

## Programm MGH: Stand (01/24)

### Montag:

#### 13:00-14:30 Uhr: Zeit für mich – internationaler Frauentreff (ab Februar)

Jeden Montag sind Sie herzlich zu unserem Treff eingeladen.

Sie möchten die deutsche Sprache kennenlernen?

Sie möchten andere Kulturen kennenlernen, sich mit anderen Frauen austauschen?

Dann kommen Sie zu uns, wir laden Sie herzlich ein.

#### 15:00 – 16:30 Uhr: Spieletreff

Wenn der Tisch zu klein ist, man neugierig auf neue Spiele ist oder einfach nur ein Mitspieler / eine Mitspielerin zu Skat oder Rommee fehlt.... Beim Spieletreff können sich Einzelne oder ganze Gruppen zum gemeinsamen Spielen treffen.

### Dienstag:

#### Ab 15:00 Uhr: Lernwerkstatt

Für alle Erwachsenen, die sicherer lesen und schreiben lernen möchten.

#### 15:30-16:30 Uhr: Gedächtnistraining

Körperübungen, Rätsel, Spiele, Basteln – es gibt viele Wege, das Gedächtnis zu trainieren und unsere geistigen Fähigkeiten zu erhalten. Und Spaß macht es in der Gruppe auch !



#### 15:30 – 16:00 Uhr: Miteinander kreativ (letzter Di des Monats)

Von 2 – 99 Jahren sind alle herzlich eingeladen, einmal im Monat miteinander jahreszeitliches zu basteln. Tisch- und Fenster-schmuck, kleine Spielsachen, Karten und Schönes zum Verschenken. Wir bitten um Anmeldung.

### Mittwoch:

#### 14:30-16:00 Uhr: Singkreis

Singen Sie gemeinsam mit dem MGH-Singkreis traditionelle Volkslieder und altbekannte Schlager. Alle die gerne singen sind herzlich eingeladen zum Mitsingen! Bitte Termine erfragen.

#### 14:30-16:00 Uhr: English conversation

Mit dem kostenlosen Kurs lernen Sie zusammen mit Menschen verschiedenster Generationen und Nationen, eine allgegenwärtige und wunderbare Sprache. We are looking forward to meeting you!

### Donnerstag:

#### 13:00- 14:30 Uhr: Miteinander aktiv

Wenn Sie beweglich und fit bleiben möchten, sind Sie hier richtig. Es werden im Sitzen vielseitige Übungen ausgeführt, welche der körperlichen Gesundheit guttun - und das in netter Gesellschaft.

#### 14:00-16:00 Uhr: Tanzkreis

Für alle die Freude an Rhythmus und Bewegung haben. Eingeübt werden z.B. Gesellschafts- und Folkloretänze, Square Dance und Line Dance Choreographien.

#### 14:00-16:00 Uhr: Handarbeitstreff (14 tägig-gerade Wochen)

Wer in schöner Gesellschaft mit Wolle und Geschick kreativ sein möchte, ist herzlich willkommen. Auch Anfänger werden gerne in das schöne Hobby eingeführt. Einfach vorbeikommen, auch bei Fragen zu kleinen Näharbeiten.

#### 15:00 -16:00 Uhr: Bewegungsspielplatz (für Kinder zwischen 1 und 3 Jahren)

Klettern, Springen, Hüpfen, Rennen ... und immer wieder neue Spielideen erfinden. Kinder und Erwachsene gehen dabei gemeinsam auf Entdeckungstour. Jede Woche warten neue Spielgeräte auf Euch.

#### 16:15-17.00 Uhr: Smartphone-Coaching (14 tägig-gerade Wochen)

Ehrenamtliche geben wichtige Tipps beim Umgang mit Smartphone und Tablet. In kleinen Gruppen oder Einzelgesprächen klären wir Fragen und lösen auftretende Probleme.

### Freitag:

#### 13:30-14:30 Uhr: Krabbeltreff (bis ca 12 Monate)

Hier sind alle Mütter, Väter oder Großeltern mit ihren Kindern/Enkeln eingeladen zum gemeinsamen Spielen und um sich mit anderen auszutauschen.

### Offener Treff:

Das Herzstück unseres Hauses ist der offene Treff. Täglich können hier während unserer Öffnungszeiten Wartezeiten überbrückt, Pausen vom Alltag gemacht oder sich mit anderen getroffen werden. Dabei ist immer jemand von uns als Ansprechpartner\*in vor Ort und hilft Ihnen gerne mit Informationen.



## Weitere Angebote:

### Lernförderung:

Viele Schüler\*innen haben einige Lücken im Lehrstoff. Ehrenamtliche bieten Unterstützung in den unterschiedlichsten Fächern an.

### Mentorentreffen:

Mentoren helfen Menschen mit anderer Muttersprache beim Erlernen der deutschen Sprache. (Ehrenamtliche Mentor\*innen gesucht)

### Bücherecke:

Unsere Bücherecke ist jeden Wochentag, während unserer Öffnungszeiten, für Sie geöffnet. Hier können Sie sich Bücher für zu Hause mitnehmen, oder diese direkt vor Ort lesen.



### Sie benötigen Räumlichkeiten?

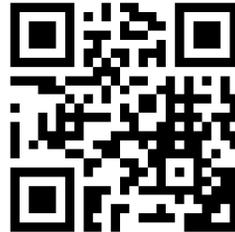
Im MGH stehen einige Räume zur Verfügung, welche während unserer Öffnungszeiten auch von externen Gruppen oder Vereinen genutzt werden können. Sollten Sie daran interessiert sein einen Raum zu mieten, rufen Sie uns einfach an

### Ehrenamt:

Um die zahlreichen Angebote zu verwirklichen, sind wir immer auf die Hilfe von einigen Ehrenamtlichen angewiesen. Wenn Sie ein Programmpunkt besonders anspricht oder Sie sich vielleicht auch mit neuen Ideen einbringen möchten, melden Sie sich gerne bei uns !

**Sie haben Fragen oder interessieren sich für einen unserer Programmpunkte?**  
**Melden Sie sich gerne telefonisch oder direkt bei uns persönlich:**

Kennelstraße 7  
67659 Kaiserslautern  
Tel: 0631/36120-280  
Montag bis Freitag: 13-17 Uhr  
[info.mgh-kl@caritas-speyer.de](mailto:info.mgh-kl@caritas-speyer.de)



**Mehr Informationen über unsere Angebote auf unserer Website: [www.mghkl.de](http://www.mghkl.de)**

# Programm Mehrgenerationenhaus 2024



Mehr  
Generationen  
Haus  
Kaiserslautern



**Gefördert von:**

