

Mehrgenerationenhaus Programm Jan. — April 2019

Alternative Kinderbetreuung Kontakt Katja Elger 04163-8299722
Tagesmütter aus der Saemtgemeinde Horneburg stellen sich vor als alternative, familiäre Betreuung zur Kindertagesstätte. Frühstück mit Gesprächen rund um die Kindertagespflege.
Immer am 1. Montag im Monat von 09.00 – 11.00 Uhr In der Ferienzeit finden keine Treffen statt

Ausbildung zum Runenvitki (Runenkundigen) Kontakt Constanze Steinfeldt 04163-824252
An diesem Wochenende erlernen Sie die Grundlagen für das Runenwissen: die Bedeutung, Magie Orakel und Heilung. Basis-Modul:
Fr 15.02. von 18.00 – 21.00 Uhr // Sa 16.02. von 10.00 – 18.00 Uhr // So 17.02. von 10.00 – 13.00 Uhr
Fr 12.04. von 18.00 – 21.00 Uhr // Sa 13.04. von 10.00 – 18.00 Uhr // So 14.04. von 10.00 – 13.00 Uhr

Autogenes Training Kontakt Karin Joneleit 04163-4646
Das Autogene Training ist eine Methode der selbsterzeugten Tiefenentspannung und wirkt sich positiv auf unsere körperliche und geistige Gesundheit aus.
Di 26.03./02.04./09.04./30.04. um 18.00 Uhr

Babymassage Kontakt Regina Köpcke 04163-8676688 // regina.koepcke@gmx.de
Einfühlsam, liebevoll und mit weichen Händen ihr Kind verwöhnen und damit die Wahrnehmung des Babys für sich selbst stärken.
Montags von 10.30 – 11.30 Uhr

Beratung Kontakt MGH 04163-868492
Sie möchten zurück in den Beruf? Sie wollen Familie und Wiedereinstieg miteinander vereinbaren? Sie möchten mehr über Ihre beruflichen Möglichkeiten erfahren? Sie benötigen aktuelles Info-Material?
Fr 01.02./01.03. um 09.30 Uhr

Blick ins neue Jahr Kontakt Constanze Steinfeldt 04163/824252
Sie möchten erfahren, was Ihnen die nächsten 12 Monate bringen werden.
Do 10.01. von 14.00 – 17.00 Uhr // Mo 14.01. von 15.00 – 17.00 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

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 21.01./11.02./04.03./25.03./15.04. um 09.45 Uhr

DELFI Kontakt FABI Stade 04141-797570
DELFI-Kurse bieten für Eltern u. ihre Babys ab der 6. Lebenswoche Spiel, Spaß und Entwicklungsanregungen.
Mittwochs um 09.15 Uhr, Termine auf Anfrage!

Deutsch- und 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 Nachmittag 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 um 14.30 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

Fotografie intuitiv Kontakt Heidi Töpfer 0179-3910657
Ein Treffen für an Fotografie Interessierte mit und ohne Fachkenntnisse, die Freude am Fotografieren, Ausprobieren und kreativ sein haben.
Do 17.01./07.02./07.03./04.04. von 14.30 – 16.00 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**

Geburtsvorbereitungskurs für Paare Kontakt Claudia Krenz 04142-813636
Zu zweit gestärkt und zuversichtlich in das Abenteuer Geburt starten. Info: info@babybauch.eu
Fr 01.02. von 18.00 – 21.00 Uhr // Sa 02.02. und So 03.02. vormittags von 09.00 – 13.00 Uhr

Gleichstellungsbeauftragte Kontakt Daniela Subei - 04163-868492
Für Frauen in Not oder Schiefelage. 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 und freitags ab 16.00 Uhr Anmeldung unbedingt erforderlich!

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 plattdütschen Klönsschnack bi Koffe un Koken mit Elke Schultz! 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

Kochevent mit Senioren Kontakt Martina Sellmer 04163-8391284
Essen, Genießen und gemeinsamer Austausch als Event. Info: info@mobil-mittendrin.de
Sa 09.02./09.03./13.04. um 10.00 Uhr

Kochkurse Kontakt Fabi 04141-797570
„Bunte Bowls“
Sa 12.01. und am Sa 16.02. von 11.30 – 15.15
„Abenteuer Küche“
Sa 26.01. und 23.03. von 10.30 - 13.30 Uhr

Kultur trifft Bücherei und MGH Kontakt Bücherei 04163-82016
Fr 25.01. um 19.00 Uhr Runenabend mit Constanze Steinfeldt
Fr 22.02. um 19.00 Uhr Filmvorführung „Von Bananenbäumen träumen“
Mi 20.03. um 19.00 Uhr Lesung mit Musik mit Ulrich Kulicke im Rahmen des Methusalem Stammtisches

Fr 05.04. um 19.00 Uhr „Lyrik, Lieder, Liebe“ musikalische Lesung mit Catharine Buck
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 11.02. um 18.30 Uhr

Lesegeflüster Kontakt Christine Bartels 04163-2394
Vorlesestunde für Erwachsene. Für Menschen mit Freude am Zuhören.
Mo 14.01./28.01./11.02./25.02./11.03. um 15.00 Uhr

Lese- u. Rechtschreibfähigkeiten Kontakt 01520-5450425 oder 04141-62048
oder eeb.stade@evlka.de — Kristin Garrn-Eckhoff bietet Hilfe zur Selbsthilfe wenn fehlende Lese- u. Schreibfähigkeiten den Alltag erschweren.
Do 17.01./31.01./14.02./28.02./14.03./28.03./25.04. 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 18.01./01.02./15.02./01.03./15.03./29.03./12.04. von 09.30 – 10.00 Uhr

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 17.01./21.02./21.03./18.04. 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 Pflege und gegenüber Behörden.
Skat **Di 08.01./22.01./05.02./19.02./05.03./19.03./02.04./16.04./30.04. um 15.00 Uhr**
Literaturkreis **Mi 09.01./13.02./13.03./10.04. um 10.00 Uhr**
Stammtisch **Mi 23.01./20.02./20.03./24.04. um 19.00 Uhr**
Treff Exkursion **Do 25.04. um 10.00 Uhr**
Sprechstunde **Sa 19.01./16.02./16.03./20.04. um 10.00 Uhr**
Brunch **So 27.01./24.02./31.03. 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 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 ab 09.15 Uhr

Nähkurs Kontakt Sabine Gindl-Groening 04163-805619
Wir nähern in gemütlicher Runde an der eigenen Nähmaschine von Deko bis zum Ballkleid alles, was das Herz begehrt
Di 08.01./15.01./22.01./29.01./12.02./19.02./26.02./05.03./12.03./19.03./26.03./02.04. um 19.30 Uhr

Nähkurs für Kinder Kontakt Sabine Gindl-Groening 04163-805619
Wir nähern an der eigenen Nähmaschine, vom Entwurf bis zum fertigen Stück, z. B. Kuscheltiere, Röcke, Freizeitthosen oder Sweatshirts.
Fr 15.02./22.02./01.03./08.03. um 15.30 Uhr

Nähtreff Kontakt Michaela Sommer 0162-6981408
Lust mal wieder zu nähern? Wir nähern 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!

Offener Rückbildungskurs Kontakt Claudia Krenz 04142-813636
Ein Kurs für Mütter, die nach der Geburt zur alten Fitness zurückfinden und ihr allgemeines und körperliches Wohlbefinden stärken wollen.
Donnerstag von 10.15. – 11.15. Uhr

Pflegeberatung Kontakt Sigrid Prigge 0151-18152689
Das Thema Pflege beschäftigt viele Familien. Hier bekommen sie umfassende Beratung, ehrenamtlich und vertraulich.
Mo 07.01./04.02./04.03./01.04. 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

Rockende Senioren Kontakt Peter Runck 04149-5909871
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

Schwangerenberatung Kontakt Diakonie Buxtehude 04161-644446
Wir beraten Sie zu allen Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt.
Di 22.01./26.02./26.03./23.04. zwischen 09.00 und 12.00 Uhr Anmeldung unbedingt erforderlich!

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 denken inneren Garten, „Tiki“ anschauen. Oft erlebt man eine große Überraschung, wenn man sieht, wie das innere Leben ausschaut.
Fr 18.01./15.02./15.03./05.04. um 19.00 Uhr

Selbsthilfegruppe Parkinson Kontakt Karl-Heinz Szidat 04146-363
Hier finden Angehörige von an Parkinson Erkrankte Unterstützung.
Do 10.01./14.02./14.03./11.04. 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 ab 09.15 Uhr

Runenabend

Constanze Steinfeldt erzählt von der schönen Göttin Freya, dem mächtigen Odin und anderen nordische Gottheiten. Dabei stellt sie uns einige der Runen aus ihrem Praxisbuch der Runen vor.

Fr 25.01.2019 um 19.00 Uhr



Ein außergewöhnlicher Filmabend

Von Bananenbäumen träumen

Dokumentarfilm über ein Dorf im LK Stade und Dorfbewohner*innen, die sich mit ungewöhnlichen Ideen gegen den Niedergang wehren.

Freitag, den 22.02. um 19.00 Uhr



Lesung mit Musik

Ein unterhaltsamen Abend mit dem für seinen Humor bekannten Literaten Ulrich Kulicke - aus der Region - und seinem Gitarristen Roland Wings am:

Mittwoch, den **20.03.2019 um 19.00 Uhr**

Anmeldung erforderlich. Eine Spende ist erwünscht. Eine Veranstaltung des MGH mit der SG-Bücherei im Rahmen des „Methusalem“-Verein Stammtisches.

Ein Abend mit Catharine Buck

Lieder, mit Gitarre und Ukulele begleitet, bilden einen abwechslungsreichen Kontrast zu den Gedichten.



Lyrik Lieder Liebe

Fr 05.04.2019 um 19.00 Uhr

Ausbildung zum Runenvitki (Runenkundige)

Du erlernst in diesem Basis-Modul die Grundlagen des Runenwissens: Die Bedeutung der Runen und ihre Anwendung in Orakel, Magie und Heilung durch praktische Übungen und vertiefendes theoretisches Wissen. Nach dieser Grundausbildung bist Du in der Lage, mit den Runen effektiv für Dich selbst zu arbeiten. Schreibzeug und Runen bitte mitbringen. Ein Script ist im Preis inbegriffen. Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich, das Formular sende ich Dir gerne als email oder Briefpost zu. Tel: 04163 / 824252 · Termine siehe Programm · Constanze Steinfeldt.

seit 1882

Carsten Wedel
Uhrmachermeister
& Juwelier

WEDEL

Lange Straße 26
21640 Horneburg
04163 / 2352

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

Mein **VORSPRUNG**
Ihr seid da, wenn ich euch brauche.

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

Alles aus einer Hand!

koch's
sanity-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

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

• in Ihrer Nähe
• vertraut • anerkannt

pflege daheim
Ambulante Dienste
04163 - 811481

Tarot für Durchstarter*innen

Constanze Steinfeldt 04163-824252
An einem Tag die Grundlagen für das Kartenlegen erlernen!
Sa 23.03. von 10.00 – 18.00 Uhr

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 07.01./04.02./04.03./01.04. um 18.30 Uhr

Tea – Time Kontakt MGH 04163-868492
Bei englischem Gebäck und Tee in gemütlicher Runde englische Konversation üben.
Mo 28.01./25.02./25.03. um 15.00 Uhr

Terre des hommes Kontakt Reinhild Marzahn 04163-4080
Gedankenaustausch und Planung von Aktivitäten.
Do 31.01./28.02./28.03./25.04. um 19.30 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./28.03./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 08.01./22.01./05.02./19.02./05.03./19.03./02.04./30.04. um 15.00 Uhr

Treffen der Ehrenamtlichen Kontakt Sybille von Düring 0170-2426477
Austausch der ehrenamtlichen Helferinnen in der Betreuung geflüchteter Menschen.
Termine auf Anfrage!

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. / 15.03. um 15.15 Uhr
Der Kasper kommt am 22.03. um 15.15 Uhr

Vortrag Kontakt Dana Niemann 04774-3619092
An diesem Tag hören Sie einen Vortrag über den Feuerlauf – „Eine uralte Tradition“
Fr 29.03. um 19.00 Uhr

Wichtelcafe Kontakt MGH 04163-868492
Entwachsen aus dem Storchencafe treffen wir uns zum Spielen. Unsere Eltern können derweil Kaffee trinken und Kuchen essen. Wir sind Kinder im Alter von einem bis drei Jahren, ohne Anmeldung!
Jeden Montag um 15.00 Uhr

Zusätzliche Beratungsmöglichkeit **jeden 1. Montag im Monat**
Yoga Kontakt Mandy Gaveland 04163-824999 // monatel@ewe.net
Auf der ganzen Welt entdecken immer mehr Menschen Yoga als einen Weg, um sich fit zu halten, Stress abzubauen und Erkrankungen vorzubeugen.

Mo 18.00 – 19.15 Uhr Kurs 1 für Anfänger
Mo 19.15 – 20.30 Uhr Kurs 2 für Anfänger
Mo 20.30 – 21.30 Uhr Yoga für Männer
Di 19.30 – 20.45 Uhr laufender Kurs für Fortgeschrittene, Termine auf Anfrage