



Newsletter Januar 2020



Inhalt

1. Veranstaltungen im Januar 2020
2. Gymnastikgruppe für die Generation 60+
3. Reparatur-Treff im Mehrgenerationenhaus, Termine 2020
4. Elternreihe im HdF/MGH: Gesprächszeit zum Thema „Gesundes Essen gemeinsam gestalten“
5. Familienbildungsstätte, Kurse im Januar

Januar-Veranstaltungen

im Haus der Familie / Mehrgenerationenhaus (HdF/MGH)

	Veranstalter:	Veranstaltung:
Mittwoch 01.01.2020		
Neujahr. Das Haus der Familie/Mehrgenerationenhaus ist geschlossen. Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien ein frohes neues Jahr!		
Donnerstag 02.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
14:30-17:00 Uhr	Schachclub des HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, HdF/MGH:	Offener Schach-Treff mit Herrn Westerweller für alle Generationen und Nationen. Kostenfrei, ohne Anmeldung.
14:30-18:00 Uhr	Impulsgruppe:	Spiele, Unterhaltung, Gespräche
Freitag 03.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
17:00-19:00 Uhr	HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, Abt. Schach:	Schach
Samstag 04.01.2020		
Das Begegnungscafé ist samstags geschlossen. Für Veranstaltungen bleibt das Haus geöffnet.		
Montag 06.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
10:00-12:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
14:00-15:00 Uhr	Caritas, HdF/MGH:	Spaziergangsgruppe. Treff um 14:00 Uhr am Eingang des MGH, Weststraße 6. Immer montags (nur bei gutem Wetter, nicht an Feiertagen).

	Veranstalter:	Veranstaltung:
14:00-16:30 Uhr	Caritas, HdF/MGH:	Strickcafé. Interessierte sind herzlich willkommen!
15:00-16:30 Uhr	Kinderschutzbund, HdF/MGH:	Interaktives Märchencafé. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen!
18:00-19:00 Uhr	Selbsthilfegruppe Rheumatoide Arthritis:	Treffen
Dienstag 07.01.2020		
08:30 Uhr	Kita Arche Noah:	„Kaffeeklatsch“ für interessierte Mütter der Bären- u. Elefantenkinder
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-12:00 Uhr		Bridge
09:30-15:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Seidenmalen
10:00-12:00 Uhr	Seniorenbeirat der Stadt Bad Neuenahr-Ahrweiler:	Sprechtag
14:00-16:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
15:00-17:00 Uhr	Gemeindepsychiatrisches Zentrum „Lichtblick“. Kontakt- und Informationsstelle für psychisch erkrankte Menschen, Angehörige, Interessierte:	Information, Beratung oder einfach nur ein Gespräch. Vertraulich – unverbindlich – kostenfrei.
18:00-19:30 Uhr	Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Bad Neuenahr-Ahrweiler:	Treffen
18:30 Uhr	Anton Simons:	AW im Netz
18:30-20:30 Uhr	Mieterbund Mittelrhein:	Beratung
Mittwoch 08.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:00-12:00 Uhr	Stiftungsfamilie BSW & EWH, Ortstelle Rhein-Ahr:	Sprechstunde
09:30-12:30 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Computer-Stammtisch

	Veranstalter:	Veranstaltung:
10:00-12:00 Uhr	Beratungsstelle Neue Chancen:	Offenes Beratungsangebot für berufliche WiedereinsteigerInnen nach Familien- und Pflegephase. Anmeldung unter Tel. 02641 / 900419
10:30-11:30 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Denksport
14:00-17:00 Uhr	SeniorenNetzWerk, HdF/MGH:	Gesellschaftsspiele für Erwachsene
14:30-17:30 Uhr	Caritasverband (Betreuungsgruppe Demenz):	Café Mittendrin
17:00 Uhr	Selbsthilfegruppe Restless legs:	Treffen. Info: Inge Lehmann, Tel. 02641/753105 oder inge.lehmann@rls-aw.de
Donnerstag 09.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-12:30 Uhr	Kreis-Volkshochschule Ahrweiler:	Französisch mit Frau Coppin-Schneider
09:30-11:30 Uhr	Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Elterncafé für werdende Mütter, Eltern mit Kindern von 0-3 Jahre und Geschwisterkinder
10:00-11:00 Uhr	WeKISS:	Selbsthilfegruppe Alleinstehende 60+, Bewegung
10:00-12:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Beratung / Sprechstunde
10:00-12:30 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
13:30-15:30 Uhr	Pflegestützpunkt Bad Neuenahr-Ahrweiler/ Grafschaft:	Offene Sprechstunde
14:30-17:00 Uhr	Schachclub des HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, HdF/MGH:	Offener Schach-Treff mit Herrn Westerweller für alle Generationen und Nationen. Kostenfrei, ohne Anmeldung.

	Veranstalter:	Veranstaltung:
14:30-18:00 Uhr	Impulsgruppe:	Spiele, Unterhaltung, Gespräche
15:00-17:30 Uhr	Caritasverband (Betreuungsgruppe Demenz):	Café Mittendrin
16:00-17:30 Uhr	Frau Kreuter:	Plaudern in Französisch
19:00-21:00 Uhr	Elternkreis suchtkranker Kinder und Jugendlicher:	Gesprächsabend
Freitag 10.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
14:00-15:30 Uhr	IHK:	Fit für die Lehre
15:00-17:00 Uhr	Familienbildungsstätte:	Gitarre
17:00-19:00 Uhr	HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, Abt. Schach:	Schach
Samstag 11.01.2020		
Das Begegnungscafé ist samstags geschlossen. Für Veranstaltungen bleibt das Haus geöffnet.		
Montag 13.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-11.30 Uhr	Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Kinderstube und Notfallbetreuung
09:30-11:30 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Malen
10:00-12:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Beratung / Sprechstunde
10:00-12:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
14:00-15:00 Uhr	Caritas, HdF/MGH:	Spaziergangsgruppe. Treff um 14:00 Uhr am Eingang des MGH, Weststraße 6. Immer montags (nur bei gutem Wetter, nicht an Feiertagen). Mitmachen kann jeder, auch wer nicht so gut zu Fuß ist...
14:00-16:00 Uhr	HdF/MGH, Kreisjugendamt Ahrweiler:	Kita-Portal Ahrlini. Hilfe und Unterstützung bei der Kitakinder-Anmeldung.

	Veranstalter:	Veranstaltung:
14:00-16:30 Uhr	Caritas, HdF/MGH:	Strickcafé. Interessierte sind herzlich willkommen!
16:30 Uhr	Interessengemeinschaft Niere (IGN) Rhein-Ahr-Eifel e.V.:	Glücklich mit der Dialyse. Information und Beratung für Nierenpatienten.
16:30 Uhr	Herr Szebegyinszki:	Klarinetten- und Saxophonunterricht für alle Generationen
18:45 Uhr	Ahrtaltramps:	Probe. Langfristig interessierte Musiker sind herzlich willkommen!
Dienstag 14.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-12:00 Uhr		Bridge
14:00-16:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
15:00-17:00 Uhr	Gemeindepsychiatrisches Zentrum „Lichtblick“. Kontakt- und Informationsstelle für psychisch erkrankte Menschen, Angehörige, Interessierte:	Information, Beratung oder einfach nur ein Gespräch. Vertraulich – unverbindlich – kostenfrei.
18:30-20:30 Uhr	Mieterbund Mittelrhein:	Beratung
18:30 Uhr	„Wortwerker“ der LiterAHRischen Gesellschaft:	Treffen
Mittwoch 15.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:00-12:00 Uhr	Stiftungsfamilie BSW & EWH, Ortstelle Rhein-Ahr:	Sprechstunde
09:30-11.30 Uhr	Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Kinderstube und Notfallbetreuung
09:30-12:30 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Computer-Stammtisch
14:00-17:00 Uhr	SeniorenNetzWerk, HdF/MGH:	Gesellschaftsspiele für Erwachsene

	Veranstalter:	Veranstaltung:
14:30-17:30 Uhr	Caritasverband (Betreuungsgruppe Demenz):	Café Mittendrin
18:00 Uhr	Zweig e.V.:	Info-Abend
18:00 Uhr	SeniorenNetzWerk, Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Kochen für Männer mit Herrn Schuhen. Info: Tel. 02641 / 914 98 92
Donnerstag 16.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:00-11:00 Uhr	Kreisjugendamt:	Beratung in Elternan- gelegenheiten. Anmeldung bis Mittwoch 14.00 Uhr: Tel. 02641/975336 (Bürgerbüro des Jugendamtes) oder Tel. 02641/9149892
09:30-12:30 Uhr	Kreis-Volkshochschule Ahrweiler:	Französisch mit Frau Coppin-Schneider
10:00-11:00 Uhr	WeKISS:	Selbsthilfegruppe Allein- stehende 60+, Bewegung
10:00-12:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Beratung / Sprechstunde
10:00-12:30 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
13:30-15:30 Uhr	Pflegestützpunkt Bad Neuenahr-Ahrweiler/ Grafschaft:	Offene Sprechstunde
14:30-17:00 Uhr	Schachclub des HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, HdF/MGH:	Offener Schach-Treff mit Herrn Westerweller für alle Generationen und Nationen. Kostenfrei, ohne Anmeldung.
14:30-18:00 Uhr	Impulsgruppe:	Spiele, Unterhaltung, Gespräche
15:00-17:30 Uhr	Caritasverband (Betreuungsgruppe Demenz):	Café Mittendrin

	Veranstalter:	Veranstaltung:
Freitag 17.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-11:30 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Betreuungsgruppe
14:00-15:30 Uhr	IHK:	Fit für die Lehre
15:00-17:00 Uhr	Familienbildungsstätte:	Gitarre
15:30-17:30 Uhr	HdF/MGH, Frau Jung:	Afro-Fitness. Tanz für Teens und Erwachsene. Anmeldung: Tel. 02641/914 98 92
17:00-19:00 Uhr	HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, Abt. Schach:	Schach
Samstag 18.01.2020		
Das Begegnungscafé ist samstags geschlossen. Für Veranstaltungen bleibt das Haus geöffnet.		
Montag 20.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-11.30 Uhr	Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Kinderstube und Notfallbetreuung
10:00-12:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Beratung / Sprechstunde
10:00-12:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
14:00-15:00 Uhr	Caritas, HdF/MGH:	Spaziergangsgruppe. Treff um 14:00 Uhr am Eingang des MGH, Weststraße 6. Immer montags (nur bei gutem Wetter, nicht an Feiertagen). Mitmachen kann jeder, auch wer nicht so gut zu Fuß ist...
14:00-16:00 Uhr	HdF/MGH, Kreisjugendamt Ahrweiler:	Kita-Portal Ahrlini. Hilfe und Unterstützung bei der Kitakinder-Anmeldung.
14:00-16:30 Uhr	Caritas, HdF/MGH:	Strickcafé. Interessierte sind herzlich willkommen!

	Veranstalter:	Veranstaltung:
16:30 Uhr	Herr Szebegyinszki:	Klarinetten- und Saxophonunterricht für alle Generationen
Dienstag 21.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-12:00 Uhr		Bridge
09:30-15:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Seidenmalen
14:00-16:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
15:00-17:00 Uhr	Gemeindepsychiatrisches Zentrum „Lichtblick“. Kontakt- und Informationsstelle für psychisch erkrankte Menschen, Angehörige, Interessierte:	Information, Beratung oder einfach nur ein Gespräch. Vertraulich – unverbindlich – kostenfrei.
18:30-20:30 Uhr	Mieterbund Mittelrhein:	Beratung
Mittwoch 22.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:00-12:00 Uhr	Stiftungsfamilie BSW & EWH, Ortstelle Rhein-Ahr:	Sprechstunde
09:30-11.30 Uhr	Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Kinderstube und Notfallbetreuung
09:30-12:30 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Computer-Stammtisch
14:00-17:00 Uhr	SeniorenNetzWerk, HdF/MGH:	Gesellschaftsspiele für Erwachsene
14:30-17:30 Uhr	Caritasverband (Betreuungsgruppe Demenz):	Café Mittendrin
Donnerstag 23.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-11:30 Uhr	Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Elterncafé für werdende Mütter, Eltern mit Kindern von 0-3 Jahre und Geschwisterkinder

	Veranstalter:	Veranstaltung:
09:30-12:30 Uhr	Kreis-Volkshochschule Ahrweiler:	Französisch mit Frau Coppin-Schneider
10:00-11:00 Uhr	WeKISS:	Selbsthilfegruppe Alleinstehende 60+, Bewegung
10:00-12:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Beratung / Sprechstunde
10:00-12:30 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
13:30-15:30 Uhr	Pflegestützpunkt Bad Neuenahr-Ahrweiler/ Grafschaft:	Offene Sprechstunde
14:30-17:00 Uhr	Schachclub des HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, HdF/MGH:	Offener Schach-Treff mit Herrn Westerweller für alle Generationen und Nationen. Kostenfrei, ohne Anmeldung.
14:30-18:00 Uhr	Impulsgruppe:	Spiele, Unterhaltung, Gespräche
15:00-17:30 Uhr	Caritasverband (Betreuungsgruppe Demenz):	Café Mittendrin
Freitag 24.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
14:00-15:30 Uhr	IHK:	Fit für die Lehre
15:00-17:00 Uhr	Familienbildungsstätte:	Gitarre
15:30-17:30 Uhr	HdF/MGH, Frau Jung:	Afro-Fitness. Tanz für Teens und Erwachsene. Anmeldung: Tel. 02641/914 98 92
17:00-19:00 Uhr	HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, Abt. Schach:	Schach
Samstag 25.01.2020		
Das Begegnungscafé ist samstags geschlossen. Für Veranstaltungen bleibt das Haus geöffnet.		
Montag 27.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit

	Veranstalter:	Veranstaltung:
09:30-11.30 Uhr	Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Kinderstube und Notfallbetreuung
09:30-11:30 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Malen
10:00-12:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Beratung / Sprechstunde
10:00-12:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
14:00-15:00 Uhr	Caritas, HdF/MGH:	Spaziergangsgruppe. Treff um 14:00 Uhr am Eingang des MGH, Weststraße 6. Immer montags (nur bei gutem Wetter, nicht an Feiertagen). Mitmachen kann jeder, auch wer nicht so gut zu Fuß ist...
14:00-16:00 Uhr	HdF/MGH, Kreisjugendamt Ahrweiler:	Kita-Portal Ahrlini. Hilfe und Unterstützung bei der Kitakinder-Anmeldung.
14:00-16:30 Uhr	Caritas, HdF/MGH:	Strickcafé. Interessierte sind herzlich willkommen!
16:00 Uhr	Familienbildungsstätte, SeniorenNetzWerk, HdF/MGH:	Reparatur-Treff. Jeden 2. und 4. Montag des Monats. Informationen: Hr. Kühnel, Tel. 02641 / 396 6875.
16:30 Uhr	Herr Szebegyinszki:	Klarinetten- und Saxophonunterricht für alle Generationen
18:45 Uhr	Ahrtaltramps:	Probe. Langfristig interessierte Musiker sind herzlich willkommen!
Dienstag 28.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:30-12:00 Uhr		Bridge
14:00-16:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)

	Veranstalter:	Veranstaltung:
15:00-17:00 Uhr	Gemeindepsychiatrisches Zentrum „Lichtblick“. Kontakt- und Informationsstelle für psychisch erkrankte Menschen, Angehörige, Interessierte:	Information, Beratung oder einfach nur ein Gespräch. Vertraulich – unverbindlich – kostenfrei.
18:30-20:30 Uhr	Mieterbund Mittelrhein:	Beratung
Mittwoch 29.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
09:00-12:00 Uhr	Stiftungsfamilie BSW & EWH, Ortstelle Rhein-Ahr:	Sprechstunde
09:30-11.30 Uhr	Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Kinderstube und Notfallbetreuung
09:30-12:30 Uhr	SeniorenNetzWerk:	Computer-Stammtisch
14:00-17:00 Uhr	SeniorenNetzWerk, HdF/MGH:	Gesellschaftsspiele für Erwachsene
14:30-17:30 Uhr	Caritasverband (Betreuungsgruppe Demenz):	Café Mittendrin
15:00-17:00 Uhr	Arbeiterwohlfahrt (AWO):	AWO-Info Treff
18:00 Uhr	SeniorenNetzWerk, Familienbildungsstätte, HdF/MGH:	Kochen für Männer mit Herrn Schuhen. Info: Tel. 02641 / 914 98 92
Donnerstag 30.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
10:00-11:00 Uhr	WeKISS:	Selbsthilfegruppe Alleinstehende 60+, Bewegung
10:00-12:00 Uhr	SeniorenNetzWerk:	SeniorenNetzWerk-Treff im ev. Gemeindehaus
10:00-12:30 Uhr	Arbeiterwohlfahrt Rheinland e.V.:	Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)
13:30-15:30 Uhr	Pflegestützpunkt Bad Neuenahr-Ahrweiler/ Grafschaft:	Offene Sprechstunde

	Veranstalter:	Veranstaltung:
14:00 Uhr	Kreis-Volkshochschule Ahrweiler:	Französisch mit Frau Coppin-Schneider
14:30-17:00 Uhr	Schachclub des HTC Bad Neuenahr-Ahrweiler, HdF/MGH:	Offener Schach-Treff mit Herrn Westerweller für alle Generationen und Nationen. Kostenfrei, ohne Anmeldung.
14:30-18:00 Uhr	Impulsgruppe:	Spiele, Unterhaltung, Gespräche
18:00-20:00 Uhr	HdF / MGH:	Elternreihe im HdF/MGH. „Gesprächszeit zu dem Thema Gesundes Essen gemeinsam gestalten“
19:00 Uhr	WEISSER RING:	Mitarbeiterbesprechung
Freitag 31.01.2020		
09:00-12:00 Uhr	Ökumenische Flüchtlingshilfe:	Regelmäßige Bürozeit
14:00-15:30 Uhr	IHK:	Fit für die Lehre
15:00-17:00 Uhr	Familienbildungsstätte:	Gitarre
15:30-17:30 Uhr	HdF/MGH, Frau Jung:	Afro-Fitness. Tanz für Teens und Erwachsene. Anmeldung: Tel. 02641/914 98 92
17:00-19:00 Uhr	HTC Bad Neuenahr- Ahrweiler, Abt. Schach:	Schach

Aktualisierungen finden Sie in unserem Online-Veranstaltungskalender auf der Homepage des HdF/MGH:

<http://www.mehrgenerationenhaus-bnaw.de>

Gymnastikgruppe für die Generation 60+

Die WeKiss-Selbsthilfegruppe für Alleinstehende 60+ „Bewegung“ bietet einmal wöchentlich donnerstags von 10.00-11.00 Uhr eine Sportstunde im Mehrgenerationenhaus an.

Trainiert werden bei den Übungen:

- Beweglichkeit
- Ausdauer
- Kraft
- Koordination



Wir bieten:

- Spaß
- Kommunikation
- Geselligkeit und
- die Vorbereitung auf ein möglichst langes, selbständiges und fittes Leben im Alter

Bei Herz- und Kreislauferkrankungen oder sonstiger schwerer Erkrankung bedarf es der Abstimmung mit dem behandelnden Arzt, ob eine Teilnahme möglich ist. Grundsätzlich gilt: Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Jeder ist für sich selbst verantwortlich und trainiert im Rahmen seiner Möglichkeiten.

Infos und Anmeldung bei:

Gisela Katharina Querbach

Entspannungspädagogin, Trainerin für Sport mit Älteren

Kursleiterin für Autogenes Training und progressive Muskelrelaxation

Tel.: 02641 8909033

E-Mail: g.querbach@gmx.de

Reparatur-Treff Bad Neuenahr im Mehrgenerationenhaus



Der Reparatur-Treff findet jeden 2. und 4. Montag im Monat von 16:00-18:00 Uhr statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
In den Schulferien fällt der Reparatur-Treff aus.

Termine 2020

27.01.2020
10.02.2020
09.03.2020
23.03.2020
27.04.2020
11.05.2020
25.05.2020
08.06.2020
22.06.2020

Juli KEIN Termin!
24.08.2020
14.09.2020
28.09.2020
26.10.2020
09.11.2020
23.11.2020
14.12.2020

**Haus der Familie / Mehrgenerationenhaus
Weststr. 6, Bad Neuenahr-Ahrweiler
2. Etage**

Informationen:

Frank Kühnel, Telefon: 02641 / 396 6875

Elternreihe im Haus der Familie / Mehrgenerationenhaus

Gesprächszeit zum Thema

„Gesundes Essen gemeinsam gestalten“

Ein gemeinsamer Austausch für ErzieherInnen, Eltern und Interessierte.

Referentin: Dipl. Oecotroph. Heike Langner

Donnerstag den 30. Januar 2020, 18.00 - 20.00 Uhr

Haus der Familie / Mehrgenerationenhaus
Weststr. 6, 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler

Kosten: 2,00 €

Informationen: Marion Surrey, Tel. 02641 / 9149892

Mit dabei sind:



Mehr
Generationen
Haus
Wir leben Zukunft vor



HAUS
DER FAMILIE
Rheinland-Pfalz



Die Familienbildungsstätte Bad Neuenahr-Ahrweiler benennt für Januar 2020 folgende Kurse:

Jeden Montag, 9:30-11:30 Uhr
Jeden Mittwoch, 9:30-11:30 Uhr

Kinderstube und Notfallbetreuung
Kinderstube und Notfallbetreuung

06.01.2020, 08:00-14:00 Uhr

Drei Königs - Basteln - Kreativ-Workshop

1 x, Kosten: 21,40 EUR bis 24,60 €

8.00-9.00 Uhr (zubuchbar)

Anmeldung unter: 2 70 39

11.01.2020, 09:30-16:30 Uhr

Erste Hilfe am Kind - Kompaktkurs für Eltern/ Großeltern/Babysitter/Tagesm. & Co. 1 x, Kosten: 28,00 EUR

Anmeldung unter: 2 70 39

13.01.2020, 18:30-20:00 Uhr

Entspannung durch PMR (nach Jacobson)

5 x, Kosten: 50,00 EUR zzgl. 2,00 Material

Anmeldung unter: 2 70 39

14.01.2020, 08:30-11:00 Uhr

Küchen-Treff 60plus - Zeit zum Frühstück. 1 x, Kosten: 12,50 EUR + bis zu 7,50 EUR Material.

Anmeldung unter: 2 70 39

14.01.2020, 09:30-10:30 Uhr

Zeit zu Zweit - Mama-Baby-Yoga

10 x, Kosten: 63,30 EUR

Anmeldung unter: 2 70 39

14.01.2020, 14:30-15:30 Uhr

Kampfsport-Workout (nach Bedarf mit Kinderbetreuung)

5 x, Kosten: 30,00 EUR

Anmeldung unter: 2 70 39



- 15.01.2020, 09:30-11:30 Uhr Nähen am Vormittag (zur Kinderbetreuung bieten wir parallel eine Kinderstube an)
4 x, Kosten: 39,20 EUR
Anmeldung unter: 2 70 39
- 17.01.2020, 16:00-20:00 Uhr Zeit für Dich - Ein Wohlfühltag für Mütter - Kinderbetreuung (ab 3 J.) möglich.
1 x, Kosten: 31,50 EUR zzgl. 5,00 Material
Anmeldung unter: 2 70 39
- 21.01.2020, 11:30-14:00 Uhr Küchen-Treff 60plus - Zeit fürs Mittagessen. 1 x, Kosten: 12,50 EUR + bis zu 7,50 EUR Material
Anmeldung unter: 2 70 39
- 25.01.2020, 10:00-16:00 Uhr Mood Food - Ernährung für die Seele - Seminar und Kochkurs
1 x, Kosten: 52,00 EUR zzgl. 10,00 EUR Material
Anmeldung unter: 2 70 39
- 28.01.2020, 11:30-14:00 Uhr Küchen-Treff 60plus - Leckerer cholesterinarmes Mittagessen.
1 x, Kosten: 12,50 EUR
Anmeldung unter: 2 70 39
- 31.01.2020, 16:30-20:00 Uhr Resilienz - Balance halten zwischen Leistung und Gesundheit
1 x, Kosten: 20,30 EUR
Anmeldung unter: 2 70 39

Weitere Kurse der Familienbildungsstätte entnehmen Sie bitte dem Jahresprogramm, auch unter: www.fbs-bna.de einsehbar.

Kontakt

Haus der Familie (HdF) Bad Neuenahr-Ahrweiler/
Mehrgenerationenhaus (MGH) im Kreis Ahrweiler

Weststraße 6
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler

Ansprechpartnerin: Frau Marion Surrey
Telefon: 02641 / 914 9892

E-Mail: marion.surrey@bad-neuenahr-ahrweiler.de
Internet: www.mehrgenerationenhaus-bnaw.de



Öffnungszeiten

Begegnungscafé
Montag-Freitag: 9:00-17:00 Uhr

*Das Gebäude ist auch nach den regulären
Öffnungszeiten für Beratungen, geplante
Veranstaltungen und Feiern geöffnet.*

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Gefördert vom:



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR FAMILIE,
FRAUEN, JUGEND, INTEGRATION
UND VERBRAUCHERSCHUTZ