

PROGRAMM MEHRCOGENERATIONENHAUS

Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle
Begegnungshaus am Urteilsplatz

Juli - August 2026



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander

Stadt **Lahr** 



Mehrgenerationenhäuser sind Orte, an denen sich Alt und Jung begegnen, einander helfen, ihre Erfahrungen und ihr Können einbringen. Als niederschwellige Anlaufstellen übertragen sie das Prinzip der früheren Großfamilie in die moderne Gesellschaft. Sie bieten Menschen unterschiedlichen Alters und verschiedener Herkunft die Möglichkeit, sich zu engagieren, voneinander zu lernen und Gemeinschaft zu erleben. An seinen beiden Standorten - dem Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle und dem Begegnungshaus am Urteilsplatz - bietet das Mehrgenerationenhaus Lahr neue Möglichkeiten der generationenübergreifenden Begegnung, Bildung und Information sowie des bürgerschaftlichen Engagements.

BÜRGERZENTRUM TREFFPUNKT STADTMÜHLE

Die zentral in der Lahrer Innenstadt gelegene Einrichtung wurde 1979 als „Altenbegegnungsstätte“ eröffnet. Der Name „Stadtmühle“ geht auf die historische Stadtmühle zurück, die einst hier stand. Schwerpunkte des Bürgerzentrums Treffpunkt Stadtmühle sind heute generationenübergreifende und generationenspezifische Angebote für Seniorinnen und Senioren. Das Angebotsspektrum reicht von Vorträgen und Gesprächskreisen, Angeboten im Bereich Kultur, Musik und Tanz, Spielertreffs, Bewegungs- und Entspannungsangeboten über Digitalkurse und „Digitalhilfe hoch drei“ sowie Gedächtnistraining hin zu Ausstellungen und Festen.

Offenes Café

Das Herzstück des Bürgerzentrums ist das durch ehrenamtlich Mitarbeitende bewirtete Café. Es hat von Montag bis Freitag von 13:30 bis 17:30 Uhr für Sie geöffnet und bietet eine Plattform für Begegnung und Kommunikation.

BEGEGNUNGSHAUS AM URTEILSPLATZ

Im Jahr 2010 öffnete das Begegnungshaus am Urteilsplatz seine Pforten und bietet seitdem Lahrer Bürgerinnen und Bürgern eine Plattform der Begegnung und des bürgerschaftlichen Engagements in der Kernstadt. Hier können sich alle den eigenen Fähigkeiten entsprechend einbringen, Unterstützung bieten und erhalten. Seit der Eröffnung des Begegnungshauses hat sich einiges getan. Neben den vielfältigen regelmäßigen Angeboten werden auch unterschiedliche Projekte von den Mitarbeitenden koordiniert.

Die Angebotspalette reicht von Bildungs-, Beratungs- und Begegnungsangeboten sowie Qualifizierungs- und Entlastungsangeboten über Aktivitäten in den Bereichen (Inter-)Kulturelles, Familie, Selbsthilfe und Kreatives bis hin zu Ausstellungen und Festen.

Für Fragen und Anregungen stehen wir gerne zur Verfügung. Darüber hinaus freuen wir uns über alle neuen Engagierten, die unsere Arbeit unterstützen möchten oder mit neuen Ideen an uns herantreten – von der Vielfalt und Kreativität lebt das Mehrgenerationenhaus!

Ihre Ansprechpersonen:

Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle

Edwin Fischer

Viktoria Lambertucci

Nicole Pauly (FSJ-Mitarbeiterin)

Bei der Stadtmühle 2, 77933 Lahr

Tel.: 07821 21787

E-Mail: stadtmuehle@lahr.de

Öffnungs- und Sprechzeiten:

Montag bis Freitag 13:30 bis 17:30 Uhr

Begegnungshaus am Urteilsplatz

Susanne Jacobs

Viktoria Lambertucci

Nicole Pauly (FSJ-Mitarbeiterin)

Friedrichstr. 7, 77933 Lahr

Tel.: 07821 / 910-5063 Susanne Jacobs

Tel.: 07821 / 910-5064 Viktoria Lambertucci

Tel.: 07821 / 910-5065 Beratungsraum 1: Anschluss ausschließlich während der Sprechzeiten unserer zweisprachigen Sozialberatungen erreichbar!

E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

Öffnungs- und Sprechzeiten:

Montag und Dienstag 10:00 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 16:00 Uhr

Mittwoch 10:00 bis 12:00 Uhr

Donnerstag 10:00 bis 14:00 Uhr

Freitag 10:00 bis 12:00 Uhr



HINWEIS ZUR HANDHABUNG

Eine vollständige Übersicht aller Angebote, die an einem bestimmten Tag stattfinden, finden Sie in der „**Terminübersicht**“ des jeweiligen Standortes.

Weitere Informationen zu den regelmäßig stattfindenden Angeboten (wöchentlich und 14-tägig) finden Sie unter „**Wochenplan & Projekte**“, Informationen zu den wechselnden Angeboten (einmalig oder monatlich) unter „**Wechselndes Programm**“.

INHALTSVERZEICHNIS

SEITE

**Mehrgenerationenhaus Lahr
BÜRGERZENTRUM TREFFPUNKT STADTMÜHLE**

Terminübersicht	5
Wochenplan & Projekte	8
Wechselndes Programm	10

**Mehrgenerationenhaus Lahr
BEGEGNUNGSHAUS AM URTEILSPLATZ**

Terminübersicht	18
Wochenplan & Projekte	21
Wechselndes Programm	26

Bildnachweise:

„Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle“, „Begegnungshaus am Urteilsplatz“: © konzept-projekt.de
 „Film“, „Bildvortrag“, „Smartphone“, „Tablett“, „Café“, „Buch“, „Fahrräder“: © pxhere.com
 „Sonnenblumen“ © Elena Petrova - Fotolia
 „Mittagstisch“: © REDPIXEL - stock.adobe.com
 „Ausstellung Gabriele Melzer“ © Gabriele Melzer
 alle anderen Bilder: © Stadt Lahr / Mehrgenerationenhaus

Mittwoch, 01.07.:

- 09:00 Uhr Yoga
- 14:00 Uhr Spielenachmittag: Bridge/ Cego
- 14:30 Uhr Gymnastik

Donnerstag, 02.07.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
- 15:00 Uhr Digitalhilfe³
- 15:00 Uhr Treffpunkt neuer Lebensabschnitt

Freitag, 03.07.:

- 12:00 Uhr Mittagstisch
- 15:00 Uhr Englisch-Stammtisch

Samstag, 04.07.:

- 14:00 Uhr Repair-Café

Montag, 06.07.:

- 14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
- 14:00 Uhr Spielenachmittag
- 18:30 Uhr Selbsthilfegruppe „Männer mit Krebs“

Dienstag, 07.07.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Bildvortrag „Demokratische Republik Kongo, Gorillas und Vulkane“
- 17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“

Mittwoch, 08.07.:

- 09:00 Uhr Yoga
- 14:00 Uhr Spielenachmittag: Bridge/ Cego
- 14:30 Uhr Gymnastik
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Betroffene toxischer/narzisstischer Beziehungen“

Donnerstag, 09.07.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
- 15:00 Uhr Schlaganfallcafé
- 15:00 Uhr Digitalhilfe³
- 16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im Forum Cinema
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Borderline“

Freitag, 10.07.:

- 10:00 Uhr Halbtageswanderung
- 15:00 Uhr Trauercafé

Montag, 13.07.

- 14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
- 14:00 Uhr Spielenachmittag
- 16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „ADHS Elterngruppe“

Dienstag, 14.07.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Bildvortrag „Marokko“
- 17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“

Mittwoch, 15.07.:

- 09:00 Uhr Yoga
- 14:00 Uhr Spielenachmittag: Bridge/ Cego
- 14:30 Uhr Gymnastik

Donnerstag, 16.07.:

- 09:00 Uhr Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung
- 09:00 Uhr Walking-Treff
- 12:00 Uhr Kulturfahrt nach Nagold
- 15:00 Uhr Offenes Singen
- 15:00 Uhr Digitalhilfe³

Freitag, 17.07.:

- 10:00 Uhr Kleine Radtour
- 15:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Gemeinsam stark“
- 15:00 Uhr Englisch-Stammtisch

Montag, 20.07.:

- 14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
- 14:00 Uhr Spielenachmittag

Dienstag, 21.07.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Filmpremierre „Tunesien“
- 17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“

Mittwoch, 22.07.:

- 09:00 Uhr Yoga
- 14:00 Uhr Spielenachmittag: Bridge/ Cego
- 14:30 Uhr Gymnastik
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Betroffene toxischer/narzisstischer Beziehungen“

Donnerstag, 23.07.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
- 15:00 Uhr Sudoku-Treff
- 16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im Forum Cinema
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Borderline“

Montag, 27.07.:

- 14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
- 14:00 Uhr Spielenachmittag
- 16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „ADHS Elterngroupe“

Dienstag, 28.07.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta- Treff
- 15:00 Uhr Bildvortrag „Kinzigtal“
- 17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“

Mittwoch, 29.07.:

- 09:00 Uhr Yoga
- 14:00 Uhr Spielenachmittag: Bridge/ Cego
- 14:30 Uhr Gymnastik
- 15:00 Uhr Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz

Donnerstag, 30.07.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff

Freitag, 31.07.:

- 15:00 Uhr Musikalischer Nachmittag mit der Gitarrengruppe „Saitenspiel“

Samstag, 01.08.:

- 14:00 Uhr Repair-Café

Montag, 03.08.:

- 14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
- 14:00 Uhr Spielenachmittag
- 18:30 Uhr Selbsthilfegruppe „Männer mit Krebs“

Dienstag, 04.08.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Bildvortrag „Wilde, unbekannte Schönheit Vercors“
- 17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“

Mittwoch, 05.08.:

- 09:00 Uhr Yoga
- 14:00 Uhr Spielenachmittag: Bridge/ Cego
- 14:30 Uhr Gymnastik

Donnerstag, 06.08.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
- 15:00 Uhr Treffpunkt neuer Lebensabschnitt
- 15:00 Uhr Digitalhilfe³

Freitag, 07.08.:

- 12:00 Uhr Mittagstisch
- 15:00 Uhr Englisch-Stammtisch

Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist von

Freitag, 07.08., 17:30 Uhr bis Sonntag, 30.08. geschlossen.

In dieser Zeit können keine Angebote oder Treffen in den Räumlichkeiten der Stadtmühle stattfinden.

Ab Montag, 31.08.2026 haben wir wieder für Sie geöffnet.

Donnerstag, 13.08.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff

Freitag, 14.08.:

- 09:45 Uhr Halbtageswanderung

Donnerstag, 20.08.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff

Freitag, 21.08.:

- 10:00 Uhr Kleine Radtour

Donnerstag, 27.08.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff



10 Jahre Repair-Café: Das Repair-Café konnte im Juni sein zehnjähriges Bestehen feiern. Bis jetzt fand das Repair-Café 76 mal statt und es wurden 2350 Geräte und Gegenstände zur Reparatur gebracht.



Ausstellung Gabriele Melzer: Die Ausstellung „Farbgeschichten“ von Gabriele Melzer ist seit kurzem in den beiden Standorten des Mehrgenerationenhauses Lehr zu sehen.



Digitalhilfe³: Neue Engagierte, die gerne ältere Menschen im Umgang mit Smartphone und Tablet unterstützen möchten, sind herzlich willkommen. Auch Schülerinnen und Schüler können im Rahmen ihres schulischen sozialen Engagements auf Zeit mitarbeiten.


MONTAG
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe

Wir häkeln und stricken Deko- und Geschenkartikel, Schals, Mützen, Socken, Kinderkleidung und mehr. Der Verkaufserlös geht an soziale Einrichtungen. Leitung: Ursula Voll

14:00 Uhr Spielenachmittag im Café

Derzeit werden Rommé und Skat gespielt. Aber auch andere Spiele wären möglich. Bei Interesse melden Sie sich bitte im Büro der Stadtmühle.

16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende (14-tägig)

Die Gruppe tauscht sich aus, macht Gedächtnistraining und spielt. Neue Interessierte sind herzlich willkommen.

18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Elternggruppe ADHS“ (2. + 4. Montag)

Für Eltern bzw. Angehörige von Kindern mit ADHS. Infos bei der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen unter 0781/8059771 oder per E-Mail an selbsthilfe@ortenaukreis.de (gilt für alle Selbsthilfegruppen die hier aufgeführt sind).

DIENSTAG
10:00 Uhr Qigong

Qigong, bestehend aus Lockerungsübungen, stillem Qigong und den 18 Qigong-Übungen, regt durch harmonische Bewegungen den Energiefluss im Körper an.

Leitung: Margaretha Heitzmann

14:30 Uhr Canasta-Treff

Das Kartenspiel Canasta kann zu dritt oder in zwei oder drei Zweierteams gegeneinander gespielt werden.

Leitung: Lydia Manthey

15:00 Uhr Vorträge im Café

Vorträge, Mediashows und Filme mit wechselnden Themen und Referenten. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“

Dieser Treffpunkt will Vereinsamung entgegenwirken.

MITTWOCH
9:00 Uhr Yoga

Yoga fördert die Koordination, stärkt die Muskulatur, lindert Verspannungen, hält den Körper beweglich und kann auch ohne jegliche Vorkenntnisse bis ins hohe Alter ausgeübt werden. Leitung: Ursula Asimus

14:00 Uhr Spielenachmittag im Café

Wir spielen Bridge (Fortgeschrittene), Cego und Doppelkopf. Bei Interesse melden Sie sich bitte im Büro der Stadtmühle.

14:30 Uhr Gymnastik

Durch gezielte Übungen (sitzend und stehend) trainieren wir Beweglichkeit, Herz und Kreislauf. Leitung: Angelika Fleig

18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Betroffene toxischer/narzisstischer Beziehungen“ (2. + 4. Mittwoch)

Raum für Austausch, Unterstützung, Halt und gegenseitige Stärkung.

DONNERSTAG
9:00 Uhr Walking (im Winter 14:00 Uhr)

Treffpunkt: Anfang der Husarenstraße hinter dem Lidl Supermarkt. Dauer ca. eine Stunde.

Leitung: Brigitte Baum, Telefon 07821/41513.

15:00 Uhr Digitalhilfe³ (1., 2. + 3. Donnerstag)

Ehrenamtliche geben bei der Digitalhilfe³ (bisher PC-Club) Unterstützung beim Umgang mit Smartphone, Tablet und PC.

18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Borderline“ (2. + 4. Donnerstag)

Für Menschen mit Borderline-Störung.

FREITAG
15:00 Uhr Englisch-Stammtisch (1. + 3. Freitag)

Verschiedene gesellschaftliche Themen werden diskutiert und so der Englisch-Wortschatz gepflegt und weiter ausgebaut.

TÄGLICH
13:30 – 17:30 Uhr Büchertauschbörse

Die Büchertauschbörse befindet sich im Flur der Stadtmühle. Hier können Sie Bücher abgeben und Bücher einfach mitnehmen.

PROJEKTE
Taschengeldbörse des Mehrgenerationenhauses

Sie wünschen sich zeitweilig Unterstützung in Haus und Garten? Wir vermitteln Ihnen den Kontakt zu Jugendlichen, die für Sie einfache Aufgaben übernehmen, wie z.B. Rasen mähen, Einkaufen, Hund Gassi führen, Smartphone-Nachhilfe... Bei Interesse melden Sie sich bitte im Büro der Stadtmühle.

Hundebesuchsdienst in Pflegeeinrichtungen

Geschulte Hundehalter besuchen regelmäßig mit ihren vierbeinigen Lieblingen Gäste und Bewohner von Pflegeeinrichtungen. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine Hundeeignungsprüfung und die Teilnahme an einer umfangreichen Schulung.

Vorlesepaten in Schulen und Kitas

Engagierte Personen lesen an Grundschulen und Kitas vor und regen so Kinder zum Lesen von Büchern an. Bei Interesse an einer Mitarbeit melden Sie sich bitte im Büro der Stadtmühle.



KUNSTAUSSTELLUNGEN im Mehrgenerationenhaus
Eine Ausstellung, zwei Orte: Im Begegnungshaus am Urteilsplatz und im Treffpunkt Stadtmühle ist die aktuelle Ausstellung zu den jeweiligen Öffnungszeiten zu sehen:



**FARBgeSCHICHTEN – kontrastreich wie das Leben...
Ausstellung von Gabriele Melzer**

Die Ausstellung von Gabriele Melzer ist ab Mitte Mai im Mehrgenerationenhaus zu sehen. Die Hinwendung zur Malerei und zur Kunstliteratur hat sie seit frühester Jugend tief in ihrem Herzen gefühlt. Die stetige Weiterentwicklung in zahlreichen Kursen und häufig auch im Einzelunterricht sowie der Teilnahme an Kunstschulen hat ihre Leidenschaft zur Malerei und Fotografie intensiviert. Als gebürtige Schwäbin kam sie vor knapp 30 Jahren der Liebe wegen in den wunderschönen Schwarzwald und hat hier mit ihrer Familie und einigen Vierbeinern eine neue Heimat gefunden. Es sind auch heute immer noch die großformatigen abstrakten Bilder, die sie mit Fantasie, viel Gefühl und vielfältigen Materialien am liebsten mit den Händen bearbeitet. Ihre Augen und das intensive Empfinden in der Natur schulen sie, die eingprägten Motive in abstrakte Aussagen auf die Leinwand zu übertragen. Diese neugefundenen Spuren zu den ausdrucksvollen Kompositionen und neuen Bildwelten mit Farbtiefen und Formenempfindung verdichten, das ist es, was sie erfüllt. Es entstehen Schichten, Farbschichten, Farb(ge)schichten...



**Donnerstag, 02.07., 15:00 Uhr
Treffpunkt neuer Lebensabschnitt**

Wir treffen uns zum Austausch und zu gemeinsamen Unternehmungen. Neue Interessierte sind herzlich willkommen.



**Freitag, 03.07., 12:00 Uhr
Mittagstisch**

Gemeinsam essen und dabei miteinander ins Gespräch kommen. Das Mittagessen inklusive Tischgetränk kostet 6 € pro Person. Helfende Hände (ab 09:30 Uhr) sind willkommen. Wer helfen oder auch nur mitessen möchte: Anmeldung erforderlich im Büro der Stadtmühle oder unter Telefon 07821/21787.



**Samstag, 04.07., 14:00 bis 17:00 Uhr
Repair-Café**

Gebracht werden können Elektrogeräte, Kleidung, Fahrräder, Spielzeug, Uhren, Kleinmöbel, Geschirr und Nähmaschinen. Da für Nähmaschinen, Smartphones, Tablets, Drucker und PC nicht immer Fachkundige anwesend sind, wird empfohlen, sich vorher im Büro des Bürgerzentrums Treffpunkt Stadtmühle unter Telefon 07821/21787 zu erkundigen. Von der Reparatur ausgeschlossen sind Kaffeevollautomaten. Wartezeiten können im Café der Stadtmühle mit Kaffee und Kuchen sowie Kaltgetränken überbrückt werden.

**Montag, 06.07., 18:30 Uhr
Selbsthilfegruppe Männer mit Krebs**

Austausch und Beratung gibt es in der Selbsthilfegruppe Männer mit Krebs im Ortenaukreis (mit Schwerpunkt Prostatakrebs). Unsere Gruppentreffen finden in der Regel jeden 1. Montag im Monat statt, gerne auch in Begleitung von Angehörigen. Schauen Sie unverbindlich vorbei zu Vorträgen mit Referenten, Ärzten, Urologen, Radiologen und Apothekern. Infos unter Telefon 07822/9202.



**Dienstag, 07.07., 15:00 Uhr
Bildvortrag „Demokratische Republik Kongo, Gorillas und Vulkane“**

Bertram Rueb berichtet von seiner abenteuerlichen Reise in die Demokratische Republik Kongo. Im Dreiländereck des ehemaligen Zaire blickt man vom Kraterrand des aktiven Vulkans Nyiragongo in den weltgrößten Lavasee, den man nach einem anstrengenden Aufstieg erreicht. An den Hängen der Virungavulkane leben die letzten Berggorillas und im Kahuzi-Biega Nationalpark Flachlandgorillas. Erleben Sie die faszinierenden Tiere in ihrer freien Wildbahn. Ein Besuch im Pygmäendorf beendet die Rundreise durchs Herz Schwarzafrikas.



**Donnerstag, 09.07., 16:00 Uhr
Forum-Seniorenkino im Forum Cinema, Friedrichstraße 10:
„Bon Voyage - bis hierhin und noch weiter“
7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)**



Freitag, 10.07., 10:00 Uhr

Halbtageswanderung

Wir treffen uns um 10.00 Uhr am Bahnhof in Lahr und fahren mit dem Zug um 10.20 Uhr nach Gengenbach. Wir wandern rund um Gengenbach auf der Kapellenrunde (5 km und 150 Höhenmeter) und kehren in Gengenbach ein. Die Rückkehr nach Lahr ist um 15.35 Uhr oder 16.44 Uhr. Anmeldung bei Peter Kiehne unter Telefon 07821/53146 oder 0175/5208835.

Freitag, 10.07., 15:00 Uhr

Gemeinsam mit Trauer umgehen im Trauercafé

Das Trauercafé ist ein offenes, unverbindliches Angebot: Hier können Menschen in Trauer in Kontakt mit anderen Menschen in einer ähnlichen Situation kommen. Im Trauercafé ist vieles möglich: Gemeinsame Gespräche, gemeinsames Weinen, gemeinsames Lachen und neue Kontakte knüpfen. Das Trauercafé ist ein Kooperationsprojekt des Hospizvereins Lahr e.V., des Pflegestützpunktes Ortenaukreis- Außenstelle Lahr und der Stadtmühle.

Dienstag, 14.07., 15:00 Uhr

Bildvortrag „Marokko“

Ewald Hall berichtet von seiner Reise durch den Norden Marokkos mit der europäisch beeinflussten Hafenstadt Tanger und den drei Königsstädten Rabat, Meknès und Fès. Zum Entspannen besuchen wir die alte portugiesische Festung El Jadida am Atlantik und mit einem Abstecher von Tanger aus das schmucke Städtchen Asilah. Natürlich darf dabei die Hauptstadt Casablanca mit ihrer berühmten Moschee nicht fehlen. Unsere Fahrten mit der marokkanischen Eisenbahn führen uns durch Überschwemmungsgebiete und wir müssen unsere Reiseroute wegen starker Regenfälle immer wieder ändern. Glücklicherweise erreichen wir am Ende noch die zweitletzte Fähre über die Straße von Gibraltar nach Südspanien.

Donnerstag, 16.07., 09:00 Uhr

Beratung für Menschen mit Behinderung der EUTB® Ortenau (Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung)

Dieses kostenlose Beratungsangebot der Arbeitsgemeinschaft Behindertenhilfe im Ortenaukreis ist Anlaufstelle für Menschen mit vorhandener oder drohender Behinderung, Angehörige oder gesetzliche Betreuer, die Fragen rund um das Thema „Behinderung“ und Teilhabe nach dem SGB IX haben. Wir besprechen mit Ihnen, welche Leistungsansprüche Sie haben und informieren Sie, wo die entsprechenden Angebote zu finden sind.

In der EUTB® beraten Menschen, die selbst Erfahrungen mit Behinderung haben. Anmeldung erforderlich unter Telefon 0781/28948830 oder eutb@agbo.info

Donnerstag, 16.07.2026, 12:00 Uhr

Kulturfahrt nach Nagold

Die Kleinstadtperle Nagold ist ein lebendiges Städtchen mit liebevoll restaurierten Fachwerkhäusern, attraktiven Geschäften und vielfältiger Gastronomie.

Wir genießen das Schwarzwaldflair und finden am Ufer der Nagold idyllische Plätzchen zum Pausieren. Beim historischen Stadtrundgang erfahren wir Spannendes aus der Geschichte von Nagold. Im „Bahnhöfle“ sind für uns Plätze für den Nachmittagskaffee reserviert. Danach haben Sie noch etwas freie Zeit um nochmals die wunderschönen Fachwerkhäuser zu bestaunen oder Nagold zu genießen. Auf der Heimfahrt ist eine Abendeinkehr in Freudenstadt beim „Speckwirt“ am Marktplatz geplant. Abfahrt ist um 12:00 Uhr am Doler Platz (ehemaliger Halt an der Feuerwehr). Die Rückkehr nach Lahr ist für etwa 19:30 Uhr geplant. Die Fahrtkosten inklusiv Stadtführung betragen 25 €.

Anmeldung im Büro der Stadtmühle, unter Telefon 07821/21787 oder per Mail an „stadtmuehle@lahr.de“.

Donnerstag, 16.07., 15:00 Uhr

Offenes Singen mit Karl Bühler

Durch das gemeinsame Singen entsteht aus lauter Ichs ein Wir. Beim Singen in Gemeinschaft werden Glückshormone freigesetzt und es macht einfach Spaß. Alle, die gerne Schlager und Volkslieder singen, sind herzlich willkommen.

Freitag, 17.07., 10:00 Uhr

Kleine Radtour

Wir treffen uns um 10:00 Uhr an der Stadtmühle, fahren über Langenwinkel und Nonnenweiher nach Ottenheim und kehren im Anglerheim Ottenheim ein. Rückfahrt über Allmannsweiher nach Lahr. Streckenlänge 35 km ohne Steigungen.





Freitag, 17.07., 15:00 Uhr

Selbsthilfegruppe „Gemeinsam stark“

Die Selbsthilfegruppe ist ein Gesprächskreis für Menschen mit psychischen Erkrankungen. Der Erfahrungsaustausch stärkt uns, gemeinsam die „Achterbahn der Gefühle“ zu bewältigen. Weitere Interessierte sind herzlich willkommen. Die Termine finden jeweils am 3. Freitag des Monats statt. Ansprechpartnerin ist Andrea Jung.

Dienstag, 21.07., 15:00 Uhr

Bildvortrag „Filmpremiere Tunesien“

Im März 2026 entstanden Filmaufnahmen von Bernd Prengel bei einer Studienreise. Gezeigt werden u.a. römische Stätten der Antike, heilige Orte des Islams, raffinierte Wohnstätten der Berber. Wir schwelgen in der Farbenpracht von Sidi Bou Said und der Souks. Im antiken Karthago begegnet uns die uralte Kultur der Phönizier und im Bardo-Museum von Tunis die weltweit bedeutendste Sammlung römischer Mosaiken. Nach dem Besuch der Bergoasen rund um Tozeur durchfahren wir das Chott el-Djerid. Gigantisch präsentiert sich noch heute das Amphitheater von El-Djem. Die Rundreise endet in Hammamet.

Donnerstag, 23.07., 15:00 Uhr

Sudoku-Treff

Sudoku ist ein Zahlenspiel, welches sich als Gehirnjogging eignet und einfach zu erlernen, aber schwer zu lösen ist. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Neue Interessierte sind herzlich willkommen.
Leitung: Elfriede Fischer

Donnerstag, 23.07., 16:00 Uhr

Forum-Seniorenkino im Forum Cinema, Friedrichstraße 10:

„Ein Münchner im Himmel“

7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)

Dienstag, 28.07., 15:00 Uhr

Mediashow „Kinzigal“

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Schöne doch so nah liegt, dachte sich der Filmemacher Maurizio Poggio und führt sein Publikum in einem Filmbeitrag entlang der Kinzig. Vom Freilichtmuseum Vogtsbauernhof in Gutach geht es über Haslach, was durch den Silberbergbau Eingang ins Badnerlied fand, bis zur Reichsstadt Gengenbach, die als Gesamtanlage unter Denkmalschutz steht. Dabei erzählt der Buchautor Wissenswertes, was Sie vielleicht noch nicht kannten.

Mittwoch, 29.07., 15:00 Uhr

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz

Der Gesprächskreis findet einmal im Monat immer am letzten Mittwoch um 15 Uhr unter der Leitung von Irina Nazarenus von der Diakoniestation Lahr statt. Pflegenden Angehörigen tragen viel Verantwortung und bewältigen eine große Aufgabe. In der Gruppe können sich die Angehörigen über ihre Erfahrungen austauschen. Die Leitung des Gesprächskreises hört zu und gibt Tipps und Anregungen. Der Gesprächskreis ist ein Kooperationsangebot der Diakoniestation Lahr und des Bürgerzentrums Treffpunkt Stadtmühle und bietet Raum für alle Themen und Anliegen von pflegenden Angehörigen. Um Anmeldung wird gebeten unter Telefon 07821/ 93650

Freitag, 31.07., 15:00 Uhr

Musikalischer Nachmittag mit der Gitarrengruppe „Saitenklang“

Die Gitarrengruppe „Saitenklang“ spielt bekannte Schlager und Volkslieder zum Mitsingen. Die Gruppe besteht aus sieben Personen (6 Gitarren und eine Querflöte), besteht seit 2007 und gehört zur katholischen Kirchengemeinde Niederschopfheim. Eintritt frei.

Samstag, 01.08., 14:00 bis 17:00 Uhr

Repair-Café

Gebracht werden können Elektrogeräte, Kleidung, Fahrräder, Spielzeug, Uhren, Kleinmöbel, Geschirr und Nähmaschinen. Da für Nähmaschinen, Smartphones, Tablets, Drucker und PC nicht immer Fachkundige anwesend sind, wird empfohlen, sich vorher im Büro des Bürgerzentrums Treffpunkt Stadtmühle unter Telefon 07821/21787 zu erkundigen. Von der Reparatur ausgeschlossen sind Kaffeefullautomaten. Wartezeiten können im Café der Stadtmühle mit Kaffee und Kuchen sowie Kaltgetränken überbrückt werden.

Montag, 03.08., 18:30 Uhr

Selbsthilfegruppe Männer mit Krebs

Informationen dazu finden Sie auf Seite 11
Infos unter Telefon 07822/9202.





Dienstag, 04.08., 15:00 Uhr

Bildvortrag „Wilde, unbekannte Schönheit Vercors“

Gabriele Melcher berichtet über die wenig bekannten schroffen Kalkberge des Vercors - südwestlich von Grenoble. Sie bieten dem Naturliebhaber eine grandiose Landschaft mit Barrieren aus hellem Riffkalk, deren Klippen bis zu 300 Metern steil abfallen und markante, aufragende Einzelberge. Tiefe Schluchten, Wasserfälle, Karsthöhlen und unterirdische Flüsse prägen die Landschaft. Die abgeschiedenen Hochtäler sind erst seit dem 20. Jahrhundert mit atemberaubenden, aus dem Fels gesprengten Straßen erreichbar. Geschichtlich spielte der Vercors während der deutschen Besetzung als Zentrum der Résistance eine zentrale Rolle. Aufgrund der Unzugänglichkeit und der zahlreichen Höhlen bot er sich den Widerstandsgruppen als Versteck an. Vor der grandiosen Kulisse des Gebirges liegt das Tal der Isère, das touristisch mit landschaftlichen und kulturellen Highlights überrascht.

Donnerstag, 06.08., 15:00 Uhr

Treffpunkt neuer Lebensabschnitt

Informationen dazu finden Sie auf Seite 10



Freitag, 07.08., 12:00 Uhr

Mittagstisch

Informationen dazu finden Sie auf Seite 10

Anmeldung erforderlich im Büro der Stadtmühle oder unter Telefon 07821/21787.



Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist von Freitag, 07.08., 17:30 Uhr bis Sonntag, 30.08. geschlossen. In dieser Zeit können keine Angebote oder Treffen in den Räumlichkeiten der Stadtmühle stattfinden. Ab Montag, 31.08.2026 haben wir wieder für Sie geöffnet.

Freitag, 14.08., 09:45 Uhr

Halbtageswanderung

Wir treffen uns um 9:45 Uhr am Schlüssel in Lahr und fahren mit dem Bus 113 nach Ettenheim (Abfahrt um 9.59 Uhr). Wer möchte, kann unterwegs zusteigen. Wir wandern zum Heuberg und kehren anschließend in Ettenheim ein. Rückfahrt nach Lahr um 13.16 oder 14.20 Uhr.



Freitag, 21.08., 10:00 Uhr

Kleine Radtour

Wir treffen uns um 10:00 Uhr an der Stadtmühle, fahren über Nonnenweier und Wittenweier nach Kappel und kehren in Kappel ein. Rückfahrt über Grafenhausen, Mahlberg und Kippenheim nach Lahr. Rückkehr nach Lahr zwischen 15:00 und 16:00 Uhr. Streckenlänge ca. 35 km ohne Steigungen.



Mittwoch, 01.07.:

- 09:00 Uhr Mobile Beratung bei häuslicher Gewalt
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 16:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Ukrainisch
- 18:00 Uhr Bunter Treff
- 18:00 Uhr Malgruppe

Donnerstag, 02.07.:

- 09:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch

Freitag, 03.07.:

- 15:00 Uhr Theaterspielen und Singen
- 20:00 Uhr Selbsthilfegruppe NA

Montag, 06.07.:

- 10:00 Uhr Sprachcafé
- 14:00 Uhr Leseperaten

Dienstag, 07.07.:

- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 15:00 Uhr Grundkurs Gitarre für Kinder (10-12 J.)
- 15:45 Uhr Grundkurs Gitarre für Kinder (12-14 J.)
- 17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 08.07.:

- 09:00 Uhr Mobile Beratung bei häuslicher Gewalt
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 16:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Ukrainisch
- 18:00 Uhr Bunter Treff
- 18:00 Uhr Malgruppe

Donnerstag, 09.07.:

- 09:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch

Freitag, 10.07.:

- 15:00 Uhr Theaterspielen und Singen
- 20:00 Uhr Selbsthilfegruppe NA

Samstag, 11.07.:

- 15:00 Uhr Fadenzauber Makramee



Montag, 13.07.:

- 10:00 Uhr Sprachcafé
- 14:00 Uhr Leseperaten

Dienstag, 14.07.:

- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 15:00 Uhr Grundkurs Gitarre für Kinder (10-12 J.)
- 15:45 Uhr Grundkurs Gitarre für Kinder (12-14 J.)
- 17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 15.07.:

- 09:00 Uhr Mobile Beratung bei häuslicher Gewalt
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 16:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Ukrainisch
- 18:00 Uhr Bunter Treff
- 18:00 Uhr Malgruppe

Donnerstag, 16.07.:

- 09:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch

Freitag, 17.07.:

- 15:00 Uhr Theaterspielen und Singen
- 20:00 Uhr Selbsthilfegruppe NA

Montag, 20.07.:

- 10:00 Uhr Sprachcafé
- 14:00 Uhr Leseperaten

Dienstag, 21.07.:

- 10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1

- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 15:00 Uhr Grundkurs Gitarre für Kinder (10-12 J.)

- 15:45 Uhr Grundkurs Gitarre für Kinder (12-14 J.)

- 17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
- 19:00 Uhr Pflegeelterngruppe

Mittwoch, 22.07.:

- 09:00 Uhr Mobile Beratung bei häuslicher Gewalt
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1

- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 16:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Ukrainisch

- 18:00 Uhr Bunter Treff
- 18:00 Uhr Malgruppe

Donnerstag, 23.07.:

- 09:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch

Freitag, 24.07.:

- 15:00 Uhr Theaterspielen und Singen
- 20:00 Uhr Selbsthilfegruppe NA

Samstag, 25.07.:

- 15:00 Uhr Fadenzauber Makramee



Montag, 27.07.:

- 10:00 Uhr Sprachcafé
- 14:00 Uhr Leseperaten

Dienstag, 28.07.:

- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1

- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 15:00 Uhr Grundkurs Gitarre für Kinder (10-12 J.)

- 15:45 Uhr Grundkurs Gitarre für Kinder (12-14 J.)

- 17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 29.07.:

- 09:00 Uhr Mobile Beratung bei häuslicher Gewalt
- 09:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 1
- 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
- 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
- 16:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Ukrainisch
- 18:00 Uhr Bunter Treff
- 18:00 Uhr Malgruppe

Donnerstag, 30.07.:

- 09:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
- 17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch

Freitag, 31.07.:

- 15:00 Uhr Theaterspielen und Singen
- 20:00 Uhr Selbsthilfegruppe NA
- Dienstag, 04.08.:
- 17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 05.08.:

- 09:00 Uhr Mobile Beratung bei häuslicher Gewalt
- 16:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Ukrainisch
- 18:00 Uhr Bunter Treff
- 18:00 Uhr Malgruppe

Donnerstag, 06.08.:

- 09:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
- 17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch

Freitag, 07.08.:

- 15:00 Uhr Theaterspielen und Singen
- 20:00 Uhr Selbsthilfegruppe NA

**Dienstag, 11.08.:**

17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 12.08.:

09:00 Uhr Mobile Beratung bei häuslicher Gewalt

16:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Ukrainisch

18:00 Uhr Bunter Treff

18:00 Uhr Malgruppe

Donnerstag, 13.08.:

17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch

Freitag, 14.08.:

15:00 Uhr Theaterspielen und Singen

20:00 Uhr Selbsthilfegruppe NA

Dienstag, 18.08.:

17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 19.08.:

09:00 Uhr Mobile Beratung bei häuslicher Gewalt

16:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Ukrainisch

18:00 Uhr Bunter Treff

18:00 Uhr Malgruppe

Donnerstag, 20.08.:

17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch

Freitag, 21.08.:

15:00 Uhr Theaterspielen und Singen

20:00 Uhr Selbsthilfegruppe NA

Das Begegnungshaus ist von Samstag, 22.08.2026 bis einschließlich Sonntag 13.09.2026 geschlossen.

MONTAG**10:00 – 11:30 Uhr Sprachcafé**

Deutsch sprechen in lockerer Atmosphäre zu unterschiedlichen Themen. Wer Gelerntes aus den Sprachkursen anwenden und ausprobieren möchte, hat im Sprachcafé die Möglichkeit dazu. Unabhängig vom Sprachniveau ist hier jede und jeder willkommen!

Das Sprachcafé findet immer montags statt. Während der Schulferien findet kein Sprachcafé statt. Ansprechpartnerin: Nicole Pauly, Tel: 07821 910-5063 oder 07821 910-5064

14:00 – 15:00 Uhr Lesepiraten – Ein Angebot zur Leseförderung von Grundschulkindern

Kinder aus der ersten bis vierten Klasse erhalten hier auf spielerische Weise Unterstützung beim Lesenlernen.

In den Schulferien findet keine Leseförderung statt.

Kostenbeitrag: 5€ monatlich

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Kontakt und Anmeldung:

E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de, Tel. 07821 910-5063

17:30 – 19:30 Uhr Selbsthilfegruppe „Angststörungen und Depressionen“

Das Angebot richtet sich ausschließlich an Menschen zwischen 16 und 30 Jahren. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Kontakt und Anmeldung:

E-Mail: selbsthilfe@ortenaukreis.de, Tel. 0781 8059771

DIENSTAG, MITTWOCH UND DONNERSTAG**09:00 – 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 1****10:30 – 12:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 2:**

Zur Vorbereitung auf die B1-Prüfung

15:00 – 16:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 3

Die Deutschkurse Gruppe 1 und Gruppe 3 sind ein Angebot für Menschen, die noch keine oder sehr geringe Deutschkenntnisse haben, aber bereits mit dem lateinischen Alphabet vertraut sind.

Im Deutschkurs Gruppe 2 findet eine Vorbereitung auf die B1-Prüfung statt. Der Unterricht findet in drei festen Gruppen statt. Die Teilnahme ist kostenlos. In den Schulferien finden keine Deutschkurse statt.

Anmeldung bei Viktoria Lambertucci, Tel.: 07821 910-5064

E-Mail: viktoriam.lambertucci@lahr.de

oder Andreas May, Tel.: 07821 910-5020

E-Mail: andreas.may@lahr.de



DIENSTAG

**10:00 – 11:30 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
(für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren)**

Gemeinsam spielen, neue Kontakte knüpfen und sich mit anderen Eltern austauschen. Während der Schulferien fällt die Eltern-Kind-Gruppe aus. Ansprechpartnerin: Nadine Huston
Kontakt: E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de
Tel. 07821 910 5063

Die Materialien für die künstlerischen Werke müssen von den Teilnehmer*innen zum Kurs mitgebracht werden.

Leitung: Andrea Koller, Info und Anmeldung:
mehrgenerationenhaus@lahr.de, Tel. 07821 910-5063.

Anmeldung unbedingt erforderlich!

**15:00 – 15:45 Uhr & NEUSTART: Grundkurs Gitarre für Kinder
15:45 – 16:30 Uhr (10-14 Jahre) aus Familien mit geringem
Einkommen**

Fortgeschrittener Gitarrenschüler vermittelt Kindern und Jugendlichen Grundkenntnisse auf der Gitarre. Der Unterricht findet in kleinen Gruppen statt. Es stehen zwei Leihgitarren zur Verfügung. Das Angebot kostet 15€ monatlich und richtet sich ausschließlich an Familien mit geringem Einkommen.

Während der Schulferien findet kein Gitarrenunterricht statt. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich. Kontakt und Anmeldung über: mehrgenerationenhaus@lahr.de, Tel. 07821 910-5063

MITTWOCH

**16:00 – 18:00 Uhr Zweisprachige Sozialberatung
Deutsch-Ukrainisch**

In der Sozialberatung erhalten ukrainisch sprachige Menschen Unterstützung, um sich im Sozialsystem zurechtzufinden. Ansprechpartner: Alexander Müller
Tel. 07821 910-5065 (während der Sprechstunde)

18:00 – 20:00 Uhr Malgruppe

Die Malgruppe bietet die Möglichkeit, in einer Kleingruppe kreativ zu sein. Ob auf Papier oder Leinwand – die Malgründe sind individuell. Hier kann man den Alltag hinter sich lassen und in die Welt der eigenen Bilder eintauchen. Mitzubringen ist alles, was zum Malen vor Ort benötigt wird. Die Malgruppe findet mittwochs von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr statt. Um Anmeldung unter folgenden Kontaktdaten wird gebeten: Gertrud Kleis, Tel. 07821 76448 und Bettina Ritter, Tel. 07821 37893

18:00 – 21:00 Uhr Bunter Treff

LGBTQ+ Jugendliche und Interessierte im Alter zwischen 14 und 27 Jahren treffen sich zum Chillen, Quatschen, kreativ sein und Spielen. Der Bunte Treff findet immer mittwochs in der Zeit von 18:00 bis 21:00 Uhr statt. Neue Interessierte sind jederzeit herzlich Willkommen. Weitere Infos:
Tel. 07821 910 5063, E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

DONNERSTAG

**17:00 – 19:00 Uhr Zweisprachige Sozialberatung
Deutsch-Kurdisch**

In der Sozialberatung erhalten kurdisch sprachige Menschen Unterstützung, um sich im Sozialsystem zurechtzufinden.

Ansprechpartnerin: N.N.

Tel. 07821 910-5065 (während der Sprechstunde)

E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

Weitere Sozialberatungen - mehrsprachig:

Zweisprachige Sozialberatung Deutsch-Türkisch

In der Sozialberatung erhalten türkischsprachige Menschen Unterstützung, um sich im deutschen Sozialsystem zurechtzufinden. Ansprechpartnerin: Sema Sür, Kontakt über MGH
Tel.: 07821 910-5063, Termin auf Anfrage!

**Zweisprachige Sozialberatung Deutsch - Farsi/Dari, Urdu,
Paschtu**

In der Sozialberatung erhalten Menschen, die Farsi/Dari, Urdu und Paschtu sprechen, Unterstützung, um sich im deutschen Sozialsystem zurechtzufinden.

Ansprechpartner: Abdulsalam Shahabi

Whatsapp: 0152 18108084, E-Mail: Ssh960@gmail.com

Termin auf Anfrage!

Zweisprachige Sozialberatung Deutsch-Rumänisch

In der Sozialberatung erhalten rumänischsprachige Menschen Unterstützung, um sich im deutschen Sozialsystem zurechtzufinden. Ansprechpartnerin: Ruxandra Huidan
Kontakt über das MGH: Tel.: 07821 910-5063 oder 910-5064

E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

Termin auf Anfrage!

Zweisprachige Sozialberatung Deutsch-Arabisch

In der Sozialberatung erhalten arabischsprachige Menschen Unterstützung, um sich im deutschen Sozialsystem zurechtzufinden. Ansprechpartnerin: Sana Ahmad Hussein-Alyaaqubi

Kontakt über das MGH: Tel.: 07821 910-5063 oder 910-5064

E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

FREITAG

15:00 – 17:00 Uhr Theaterspielen und Singen

Dieses Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 16 Jahren. Eine in der Ukraine ausgebildete Schauspielerin und eine Musikerin aus der Ukraine proben mit den Kindern und Jugendlichen Anlass bezogene Theater- und Musikstücke und es wird gemeinsam gesungen. Das Angebot findet momentan hauptsächlich in ukrainischer Sprache statt.

Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Weitere Infos: mehrgenerationenhaus@lahr.de



20:00 – 22:00 Uhr Selbsthilfegruppe Narcotics Anonymous
Wir sind Süchtige, die einander helfen, clean zu bleiben. Die Zugehörigkeit ist kostenlos. Einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit den Drogen aufzuhören.
Ansprechpartner: Michael, Tel. 01515 5913279

SAMSTAG

15:00 – 16:00 Uhr Fadenzauber Makramee NEU für Erwachsene und Kinder ab 9 Jahren jeden 2. und 4. Samstag im Monat

Hier können Interessierte die zauberhafte Fadenkunst des Makramee erlernen. Menschen mit und ohne Erfahrung sind eingeladen, miteinander kreativ zu werden, ins Gespräch zu kommen und beim Knüpfen zu entspannen. Material zum Ausprobieren wird gestellt. Für eigene Projekte muss das Material selbst mitgebracht werden. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich. Anmeldung unter: mehrgenerationenhaus@lahr.de, Tel. 07821 9105063

PROJEKTE / KOOPERATIONEN

Taschengeldbörse / Babysitterbörse des Mehrgenerationenhauses

Sie wünschen sich zeitweilig Unterstützung in Haus und Garten? Sie freuen sich auf den Kontakt mit jungen Menschen? Wir vermitteln Ihnen den Kontakt zu Jugendlichen, die für Sie einfache Aufgaben übernehmen, wie z.B. Rasen mähen, Einkaufen, Hund Gassi führen, Smartphone-Nachhilfe... Außerdem vermittelt die Taschengeldbörse auch Babysitter, die stundenweise Ihre Kinder betreuen oder bei den Hausaufgaben helfen. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei uns: mehrgenerationenhaus@lahr.de, Tel. 07821 910-5063

Frühstück der Vielfalt

Das Frühstück der Vielfalt ist ein neues Projekt des Mehrgenerationenhauses und weiteren Mitarbeitenden der Abteilung Soziales der Stadt Lahr und findet vier Mal jährlich im Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle statt.

Eltern-Tankstelle

Die Eltern-Tankstelle ist ein Angebot für Eltern und Pflegeeltern von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren. Eltern haben hier die Möglichkeit, sich auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen. Es gibt Raum für persönliche Selbstreflektion. Das Angebot ist gedacht als Zeit zum Aufatmen vom Alltag mit Kindern und bietet Unterstützung und Anregungen zur Selbstfürsorge. Nähere Informationen / Anmeldung unter mehrgenerationenhaus@lahr.de, Tel. 07821 910-5063

Sprachtandem / Integrationstandem

In diesem Projekt werden Einzelkontakte vermittelt:
a) zwischen Neuzugewanderten, und Ehrenamtlichen

b) zwischen Menschen, die sich wechselseitig beim Erlernen einer Sprache oder dem Kennenlernen einer anderen Kultur unterstützen möchten

Über neue Anfragen freuen wir uns sehr!

Kontakt: Begegnungshaus am Urteilsplatz (während der Öffnungs- und Sprechzeiten) Tel. 07821 910-5063
E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

Mobile Beratung der Fachberatungsstelle Häusliche Gewalt

Eine sozialpädagogische Fachkraft vom Verein Frauen helfen Frauen Ortenau e.V. berät i.d.R. mittwochs von 08:00 bis 12:00 Uhr und nach vorheriger Terminabsprache bei uns im Begegnungshaus am Urteilsplatz folgende Zielgruppen:

- Frauen, die häusliche Gewalt oder Stalking erfahren,
- von Zwangsheirat bedrohte Frauen,
- Frauen, deren Partner einen Platzverweis oder ein Kontakt- und Annäherungsverbot erhalten haben,
- Angehörige, Freund*innen, Bekannte oder Arbeitskolleg*innen, die helfen wollen,
- und Fachkräfte von Institutionen.

Die Beratung ist kostenlos. Bei Bedarf kann eine Dolmetscherin zum Gespräch hinzugezogen werden. Die Beraterinnen unterliegen der Schweigepflicht. Wir suchen gemeinsam mit Ihnen nach Wegen und Schritten hin zu einem gewaltfreien Leben. Kontakt: Frauen helfen Frauen e.V., Tel. 0176 72439426 oder 0781 343 11

Energiespar-Beratung

Die Energiekosten explodieren, die Preise steigen. Menschen mit geringem Einkommen, niedriger Rente oder im Bezug von Bürgergeld oder Sozialhilfe trifft dies besonders hart. Bei unserer kostenlosen Sprechstunde beantworten wir all Ihre Fragen rund um das Thema Energiesparen und wie mehr Geld für Sie übrigbleibt. Gerne erläutern wir Ihnen Ihre Strom- und Nebenkostenrechnungen und bieten weiterführende Angebote (z.B. Hausbesuch Stromspar-Check*). Einsparungen von bis zu 350 Euro im Jahr bei Strom, Wasser und Heizung sind möglich.

*) Kostenlose Soforthilfen und eventuell Zuschüsse zum Austausch von alten Kühlgeräten gibt's obendrein. Der Energiesparservice Ortenaukreis (ESO) arbeitet seit über 12 Jahren in Lahr und Landkreis. Wir setzen das bundesweite Projekt Stromspar-Check (www.stromspar-check.de) um und besuchen im Jahr einige Hundert Haushalte. Angesiedelt bei der Neuen Arbeit Lahr GmbH kümmern wir uns auch um andere soziale Belange und geben Langzeitarbeitslosen eine Perspektive. In Kooperation mit der Neuen Arbeit Lahr. Ansprechpartner: Achim Appel, Tel: 0176 15277214
Termin auf Anfrage!



Kunstaussstellungen im Mehrgenerationenhaus

Eine Ausstellung, zwei Orte: Im Begegnungshaus am Urteilsplatz und im Treffpunkt Stadtmühle ist die aktuelle Ausstellung zu den jeweiligen Öffnungszeiten zu sehen:



FARBgeSCHICHTEN – kontrastreich wie das Leben...

Ausstellung von Gabriele Melzer

Die Ausstellung von Gabriele Melzer ist ab Mitte Mai im Mehrgenerationenhaus zu sehen.

Die Hinwendung zur Malerei und zur Kunstliteratur hat sie seit frühester Jugend tief in ihrem Herzen gefühlt. Die stetige Weiterentwicklung in zahlreichen Kursen und häufig auch im Einzelunterricht sowie der Teilnahme an Kunstschulen hat ihre Leidenschaft zur Malerei und Fotografie intensiviert. Als gebürtige Schwäbin kam sie vor knapp 30 Jahren der Liebe wegen in den wunderschönen Schwarzwald und hat hier mit ihrer Familie und einigen Vierbeinern eine neue Heimat gefunden.

Es sind auch heute immer noch die großformatigen abstrakten Bilder, die sie mit Fantasie, viel Gefühl und vielfältigen Materialien am liebsten mit den Händen bearbeitet. Ihre Augen und das intensive Empfinden in der Natur schulen sie, die eingprägten Motive in abstrakte Aussagen auf die Leinwand zu übertragen.

Diese neugefundenen Spuren zu den ausdrucksvollen Kompositionen und neuen Bildwelten mit Farbtiefen und Formenempfindung verdichten, das ist es, was sie erfüllt. Es entstehen Schichten, Farbschichten, Farb(ge)schichten...



ELTERN-TANKSTELLE

für Eltern, Pflegeeltern und andere Bezugspersonen von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren

Unterstützung erfahren...

Zuhören, reflektieren Erfahrungen teilen...

Gemeinsam gestalten - Impulse erhalten

Entspannen und auftanken

Einmal monatlich

Kontakt und Anmeldung:
Mehrgenerationenhaus Lahr
Begegnungshaus am Urteilsplatz
Friedrichstraße 7
77933 Lahr
Tel. 07821 910-5063
E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

Stadt Lahr / Amt für Soziales, Bildung und Sport Mehrgenerationenhaus an den Standorten:

Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle
Bei der Stadtmühle 2 . 77933 Lahr
Tel. 07821 21787
E-Mail: stadtmuehle@lahr.de

Begegnungshaus am Urteilsplatz
Friedrichstraße 7 . 77933 Lahr
Tel. 07821 910-5063/ -5064
E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

2026



gedruckt auf

www.konzept-projekt.de



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander

Gefördert durch das



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend