

Mehrgenerationenhaus Nonnweiler

Angebote Februar 2025

„Second Hand Lädchen Nonnweiler“

Montag, 3.,10.,17.,24. Februar von 10:30 Uhr - 12:30 Uhr und

Donnerstag, 6.,13.,20.,27. Februar von 15:30 Uhr - 17:30 Uhr

(Dachgeschoss vom MGH)

Hier gibt es gut erhaltene Kleider, Haushaltsgegenstände, Bettwäsche, Wolldecken, Spielsachen, Babyartikel u.v.m. für Jung und Alt gegen einen kleinen Obolus.

„Erlebnistanz“

Tanzen ist Musik sichtbar gemacht!

Tanzen ist die versteckte Sprache der Seele!

Tanzen ist viel mehr als nur Bewegung. Jeder kann tanzen!

Der einzige Weg dorthin...ist es zu tun!!!

Ein Angebot für die Generation 60+.

Montag, 3.,10.,17.,24. Februar von 15:30 Uhr - 16:30 Uhr

Nicht nur die körperliche Beweglichkeit, Vitalität und Kondition sondern auch das Gedächtnis werden trainiert. Tanzen fordert und fördert die Gesundheit, einen klaren Geist und eine beschwingte Seele in jedem Alter! Es werden Gruppentänze aus verschiedenen Ländern, Volkstänze, Folkloretänze, Seniorentänze und meditatives Tanzen eingeübt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Kursgebühr: 25 € / 10 Termine. Info und Anmeldungen bei Ingeborg Schweitzer, Tanzleiterin des BVST, Tel. 06875 / 385 oder direkt im MGH. Schnupperstunde jederzeit möglich!

„Leseclub für Kids“

Montag, 3.,10.,17.,24. Februar von 16:30 Uhr - 17:30 Uhr

Entdecke die Magie der Bücher: Willkommen im Leseclub für kleine Abenteurer im Alter von 4 bis 6 Jahren. Unsere wöchentliche Zusammenkunft bietet eine zauberhafte Reise in die Welt der Geschichten. Hier können die Kinder in die farbenfrohe Welt der Bücher eintauchen, neue Freunde finden und ihre Fantasie entfalten. Spannende Geschichten und kreative Aktivitäten lassen Bücher lebendig werden. Altersgerechte Bücher und Vorlesestunden unterstützen die Sprachentwicklung und Lesekompetenz. Kursgebühr: 60 € / 6 Termine á 60 Minuten. Info und Anmeldung bei Frau Johanna Feid-Esseln unter Tel. 0177-2831944.

„Geburtsvorbereitungskurs“

Montag, 3.,10. Februar von 17:00 Uhr - 19:30 Uhr

Kurs zur Vorbereitung auf die Geburt, Mutterschaft und Elternzeit. Themenschwerpunkte sind u.a.: selbstbestimmt gebären, Stillen, Bonding, Wochenbett, praktische Tipps, Entspannungsübungen, In der Regel finden zwei Abende mit Partner (oder Bezugsperson) statt. Kursleitung: Rebekka Prümm, Hebamme. Nähere Informationen und Anmeldung unter: 0176/26097516 oder hebamme-rebekka.de.

„Sprechstunde Pflegestützpunkt“

Dienstag, 4.,11.,18.,24. Februar von 9:00 Uhr – 12:00 Uhr

Der Pflegestützpunkt ist ein kostenloses, vertrauliches und trägerneutrales Beratungsangebot und wendet sich an behinderte, ältere und pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige. Der Pflegestützpunkt ist unter der Tel.: 06851/801-5252 zu erreichen.

„Senioren-Bus“

Dienstag, 4.,11.,18.,24. Februar von 9:00 Uhr - 12:00 Uhr

Steht **für Personen ab 60 und/oder einer Beeinträchtigung** (Bus verfügt leider nicht über einen Rollstuhlplatz) unser Senioren-BUS für Einkäufe, Alltagsgeschäfte, Arztbesuche, etc. zur Verfügung. Die Fahrgäste werden gebeten, sich zu den vereinbarten Abfahrtszeiten vor dem Haus bereit zu halten. Weitere Informationen und Anmeldung für die Mitfahrt bis Montag 12:00 Uhr.

„Nahversorgung“

Dienstag, 4.,11.,18.,24. Februar von 10:00 Uhr – 12:00 Uhr und

Donnerstag, 6.,13.,20.,27. Februar von 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Das Mehrgenerationenhaus bietet für ältere und beeinträchtigte Mitbürger*innen eine Nahversorgung an. Wenn Sie einen Einkaufsdienst in Anspruch nehmen möchten, dann melden Sie sich bitte montags und mittwochs vormittags in der Zeit von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr im MGH.

Gesprächskreis zum Thema „Demenz“

Dienstag, 4. Februar von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Der Pflegestützpunkt bietet im MGH Nonnweiler einen Gesprächskreis zum Thema Demenz für alle Angehörigen von dementiell erkrankten Menschen, die sich austauschen möchten an. Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen werden telefonisch unter 06851- 801- 5251 oder per E- Mail unter sanktwendel@psp-saar.net entgegengenommen.

„Zumba®“

Dienstag, 4.,11.,18.,25. Februar von 18:30 Uhr - 19:30 Uhr in der Schulturnhalle Nonnweiler

Zumba® ist die Verschmelzung von lateinamerikanischer und internationaler Musik, die eine Basis für ein effektives Fitness-Programm ergeben. Die Übungen sind eine Kombination von Aerobic- und einfachen Tanzschritten zu schnellen sowie lang-samen Rhythmen (Salsa, Merengue, etc.). Die 10er Karte kostet 40 €. Kostenloser Schnuppertermin jederzeit möglich. Anmeldung im MGH.

„Frühstückstreff“

Dienstag, 25. Februar von 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Hier treffen sich Jung und Alt. Wir erwarten alle Frauen und Männer, die sich bei einem gemütlichen Frühstück ungezwungen austauschen und kennen lernen möchten.

Anmeldung im MGH!

„Eltern-Kind-Treff“ der Frühen Hilfen

Mittwoch, 5.,19. Februar von 10:00 Uhr - 11:30 Uhr

Alltagspraktische Informationen rund um die Entwicklung und Bedürfnisse des Kindes von einer Fachkraft der Frühen Hilfen. Individuelle Fragen werden beantwortet. Neue Kontakte können geknüpft und Erfahrungen ausgetauscht werden. Kostenloses Angebot für Familien mit Kindern von 0-3 Jahren. Keine Anmeldung erforderlich.

„Sprach-Café für Migrations-Frauen“

Mittwoch, 12.,26. Februar von 10:00 Uhr - 12:00 Uhr

Das Mehrgenerationenhaus in Kooperation mit der Beratungsstelle Frau und Beruf des Landkreises Sankt Wendel lädt alle Frauen, die zugewandert sind zu einem ersten Kennenlernen ins Sprach-Café ein. Interessierte Frauen, die ihre deutsche Sprachkompetenz verbessern wollen und sich zu beruflichen Themen austauschen möchten, sind herzlich eingeladen. Mit dem Sprach-Café möchten wir sie unterstützen Sprachbarrieren zu überwinden. Anmeldung im Mehrgenerationenhaus.

„EUTB“

Mittwoch, 12. Februar von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Die EUTB - ergänzende unabhängige Teilhabeberatung - ist ein kostenloses Beratungsangebot für alle, die Informationen und Unterstützung rund um das Thema Behinderung möchten. Ist eine Person aufgrund einer chronischen Erkrankung, einer körperlichen, geistigen, seelischen Beeinträchtigung, einer Seh- oder Hörbehinderung oder wegen besonderer Lebensereignisse auf Hilfe und Unterstützung angewiesen, so kann er/sie das Betreuungsangebot in Anspruch nehmen. Auch Angehörige und Bezugspersonen, sowie MitarbeiterInnen aus professionellen Versorgungssystemen finden Unterstützung bei allen Fragen rund um das Thema „Hilfen für Menschen mit Beeinträchtigungen“. Wir informieren über Möglichkeiten der beruflichen, der medizinischen, der pflegerischen oder sozialen Teilhabe und helfen bei der Antragsstellung. Anmeldung bei Anne Kiefer, EUTB Beraterin im Landkreis Sankt Wendel unter 0170-5546721, per Mail unter eutb-kiefer@lebenshilfe-saarland.de oder direkt im MGH.

„Beratungsstelle Frau und Beruf“

Mittwoch, 26. Februar von 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Die Beratungsstelle Frau und Beruf des Landkreises Sankt Wendel bietet ein kostenloses Beratungsangebot für Frauen zu den Themen beruflicher Wiedereinstieg, berufliche Qualifizierung und Weiterbildung an. Wenn Sie Fragen rund um Ihre berufliche Situation haben und Unterstützung bei der Erstellung von Bewerbungsunterlagen haben, können Sie sich jeden vierten Mittwoch im Monat im Mehrgenerationenhaus in Nonnweiler beraten lassen. Das unabhängige und freiwillige Beratungsangebot wendet sich an Frauen im Landkreis Sankt Wendel, die ihre persönliche berufliche Situation reflektieren wollen. Dabei wird ein wertschätzender und vertrauensvoller Umgang garantiert. Anmeldung bei Frau Heike Höfer-Kunz, Beraterin im Landkreis Sankt Wendel, Tel. (06851) 8014040, E-Mail: h.hoefer-kunz@lkwnd.de oder direkt im MGH.

„Indischer Babymassagekurs nach Frèdèric Leboyer“

Mittwoch, 19.,26. Februar von 9:30 Uhr – 10:30 Uhr

Liebevolle Berührung durch die Eltern ist wesentlich für die Ent-wicklung des Kindes. Diese Berührungen, die es in früher Kindheit erfährt, helfen ihm ein gesundes Selbstwertgefühl aufzubauen. Die Wärme und das sanfte Streicheln heißen es willkommen auf dieser Welt und geben ihm das Gefühl akzeptiert und geliebt zu werden. Berührung ist eine Sprache, die wir benutzen um zu heilen, zu trösten, Schmerzen zu lindern oder Spannungen zu lösen. Baby-massage ist eine besondere Art der intensiven liebevollen Be-rührung. Sie lernen Schritt für Schritt die Kunst der indischen Baby-massage, die Frèdèrick Leboyer von seinen Reisen aus Indien mit nach Europa brachte. Der Babymassagekurs dient auch dem Erfahrungsaustausch der Eltern untereinander. Kursleitung: Rebekka Prümm, Hebamme. Nähere Informationen und Anmeldung unter: 0176/26097516 oder kontakt@hebamme-rebekka.de

„Schach-Café“

Mittwoch, 5.,12.,19.,26. Februar von 16:00 Uhr - 20:00 Uhr

Jeden Mittwoch von 16:00 Uhr bis 20:00 Uhr ist im MGH Nonnweiler das Schach-Café für alle Schachspieler-/ -innen geöffnet. Es freut sich auf Sie, Harald Prautzsch, Tel.: 06873 / 66 83 25 & das Team vom MGH.

„Spielenachmittag Rommé“

Donnerstag, 6.,13.,20.,27. Februar von 15:00 Uhr - 18:00 Uhr

In der gemütlichen Atmosphäre des Spielenachmittags kann man sich treffen, um gemeinsam Rommé zu spielen. Bei Interesse können Sie sich gerne An die Mitarbeiter:innen des Mehrgenerationenhauses wenden. Eine Schnupperstunde ist jederzeit möglich!

„Nähstunde für Kinder und Erwachsene“

Donnerstag, 6.,13.,20.,27. Februar von 17:00 Uhr - 20:00 Uhr

Näh mit uns in einer tollen Gruppe, egal ob blutiger Anfänger oder Fortgeschrittene. Auf 10ner Karten Basis im MGH. Vorsicht: SUCHTGEFAHR! Weitere Informationen und Anmeldung bei Ina Müller unter: 0160-1506173.

„Elterncafé für allein- und getrennterziehende Eltern“

Samstag, 15. Februar ab 14:00 Uhr

In Zusammenarbeit mit der Selbsthilfeorganisation „VAMV“ findet unter dem Motto „Gemeinsam statt Einsam“ ein gemütliches Treffen für allein- und getrennterziehende Eltern. Eingeladen zu diesem offenen Treff ist jeder, der sich angesprochen fühlt und sich mit anderen Eltern austauschen möchte. Natürlich sind eure Kinder ebenfalls herzlich willkommen. Nähere Informationen im MGH.