Mehrgenerationenhaus Nonnweiler
Angebote November 2026

„Second Hand Lädchen Nonnweiler“

Montag, 02., 09., 16., 23., 30. November von 10:30 Uhr bis 12:30 Uhr und
Donnerstag, 05., 12., 19., 26. November 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.

„Offene Sprechstunde zu rechtlicher Betreuung und Vorsorgevollmacht“

Montag, 02., 09., 16., 23., 30. November von 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr.
Der Betreuungsverein SKFM St. Wendel bietet im Mehrgenerationenhaus Nonnweiler eine offene Sprechstunde zu den Themen rechtliche Betreuung und Vorsorgevollmacht an. Interessierte können individuelle Fragen stellen und sich zu Möglichkeiten der Vorsorge und zur rechtlichen Betreuung beraten lassen. Die Sprechstunde wird von Stefanie Bahr, Dipl.-Sozialpädagogin, Betreuungsverein SKFM St. Wendel, durchgeführt. Um vorherige Anmeldung im MGH unter 06873/660-73 wird gebeten.

„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, 02., 09., 16., 23., 30. November 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!

„Schulung für pflegende Angehörige“

Die Pflege von Menschen mit demenziellen Erkrankungen stellt Angehörige vor große Herausforderungen. Für alle, die einen nahestehenden Menschen mit Demenz im häuslichen Umfeld betreuen oder dies künftig tun möchten, bietet das Mehrgenerationenhaus in Kooperation mit dem Demenz-Netzwerk im Landkreis Sankt Wendel eine Schulung an. Diese umfasst fünf Termine: **02.11., 09.11., 16.11.; jeweils von 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr im Mehrgenerationenhaus Nonnweiler.** Referentin ist Nicole Klingenberg, Marte-Meo Trainerin aus Saarbrücken. Marte-Meo ist ein in den 1970er Jahr entwickeltes Beratungskonzept, das unter anderem anleiten soll, wie noch vorhandene kommunikative, soziale und emotionale Fähigkeiten erkannt, genutzt und erhalten werden können. Die Schulung klärt darüber auf, welche Auswirkungen demenzielle Veränderungen für Betroffene und

das Umfeld haben, wie Menschen mit Einschränkungen geholfen werden kann, vorhandene Fähigkeiten zu erhalten und wie mit herausfordernden Situationen umzugehen ist.
Teilnahmegebühr: 30,00€. Anmeldung über das Demenz-Netzwerk im Landkreis Sankt Wendel: Tel.: 06851/801-5251, Mail: demenznetzwerk@lkwnd.de.

„Senioren-Bus“

Dienstag, 03., 10., 17. November 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 Abfahrtzeiten vor dem Haus bereit zu halten. Weitere Informationen und Anmeldung für die Mitfahrt bis Montag 12:00 Uhr.

„Sprechstunde Pflegestützpunkt“

Dienstag, 03., 10., 17., 24. November 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, 24. November 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, 03., 10., 17., 24. November 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, 03., 10., 17., 24. November 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, 03. November 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.

„Nahversorgung“

Mittwoch, 04., 11., 18., 25. November 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.

„Crash-Kurs Erste Hilfe am Kind-Sicherheit für die Kleinsten“

Dienstag, 17. November 2026 von 19.00 Uhr bis 22.00 Uhr.

Der kompakte Kurs vermittelt die wichtigsten Maßnahmen bei typischen Unfällen im Kindesalter (z.B. Ertrinken, Verbrennungen, Vergiftungen, Stürze,) sowie bei häufigen Notfallsituationen wie Krupp-Anfällen oder Fiberkrämpfen. Zudem werden Hinweise zur Unfallprävention gegeben. Eine Demonstration der Herz-Lungen-Wiederbelebung ist ebenfalls Bestandteil des Kurses. Das Angebot richtet sich an werdende Eltern, Eltern mit Kindern von 0 bis 6 Jahren, sowie alle Interessierten. Referentin ist Mechthild Hoehl, erfahrene Kinderkrankenschwester mit langjähriger Tätigkeit auf Kinderintensivstationen, Herausgeberin des Thieme-Lehrbuches „Gesundheits- und Kinderkrankenpflege“, sowie Zusatzqualifikationen als Erste-Hilfe-Trainerin und Familienberaterin.
Teilnahmegebühr pro Person: 30,00 € (3 Stunden).
Weitere Informationen und verbindliche Anmeldung im Mehrgenerationenhaus unter :06873/660-73 oder unter mehrgenerationenhaus@nonnweiler.de.

„Indischer Babymassagekurs nach Frèdèric Leboyer“

Mittwoch, 18. November 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 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.

„Tablet-Treff“

Mittwoch, 24. November von 13.00 Uhr bis 15.00 Uhr.

Thema: „Barrierefreiheit am Smartphone – Hilfreiche Apps, KI-Sprachsysteme und Chatbots.

Wir nutzen das Smartphone inzwischen täglich, auch für wichtige Dinge wie Online-Banking und Vertragsabschlüsse. Doch bereits leichte Beeinträchtigungen des Seh- oder Hörvermögens können die Bedienung erschweren und so zu Fehlern führen. Dies lässt sich mit den richtigen Anwendungen vermeiden. So können beispielsweise an jedem Smartphone die Schriftgröße und die Helligkeit

eingestellt sowie Kopfhörer angeschlossen werden. Darüber hinaus gibt es Apps und digitale Assistenten, die teilweise mit Künstlicher Intelligenz ausgestattet sind und Ihnen den Alltag erleichtern können. Wir zeigen Ihnen, wie diese Systeme funktionieren und wie Sie sie nutzen können.
Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung im MGH unter 06873/660-73.

„Herbstliches Pflegekränzje“

Die Versorgung von pflegebedürftigen Menschen in ihrem Zuhause ist nur durch den dauerhaften Einsatz sehr vieler Angehöriger möglich. Der Wert, den diese Pflegetätigkeit für die Gesellschaft hat, ist nicht zu ermessen. Die Pflege eines Angehörigen bedeutet häufig auch, dass eigene Bedürfnisse und Interessen zurückgestellt werden müssen und wenig Zeit für soziale Kontakte vorhanden ist. Das Mehrgenerationenhaus Nonnweiler lädt daher in Kooperation mit dem Pflegestützpunkt im Landkreis St. Wendel pflegende Angehörige zu einem „herbstlichen Pflegekränzje“ ein. Bei einer gemütlichen Tasse Kaffee, leckerem Kuchen und einer herbstlichen Atmosphäre möchten wir gemeinsam plaudern, Erfahrungen austauschen und auch Fragen zum Thema Pflege werden beantwortet. Die Veranstaltung findet am **Mittwoch,** den **18. November 2026** von **15:00-17:00 Uhr** im **Mehrgenerationenhaus Nonnweiler**, Trierer Straße 9, statt. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung im MGH unter 06873/660-73 oder mehrgenerationenhaus@nonnweiler.de.

„Schach-Café“

Mittwoch, 04., 11., 25. November 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.

„EUTB“

Donnerstag, 26. November 2026 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 M. Katzenberger, EUTB-Beraterin im Landkreis Sankt Wendel unter 0170/5546721, per Mail unter eutb-katzenberger@lebenshilfe-saarland.de oder direkt im MGH.

„Saar66 - Offene Sprechstunde“

Donnerstag, 05., 12., 19., 26. November von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr.

Das Projekt Saar66 setzt sich für ein gutes Leben in unserer Gemeinde ein: durch Vernetzung, neue Ideen und passende Angebote für die Generation 55+. Kommen Sie gerne vorbei – für Fragen, Ideen oder einfach zum Austausch. Kontakt: Annalena Arend, Tel.: 0155-65471401; a.arend@ideeon.info.

„Smartphone-Sprechstunde“ – Hilfe, Tipps und Tricks

Donnerstag, 05., 12., 19., 26. November von 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr und 13:30 Uhr bis 16:30 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.

„Spielenachmittag Rommé“

Donnerstag, 05., 12, 19., 26. November 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!

„Geburtsvorbereitungskurs“

Freitag, 17. Oktober von 17:00 Uhr bis 21:00 Uhr und
Samstag, 18. Oktober 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, 07., 14., 21.,28. November von 09:00 Uhr bis 11:00 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.