakt Christine Bartels 04163-2394

Das Lesegeflüster macht Sommerpause!

Lese- u. Rechtschreibfähigkeiten – Beratung Kontakt 0151-72013229 oder 04141-62048

Christin Garrn-Eckhoff bietet Hilfe zur Selbsthilfe wenn fehlende Lese- u. Schreibfähigkeiten den Alltag erschweren.

Do 24.05./07.06./21.06./05.07./02.08./16.08./30.08. von 10.00 – 11.00 Uhr offene Sprechstunde

Lesestart Kontakt Bücherei - 04163-82016

Mit Lesen-Hören ins Leben starten! Vorlesestunde für Babys und Kleinkinder 8 Monate – 3 Jahre

Fr 04.05./18.05./01.06./15.06./10.08./24.08. von 09.30 – 10.00 Uhr

Mama - Fitness mit Baby Kontakt Melinda Beck 0151-57518105

Du bist Mama und möchtest (wieder) sportlich aktiv werden? MamFit ist nach erfolgter Rückbildung ein effektives und vielseitiges Ganzkörpertraining unter Rücksichtnahme Deiner speziellen körperlichen Verfassung.

Mi von 10.30 - 11.30 Uhr Termine auf Anfrage!

Meditatives Singen Kontakt Dieter Barkow 040-6906058

Eintauchen in den Klang der Töne und Stimmen. Wir singen einfache Lieder und Mantras aus den verschiedenen Kulturen der Welt (u. a. Hawaii, Afrika, Indien, Tibet). Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – schaden aber auch nicht unbedingt.

Do 21.06. um 19.30 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.

Skat **Di 15.05./29.05./12.06./26.06./10.07./24.07./07.08./21.08. um 15.00 Uhr**

Literaturkreis **Mi 09.05./13.06./11.07./08.08. um 10.00 Uhr**

Stammtisch **Mi 23.05./20.06./25.07./22.08. um 10.00 Uhr**

Treff Exkursion **Do 24.05./28.06./26.07./23.08. um 10.00 Uhr**

Sprechstunde **Sa 19.05./16.06./21.07./18.08. um 10.00 Uhr**

MINT Projekt Kontakt MGH 04163-868492

Bei dem MINT Projekt steht das Heranführen von Kindern und Jugendlichen an Themen aus Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik im Vordergrund.

Donnerstags von 16.00 – 17.30 Uhr Termine auf Anfrage

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 Kinderessen ab 3 Jahre für 1,50

Jeden Donnerstag 12.30 Uhr. Anmeldung erforderlich.

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!

Freitags an jedem geraden Kalenderwochentag

Nähkurs Kontakt Sabine Gindl-Groening 04163-805619

Wir nähren in gemütlicher Runde an der eigenen Nähmaschine von Deko bis zum Ballkleid alles, was das Herz begehrt

Di 08.05./15.05./29.05./05.06./12.06./19.06./26.06. um 19.30 Uhr

Nähkurs für Kinder Kontakt Sabine Gindl-Groening 04163-805619

Wir nähren an der eigenen Nähmaschine, vom Entwurf bis zum fertigen Stück, z. B. Kuschteltiere, Röcke, Freizeitthosen oder Sweatshirts.

Fr 18.05./25.05./01.06./08.06. um 15.30 Uhr

Nähtreff Kontakt Michaela Sommer 0162-6981408

Lust mal wieder zu nähren? Wir nähren hier nicht um die Wette. Jeder hilft jedem. Und nichts geht über Selbstgenähtes. Allerdings braucht es eine eigene Nähmaschine.

Di um 19.00 Uhr Termine nach Absprache!

Pflegeberatung Kontakt Sigrid Prigge 0151-18152689

Das Thema Pflege beschäftigt viele Familien. Sie erhalten umfassende Beratung, ehrenamtlich u. vertraulich.

Mo 07.05./04.06./02.07./06.08. um 10.00 Uhr

PC Hilfe Kontakt MGH 04163-868492

Hilfe für Senioren, die das Internet erlernen wollen!

Jeden Dienstag von 10.00 -12.00 Uhr

Pilates Kontakt Mandy Graveland 04163-824999 graveland@ewe.net

Körpertraining zur Kräftigung der Bauch- u. Rückenmuskulatur und Aktivierung der wichtigen Tiefenmuskulatur

Jeden Montag von 18.00 – 19.00 Uhr

Rockende Senioren Kontakt Peter Runck 04149-9338674

Wir sind – (gemessen am Gründungsdatum) – noch ein sehr „junger“ Chor und suchen stets Senioren im Alter von 60 – 90 Jahren, die einfach Spaß am Singen haben oder ein Instrument spielen. Noten – und Englischkenntnisse sind nicht erforderlich.

Jeden Montag um 18.00 Uhr

Rückbildungsgymnastik Kontakt Christiane Friedrichs, Hebamme 0176-24750925

Nach der Geburt mit aktiver Unterstützung und körperlichen Übungen ihren „neuen“ Körper zu formen, zu festigen und zu seiner normalen Funktion zurückzuführen.

Donnerstag um 10.15 Uhr Termine auf Anfrage! www.frischgeschluepft.de

Seelenreisen Kontakt Dana Niemann 04774-3619092 www.energetische-heilerin.de

Ein Abend voller Überraschungen. Wir machen zusammen Traum- und Trommelreisen, Energien werden übertragen und Blockaden werden gelöst. Du kannst dir deinen inneren Garten „Tiki“ anschauen. Oft erlebt man eine große Überraschung, wenn man sieht, wie das Innere leben aussieht.

Fr 25.05./29.06./13.07./24.08. um 19.00 Uhr

Selbsthilfegruppe Parkinson Kontakt Karl-Heinz Szidat 04146-363

Hier finden Angehörige von an Parkinson Erkrankte Unterstützung.

Mo 07.05./04.06./02.07./06.08. 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 ab 09.15 Uhr

Kaminabend von und mit »Ladies first«

25.05.2018 im MGH in Horneburg 19.00 Uhr

Mit dem Ensemble „Ladies First“, erwartet Sie eine heitere, besinnliche, verrückte, musikalische Unterhaltung mit Liedern der 20iger Jahre bis hin zu Popschnulzen. Dazu ein bisschen Swing und ein Hauch von Klassik. Lassen Sie sich überraschen von mehrstimmigen Harmonien, Dissonanzen und kurzweiligen Interpretationen. Ladies First- Das ist musikalische Frauenpower. — Das Vokal-Trio mit den unverwechselbaren Stimmen von Dörte Hoffmann, Ute Düwer und Uschi Terne, virtuos begleitet von Wiebke Corleis am Klavier.

Info-Steie, Fenster zur Region, zur Welt

Auf dem neuen Platz „Am Burgmannshof“ vor dem Mehrgenerationenhaus steht ein neues Medium, eine öffentliche Info-Steie mit Zugang zu den Seiten der Samtgemeinde, der Urlaubsregion Horneburg / Altes Land, dem Stader Tageblatt und den Seiten des Mehrgenerationenhauses. Eine feine Sache!



Die Steie ist für alle Interessierten und Besucherinnen Horneburgs eine schöne, gute informative Plattform zur Orientierung, Erkundung von Sehenswertem, Veranstaltungen, Unterkünften, Politik, Nützliches und über Tageblatt – ein Sponsor dieser Info-Steie – auch mit einem Blick in die Welt. Eine Bereicherung für Alle, die Lust auf Informationen in virtueller Form haben! Schönes Horneburg, eingebettet in eine historisch und kulturell reiche Landschaft.

seit 1882
WEDEL
Carsten Wedel
Uhrmachermeister
& Juwelier
Lange Straße 26
21640 Horneburg
04163 / 2352

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

Vorsorge ist ~~Männerarbeit~~
mein Ding

VGH Vertretung
Thorsten Sohl e. K.
Im Großen Sande 9
21640 Horneburg
Tel. 04163 2444 Fax 04163 4888
www.vgh.de/thorsten.sohl
soehl@vgh.de

fair versichert
VGH
Finanzgruppe

Vordamm 7 · 21640 Horneburg · Tel. 04163-4080 · Fax 04163-3923

Physio-Team
Reinhild Marzahn

Behandlung nach Bobath (Kinder und Erwachsene) · Brügger · Cyriax · FBL · Schroth · Dorn
Craniosacrale Techniken · Sportphysiotherapie · Lymphdrainage · Massage · Naturmoor · Eis

falken-apotheken
borneburg
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

Alles aus einer Hand!
koch's
sanity-shop
Sanitätshaus

in Ihrer Nähe
vertraut · anerkannt

Wir pflegen Sie zu Hause –
Willkommen daheim!!

pflege daheim
Arbeitsdienst
04163 - 811481

Tauschring Kontakt Heike Menzel 04163-6324

Hier kommen Menschen zusammen, die sich gegenseitig das Leben leichter machen wollen! Wir „tauschen“ Leistung gegen Leistung, ohne Geld, ganz gleichwertig nach Zeitaufwand.

Mo 07.05./04.06./02.07./06.08. um 18.30 Uhr

Tea – Time Kontakt MGH 04163-868492

Bei englischem Gebäck und Tee in gemütlicher Runde englische Konversation üben.

Mo 28.05./25.06./27.08. um 15.00 Uhr

Terre des hommes Kontakt Reinhild Marzahn 04163-4080

Gedankenaustausch und Planung von Aktivitäten.

Do 24.05./28.06./26.07./23.08. um 19.30 Uhr

Thementag „Horneburg blüht auf!“ Kontakt MGH 04163-868492

Ein Tag rund um das aktuelle Thema in unserer Samtgemeinde Horneburg. Mehr dazu auf der Umseite.

Di 07.08. von 10.00 – ca. 17.00 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 31.05./28.06./30.08. 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 15.05./29.05./26.06./07.08./21.08. um 15.00 Uhr

Treffen der Ehrenamtlichen Kontakt Sybille von Düring 0170-2426477

Austausch der ehrenamtlichen Helferinnen in der Betreuung geflüchteter Menschen.

Di 22.05./19.06./14.08. 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 schlucken.

Das Bilderbuchkino hat die Termine 04.05./08.06. um 15.15 Uhr

Wen-Do Seminar Kontakt Daniela Subei 04163-868492

Dieses 2-Tage-Seminar vermittelt Ihnen Sicherheit im Umgang mit schwierigen und auch stressbesetzten Situationen. Noch Plätze frei; Anmeldungen: subei@horneburg.de