

# Mehrgenerationenhaus Nonnweiler

## Angebote Juni 2026

### „Second Hand Lädchen Nonnweiler“

**Montag, 01., 08., 15., 22., 29. Juni von 10:30 Uhr bis 12:30 Uhr und**

**Donnerstag, 11., 18., 25. Juni von 15:30 Uhr bis 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, 01., 08., 15., 22., 29. Juni von 15:00 Uhr bis 16:00 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!

### „Senioren-Bus“

**Dienstag, 02., 08., 16., 22. Juni von 9:00 Uhr bis 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.

### „Sprechstunde Pflegestützpunkt“

**Dienstag, 02., 09., 16., 23., 30. Juni von 9:00 Uhr bis 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.

### „Frühstückstreff“

**Dienstag, 09. Juni und 30. Juni 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!

### **„Leseclub für Kids“**

**Dienstag, 02., 09., 16., 23., 30. Juni von 15:30 Uhr bis 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.

### **„Zumba“**

**Dienstag, 02., 09., 16., 23., 30. Juni von 18:30 Uhr bis 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.

### **„Gesprächskreis zum Thema Demenz“**

**Dienstag, 02. Juni 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](mailto:sanktwendel@psp-saar.net) entgegengenommen.

### **„Nahversorgung“**

**Mittwoch, 03., 10., 17., 24. Juni von 10:00 Uhr bis 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 vormittags in der Zeit von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr im MGH.

### **„Indischer Babymassagekurs nach Frèdèric Leboyer“**

**Mittwoch, 03., 10., 17., 24. Juni von 9.15 Uhr bis 10.15 Uhr**

Liebevolle Berührung durch die Eltern ist wesentlich für die Entwicklung 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 Frèdèric 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](mailto:kontakt@hebamme-rebekka.de).

### **„Schach-Café“**

**Mittwoch, 03., 10., 17., 24. Juni von 16:00 Uhr bis 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, 11., 18., 25. Juni von 14:30 Uhr bis 17:30 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!

### **„Smartphone-Sprechstunde – Hilfe, Tipps und Tricks“**

**Donnerstag, 11., 18., 25. Juni von 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr,**

Immer mehr Alltagsaufgaben laufen heute über das Smartphone: Nachrichten schreiben, Fotos versenden, Termine verwalten, Online-Banking oder die Nutzung von Apps. Doch nicht jeder fühlt sich dabei sicher. **Jeden Donnerstag von 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr und 13:30 Uhr bis 16:30 Uhr** eine persönliche Smartphone-Sprechstunde an. In entspannter Atmosphäre unterstützen wir Sie bei Fragen rund um das Smartphone. Um jedem Teilnehmenden ausreichend Zeit widmen zu können, ist eine **vorherige Anmeldung erforderlich**. Weiter Informationen und Anmeldung unter 06873/660-73.

### **„Geburtsvorbereitungskurs“**

**Freitag, 26. Juni von 17:00 Uhr bis 21:00 Uhr und**

**Samstag, 27. Juni von 9:00 Uhr bis 15:00 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.

### **Babymassage“ für die ganze Familie - berührt, gestreichelt zu werden, das ist Nahrung für die Seele. Achtsame Berührung = gelingende Bindung – in liebevoller Zuwendung entsteht Vertrauen von Anfang an.**

**Samstag, 06., 13., 20., 27. Juni ab 9.00 Uhr**

Ob Mama, Papa, Oma und Opa – alle sind herzlich willkommen! Gemeinsam schaffen wir eine entspannte Atmosphäre, in der Nähe, Geborgenheit und gegenseitiges Vertrauen wachsen können. Für Babys ab 4 Wochen. Ganzjähriges Angebot mit 5 Einheiten /50€. Nähere Informationen und Anmeldung bei Frau Petra Michaeli unter petramichaeli@web.de oder über Instagram