

PROGRAMM MEHRGENERATIONENHAUS

Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle
Begegnungshaus am Urteilsplatz

März - April 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 bürger-schaftlichen 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 bürger-schaftlichen 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	22
Wochenplan & Projekte	25
Wechselndes Programm	30

Bildnachweise:

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

Montag, 02.03.:
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag
18:30 Uhr Selbsthilfegruppe
Männer mit Krebs

Dienstag, 03.03.:
10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Bildvortrag „Alpen - Hoher Atlas - Tramuntana“

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

Mittwoch, 04.03.:
09:00 Uhr Yoga
14:00 Uhr Spielenachmittag:
Bridge/ Cego
Gymnastik

Donnerstag, 05.03.:
14:00 Uhr Walking-Treff
15:00 Uhr Digitalhilfe³
15:00 Uhr Treffpunkt neuer Lebensabschnitt

Freitag, 06.03.:
12:00 Uhr Mittagstisch
15:00 Uhr Englisch-Stammtisch

Samstag, 07.03.:
14:00 Uhr Repair-Café

Montag, 09.03.:
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag
16:15 Uhr Treffpunkt
Alleinlebende

Dienstag, 10.03.:
10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Bildvortrag „Slowakei“
18:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Einsam, zweisam, gemeinsam“

Mittwoch, 11.03.:
09:00 Uhr Yoga
14:00 Uhr Spielenachmittag:
Bridge/ Cego
Gymnastik
14:30 Uhr Selbsthilfegruppe
18:00 Uhr „Betroffene toxischer/ narzisstischer Beziehungen“

Donnerstag, 12.03.:
14:00 Uhr Walking-Treff
15:00 Uhr Schlaganfall-Café
15:00 Uhr Digitalhilfe³
16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im Forum Cinema

Freitag, 13.03.:
14:00 Uhr Halbtageswanderung
15:00 Uhr Trauercafé

Montag, 16.03.:
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag

Dienstag, 17.03.:
10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Filmvortrag
„Die Entdeckung der Langsamkeit: Reisen mit Postkutsche und Heißluftballon“

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

Mittwoch, 18.03.:
09:00 Uhr Yoga
14:00 Uhr Spielenachmittag:
Bridge/ Cego
Gymnastik

Donnerstag, 19.03.:
09:00 Uhr Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung
14:00 Uhr Walking-Treff
15:00 Uhr Offenes Singen

Freitag, 20.03.:
14:00 Uhr Kleine Radtour
15:00 Uhr Englisch-Stammtisch
15:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Gemeinsam Stark“

Montag, 23.03.:
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag
16:15 Uhr Treffpunkt
Alleinlebende

Dienstag, 24.03.:
10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta- Treff
15:00 Uhr Bildvortrag „Iran“
18:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Einsam, zweisam, gemeinsam“

Mittwoch, 25.03.:

- 09:00 Uhr Yoga
- 14:00 Uhr Spielenachmittag:
Bridge/ Cego
- 14:30 Uhr Gymnastik
- 15:00 Uhr Gesprächskreis für
Angehörige von
Menschen mit Demenz
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Betroffene toxischer/
narzisstischer
Beziehungen“

Donnerstag, 26.03.:

- 14:00 Uhr Walking-Treff
- 16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im
Forum Cinema

Freitag, 27.03.:

- 15:00 Uhr Großeltern-Enkel-
Osterbasteln

Montag, 30.03.:

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

Dienstag, 31.03.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Bildvortrag „Münchner
Jakobsweg“
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Einsam, zweisam,
gemeinsam“

Mittwoch, 01.04.:

- 09:00 Uhr Yoga
- 13:15 Uhr Kulturfahrt nach
Oberprechtal
- 14:00 Uhr Spielenachmittag:
Bridge/ Cego
- 14:30 Uhr Gymnastik

Donnerstag, 02.04.:

- 14:00 Uhr Walking-Treff
- 15:00 Uhr Treffpunkt neuer
Lebensabschnitt
- 15:00 Uhr Digitalhilfe ³

**Das Bürgerzentrum Treffpunkt
Stadtmühle ist von Karfreitag,
03.04. bis Ostermontag, 06.04.
geschlossen.**

Dienstag, 07.04.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Film „Island“
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Einsam, zweisam,
gemeinsam“

Mittwoch, 08.04.:

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

Donnerstag, 09.04.:

- 14:00 Uhr Walking-Treff
- 15:00 Uhr Schlaganfallcafé
- 15:00 Uhr Digitalhilfe ³

Freitag, 10.04.:

- 12:00 Uhr Mittagstisch
- 14:00 Uhr Halbtageswanderung
- 15:00 Uhr Trauercafé

Samstag, 11.04.:

- 14:00 Uhr Repair-Café

Montag, 13.04.:

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

Dienstag, 14.04.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Bildvortrag „Japan“
- 18:00 Uhr Vortrag „Wer
entscheidet, wenn ich
es nicht mehr kann?“
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Einsam, zweisam,
gemeinsam“

Mittwoch, 15.04.:

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

Donnerstag, 16.04.:

- 09:00 Uhr Ergänzende
unabhängige
Teilhabeberatung
- 14:00 Uhr Walking-Treff
- 15:00 Uhr Offenes Singen
- 15:00 Uhr Digitalhilfe ³
- 16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im
Forum Cinema

Freitag, 17.04.:

- 14:00 Uhr Kleine Radtour
- 15:00 Uhr Selbsthilfegruppe
Gemeinsam Stark
- 15:00 Uhr Englisch-Stammtisch

Montag, 20.04.:

- 14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
- 14:00 Uhr Spielenachmittag
- 16:15 Uhr Treffpunkt
Alleinlebende

Dienstag, 21.04.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Bildvortrag
„Bretagne und
Normandie“
- 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Einsam, zweisam,
gemeinsam“
- 18:00 Uhr Finissage Ausstellung
Marga Hermann

Mittwoch, 22.04.:

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

Donnerstag, 23.04.:

- 14:00 Uhr Walking-Treff

Montag, 27.04.:

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

Dienstag, 28.04.:

- 10:00 Uhr Qigong
- 14:30 Uhr Canasta-Treff
- 15:00 Uhr Bildvortrag „Madeira“

Mittwoch, 29.04.:

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

**Das Bürgerzentrum Treffpunkt
Stadtmühle ist von Donners-
tag, 30.04. bis Sonntag, 17.05.
geschlossen.**

Donnerstag, 30.04.:

- 14:00 Uhr Walking-Treff
- 16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im
Forum Cinema

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

Wir spielen Karten- und Brettspiele wie Rommé, Skat, Skibbo, Canasta, Scrabble und anderes. Neue interessierte Einzelpersonen sind herzlich willkommen. Auf Wunsch werden Spielpartner vermittelt.

16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende (14-tägig)

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

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

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

Einsamkeit betrifft viele Menschen, in allen Lebenslagen und Altersgruppen und die Zahl wächst. Viele Menschen leiden darunter und es braucht oft Mut, sich auf den Weg zu machen. Mit diesem wöchentlichen Treffpunkt zum Kennenlernen und Austauschen soll dem entgegengewirkt werden. Weitere Infos telefonisch unter 0781/8059771 oder per E-Mail an selbsthilfe@ortenaukreis.de

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) und Cego. Bei Cego sind neue Mitspieler herzlich willkommen. Vorkenntnisse sind keine erforderlich, das erforderliche Wissen kann durch erfahrene Spieler vermittelt werden.

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“ (14-tägig)

Menschen, die missbräuchliche Beziehungen erlebt haben, stehen oft vor einem langen und schmerzhaften Weg der Verarbeitung. Isolation, Zweifel am eigenen Erleben und fehlendes Verständnis im sozialen Umfeld erschweren die Aufarbeitung und verlängern den Heilungsprozess. Um Betroffenen einen geschützten Raum für Austausch, Unterstützung, Halt und gegenseitige Stärkung zu bieten, trifft sich die Gruppe jeden zweiten Mittwoch.

Weitere Infos telefonisch unter 0781/8059771 oder per E-Mail an selbsthilfe@ortenaukreis.de

DONNERSTAG
14:00 Uhr Walking (im Sommer 09:00 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.

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, die Sie nicht mehr behalten wollen und Bücher einfach mitnehmen, die Sie gerne lesen möchten. Ansprechperson: Erika Toulouse

PROJEKTE
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. Bei Interesse an einer Mitarbeit melden Sie sich bitte im Büro der Stadtmühle.

Vorlesepaten in Schulen und Kitas

Engagierte Seniorinnen/ Senioren 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:



„Rendezvous von Farben und Strukturen“

Ausstellung von Marga Marieluise Hermann

Die Ausstellung von Marga Hermann ist noch bis April 2026 im Mehrgenerationenhaus zu sehen. Marga Marieluise Hermann ist eine freischaffende Künstlerin, die mit großer Leidenschaft zur Malerei gefunden hat. In Mahlberg geboren und aufgewachsen lebt sie seit 1983 in Lahr. Ihre Arbeiten entstehen aus einem tiefen inneren Bedürfnis, Emotionen, Natur und die Spuren der Zeit sichtbar zu machen. Sie arbeitet mit Acrylfarben, Ölfarben und Mischtechniken, doch im Mittelpunkt stehen für sie die Materialien der Erde: Kaffeesatz, Marmormehl, Sumpfkalk, Asche oder Rost. Sie erzählen ihre eigene Geschichte von Vergänglichkeit und Transformation. In vielschichtigen Schichtungen verbindet sie diese Elemente mit Farbe, Struktur und Licht, sodass Werke entstehen, die gleichermaßen roh und poetisch sind. Ihre Kunst lädt den Betrachter ein, über das Offensichtliche hinauszugehen und in einen Dialog mit dem Werk einzutreten. Marga Marieluise Hermann versteht ihre Arbeit als eine Art Brücke zwischen Sichtbarem und Unsichtbarem, zwischen Oberfläche und Tiefe, zwischen Vergänglichkeit und dem zeitlosen Moment.



Montag, 02.03., 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, 03.03., 15:00 Uhr

Bildvortrag „Alpen - Hoher Atlas - Tramuntana“

Gerhard Silberer war im Jahr 2025 für mehrere Wochen mit Rennrad bzw. Mountainbike in drei Gebirgen unterwegs: Alpen, Hoher Atlas in Marokko und Tramuntana auf Mallorca. Durch den wunderschönen Schweizer Nationalpark in Graubünden fuhr er bis zum Gardasee. Im Hohen Atlas waren auf einsamen Pisten Fahrkönnen und Hitzebeständigkeit gefragt, um in den Höhen der Sommerweiden der Nomaden bestehen zu können. Auf Mallorca können Sie mit im Rennsattel sitzen: mit einer Actionkamera wurde die wohl spektakulärste Abfahrt der Insel „Sa Calobra“ gefilmt, so dass Sie im Rausch der Geschwindigkeit die Schönheit aber auch die Gefahren dieser einmaligen Straßenführung erleben.

Donnerstag, 05.03., 15:00 Uhr

Treffpunkt neuer Lebensabschnitt

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



Freitag, 06.03., 12:00 Uhr

Mittagstisch

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



Samstag, 07.03., 14:00 bis 17:00 Uhr

Repair-Café

Gebracht werden können Elektrogeräte, Kleidung, Fahrräder (keine E-Bikes), 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.



Dienstag, 10.03., 15:00 Uhr
Bildvortrag „Slowakei“

Die Slowakei, wenig bekannt in Europa, bietet eine reiche und auch deutsche Geschichte. Wir reisen von der Hauptstadt Bratislava in den Osten nach Kosice, besuchen die Zipser Burg und die UNESCO-Weltkulturkirche in Zehra. Von Prograd führt die Tatabahn an den Fuß des gleichnamigen Gebirges. Am Ende entspannen wir uns im berühmten Kurort Piestany. Der Vortrag von Ewald Hall ist mit zahlreichen Fotos unterlegt.

Donnerstag, 12.03., 15:00 Uhr
Schlaganfall-Café

Betroffene und Angehörige sind herzlich eingeladen bei Kaffee, Tee und Kuchen über ihre Erfahrungen, Tipps und Ermutigendes zu sprechen. Wir treffen uns immer am 2. Donnerstag im Monat. Ansprechperson: Helmut Wieser, Kontakt per E-Mail an helmut.wieser@kimut.de.



Donnerstag, 12.03., 16:00 Uhr
Forum-Seniorenkino im Forum Cinema, Friedrichstraße 10:
„Extrawurst“
7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)

Freitag, 13.03., 14:00 Uhr
Halbtageswanderung

Wir treffen uns um 14.00 Uhr an der Stadtmühle, fahren mit Kleinbussen nach Sexau und wandern zur Ruine Hochburg (Strecke ca. 6 km/100 Höhenmeter). Anschließend ist in Sexau eine Einkehr geplant. Die Rückkehr nach Lahr ist für ca. 19.00 Uhr vorgesehen. Fahrtkosten 5 €. Anmeldung bei Peter Kiehne unter Telefon 07821.53146 oder 0175.5208835.



Freitag, 13.03., 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, 17.03., 15:00 Uhr
Filmvortrag „Die Entdeckung der Langsamkeit: Reisen mit Postkutsche und Heißluftballon“

In einer historischen Postkutsche auf außergewöhnlicher Zeitreise durch Westsachsen zu reisen, oder lautlos in einem Heißluftballon durch die Lüfte zu schweben und dabei den Blick auf die herrliche Landschaft des Schwarzwaldes zu genießen, das ist eine Idee, die begeistert. Bernd Tacke erzählt in zwei Filmen von diesen ungewöhnlichen Reisemöglichkeiten. Im ersten Film geht es in einer historischen Postkutsche mit zwei PS gemütlich in vier Tagen von Leipzig nach Dresden. Er zeigt eine im Süden nicht so bekannte Landschaft und führt vom Völkerschlachtdenkmal in Leipzig über die Kleinstädte Grimma und Mügeln zur Lommatzcher Pflege. Entlang der Elbe führt der landschaftlich reizvolle Weg vorbei an Meißen nach Dresden, dem „Elbflorenz“. Im zweiten Film führt uns der Film in einem Heißluftballon über die Höhen des mittleren Schwarzwaldes bei Freudenstadt.

Donnerstag, 19.03., 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, 19.03., 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, 20.03., 14:00 Uhr

Kleine Radtour

Wir treffen uns zur ersten Radtour in diesem Jahr um 14:00 Uhr an der Stadtmühle, fahren über Kuhbach und Reichenbach ins „Gereut“ und kehren im Gasthaus „Poche“ ein. Strecke: 20 km, 50 Höhenmeter.

Freitag, 20.03., 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, 24.03., 15:00 Uhr

Bildvortrag „Iran“

Heinrich Dixa zeigt in seinem Vortrag das sagenumwobene Persien und die Vielfalt des heutigen Irans. Seit Jahrhunderten zieht Persien die Besucher in seinen Bann. Die Schätze an frühgeschichtlichen, antiken und islamischen Sehenswürdigkeiten sind unermesslich. Erleben Sie bei dieser Bilderreise ein faszinierendes Land mit eindrucksvollen Städten und Dörfern und seine gastfreundlichen Menschen.

Mittwoch, 25.03., 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. Pflegende Angehörige 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



Donnerstag, 26.03., 16:00 Uhr

Forum-Seniorenkino im Forum Cinema, Friedrichstraße 10: „Ach diese Lücke, diese entsetzliche Lücke“

7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)

Freitag, 27.03., 15:00 bis 16:30 Uhr

Großeltern-Enkel-Osterbasteln

Wir laden Sie herzlich zum Großeltern-Enkel- Basteln ein. Wir stellen Osterküken-Eierbecher her. Teilnehmen können Großeltern mit Enkeln, aber auch Einzelpersonen sind willkommen. Mitzubringen sind: Bleistift, Schere, Lineal, Uhu. Kosten: 2 € Leitung: Angelika Fleig/ Juliane Rühle Anmeldung bis 25.03.2026 im Büro der Stadtmühle.



Dienstag, 31.03., 15:00 Uhr

Bildvortrag „Münchner Jakobsweg“

Bernhard Springmann von den Schutterwälder Jakobusfreunden berichtet von seiner Wanderung, die in München am Marienplatz beginnt und entlang der Isar bis zum Ort Schäftlarn mit der großen Klosteranlage führt. Weiter geht es zu den Orten Andechs und Wessobrunn mit ebenso berühmten Klöstern. Durch typisch Allgäuer Landschaften mit schönen Wäldern und saftigen Wiesen geht der Weg vorbei an großen bayrischen Bauernhöfen. Ein Highlight ist die wildromantische Ammerschlucht, die man über 460 Stufen und 5 km Länge auf schmalen Pfaden und Stegen durchquert. Nach 280 km endet dieser einmalig schöne Jakobsweg in Lindau am Bodensee.

Mittwoch, 01.04., 13:00 Uhr

Kulturfahrt nach Oberprechtal

Wir besuchen den österlich geschmückten Kurpark in Oberprechtal und den Ostermarkt mit Kunsthandwerkermarkt und kulinarischen Angeboten. Empfehlenswert ist auch der Besuch der Kirche „Maria Krönung“. Sie haben den Nachmittag zur freien Verfügung. Abfahrt ist um 13:00 Uhr am Doler Platz (an der Feuerwehr) und die Rückfahrt ist für 17:30 Uhr geplant. Die Fahrtkosten betragen 7 €. Anmeldungen im Büro der Stadtmühle unter Telefon 07821/21787 oder per mail an „stadtmühle@lahr.de“.

Donnerstag, 02.04., 15:00 Uhr

Treffpunkt neuer Lebensabschnitt

Informationen dazu finden Sie auf Seite 11



Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist von Karfreitag, 03.04. bis Ostermontag, 06.04. geschlossen.



Dienstag, 07.04., 15:00 Uhr

Film „Island-Land der Extreme am Rande des Nordpolar-meeres“

Der Lahrer Natur- und Landschaftsfilmer Günther Rentschler zeigt seinen Film über Island, der auf einer Campingreise Anfang Mai 2022 entstand. Im wahrsten Sinne des Wortes „extrem“, so offenbarte sich Island. Gleich nach Verlassen der Fähre im Nord-Osten Islands, wurde er mit Schnee und eiskalten Winden empfangen. Er wählte die Nordroute der Ringstraße, nahe der Grönlandsee, was die raueste Gegend Islands ist. Von der rauen Landschaft des isländischen Nordens führte die Reise weiter in gemäßigte Zonen im Südwesten. Hier liegt auch die Inselhauptstadt Reykjavik, die Blaue Lagune, die berühmten Geysire sowie geschichtsträchtige Regionen, in denen die eurasische und die nordamerikanische Platte aufeinandertreffen. Vielerlei Arten von Seevögeln wie der Papageitaucher leben an den Steilklippen. Der Vatnajökull, der größte Gletscher Europas, bildet eine unermessliche Eislandschaft und war einer der Höhepunkte einer beeindruckenden Reise.

Donnerstag, 09.04., 15:00 Uhr

Schlaganfall-Café

Informationen dazu finden Sie auf Seite 12



Freitag, 10.04., 12:00 Uhr

Mittagstisch

Informationen dazu finden Sie auf Seite 11

Freitag, 10.04., 14:00 Uhr

Halbtageswanderung

Wir treffen uns um 14:00 Uhr am alten Rathaus, wandern zum Burgheimer Galgenberg und kehren auf dem Rückweg im Gasthaus Lamm ein.



Freitag, 10.04., 15:00 Uhr

Gemeinsam mit Trauer umgehen im Trauercafé

Informationen dazu finden Sie auf Seite 12



Samstag, 11.04., 14:00 bis 17:00 Uhr

Repair-Café

Informationen dazu finden Sie auf Seite 11

Montag, 13.04., 18:30 Uhr

Selbsthilfegruppe Männer mit Krebs

Informationen dazu finden Sie auf Seite 10



Dienstag, 14.04., 15:00 Uhr

Bildvortrag „Japan“

Bruna Tröndlin berichtet über Ihre Reise durch Japan. Japan ist das Land der Schreine und Tempel, der Parks und Paläste und einer sehr alten Kultur. Nicht nur die Schrift ist fremd, sondern auch Sitten und Gebräuche.

Dienstag, 14.04., 18:00 Uhr

Vortrag „Wer entscheidet, wenn ich es nicht mehr kann?“

Barbara Kury vom Sozialdienst Kath. Frauen e.V. in Offenburg und Heike Dorow vom Pflegestützpunkt Ortenaukreis-Außenstelle Lahr informieren über Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung. Ganz schnell kann man durch Unfall oder Krankheit in die Situation geraten, nicht mehr selbst für und über sich entscheiden zu können. Daher ist es wichtig, rechtzeitig vorzusorgen. Anmeldung erforderlich im Büro der Stadtmühle, unter Telefon 07821/21787 oder per E-Mail an stadtmuehle@lahr.de.

Donnerstag, 16.04., 09:00 Uhr

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

Informationen dazu finden Sie auf Seite 13

Donnerstag, 16.04., 15:00 Uhr

Offenes Singen mit Karl Bühler

Informationen dazu finden Sie auf Seite 13



Donnerstag, 16.04., 16:00 Uhr

Forum-Seniorenkino im Forum Cinema, Friedrichstraße 10: „Ein fast perfekter Antrag“

7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)



Freitag, 17.04., 14:00 Uhr

Kleine Radtour

Wir treffen uns um 14:00 Uhr an der Stadtmühle, fahren über Allmannsweiher und den Rheindamm und kehren im Gasthaus „Nachen“ in Nonnenweiher ein. Rückfahrt über Kippenheimweiher und Langenwinkel nach Lahr. Strecke: 30 km, ohne Steigungen.

Freitag, 17.04., 15:00 Uhr

Selbsthilfegruppe „Gemeinsam stark“

Informationen dazu finden Sie auf Seite 14



**Dienstag, 21.04., 15:00 Uhr
Bildvortrag „Bretagne und Normandie“**

In seinem vertonten Bildvortrag berichtet Bernd Pregel über eine Reise durch die Normandie und Bretagne. Die Rundreise führt in den äußersten Westen Frankreichs zu malerischen bzw. geschichtsträchtigen Städten, sowie sturmumtosten Küstenlandschaften. Zu sehen sind u.a. Rouen, Mont-St-Michel und St Malo mit dem berühmten Sohn der Stadt Chateaubriand. Faszinierend ist auch die Rosa Granitküste und die Welt der Megalithen in Carnac. Die Reise endet in Vannes.



**Dienstag, 21.04., 18:00 Uhr
Finissage der Ausstellung von Marga Hermann**

Als Ausklang der Ausstellung „Rendezvous der Farben und Strukturen“ findet im Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle eine Finissage statt. Eröffnet wird der Abend musikalisch von der jungen Musikerin Lilly Ruhrmann, die der Veranstaltung einen besonderen klanglichen Rahmen verleiht. Im Anschluss daran sind alle Gäste zu einem gemeinsamen kurzen Spaziergang in das Begegnungshaus am Urteilsplatz eingeladen, wo der Abend und damit die Ausstellung ihren Abschluss finden. Die Künstlerin und das Team des Mehrgenerationenhauses freuen sich auf zahlreiche Gäste.



**Dienstag, 28.04., 15:00 Uhr
Bildvortrag „Madeira“**

Die Insel Madeira ist eine blühende Oase im Atlantik und bietet nicht nur eine üppige Vegetation, sondern hohe schroffe Berge, Steilküsten, immergrüne Wälder, zerklüftete Schluchten mit unzähligen Quellen und Wasserfällen – und dies alles auf engstem Raum. Bei Wanderungen auf schwindelerregenden Pfaden entlang der künstlich angelegten Wasserkanäle taucht man in diese wilde, unberührte Natur ein. Der Bildvortrag von Gabriele Melcher entführt Sie auf die „Insel des ewigen Frühlings“ und der landschaftlichen Kontraste.

**Mittwoch, 29.04., 15:00 Uhr
Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz**

Informationen dazu finden Sie auf Seite 14



Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist von Donnerstag 30.04. bis Sonntag, 17.05. geschlossen. In dieser Zeit können keine Angebote oder Treffen in den Räumlichkeiten der Stadtmühle stattfinden. Ab Montag, 18.05. haben wir wieder für Sie geöffnet.



**Donnerstag, 30.04., 16:00 Uhr
Forum-Seniorenkino im Forum Cinema, Friedrichstraße 10:
„Dann passiert das Leben“
7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)**



Ehrenamtliche und gelegentlich auch Schülerinnen im Rahmen ihres sozialen Engagements geben bei der Digitalhilfe³ (bisher PC-Club) Unterstützung beim Umgang mit Smartphone, Tablet und PC.



11 Ehrenamtliche haben am 24. Dezember in der Stadtmühle die Heiligabendfeier gestaltet und die Gäste bewirtet.

*Herzlich willkommen
in unserer*

Eltern-Kind-Gruppe für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren

Sich
austauschen

Andere Eltern
und Kinder
kennenlernen

Spielen, singen
und...

Spaß
haben



dienstags von 10 bis 11:30 Uhr
(außerhalb der Schulferien)
im Begegnungshaus am Urteilsplatz
Friedrichstraße 7, 77933 Lahr

Kontakt: mehrgenerationenhaus@lahr.de
Tel. 07821 910-5063



Komm zu den Lesepiraten



Leseförderung für Kinder der Klasse 1-4

Lernen in einer kleinen Gruppe,
spielerisch ohne Leistungsdruck

montags von 14 bis 15 Uhr
im Begegnungshaus am Urteilsplatz
Friedrichstr. 7, 77933 Lahr

Info und Anmeldung:
mehrgenerationenhaus@lahr.de



Montag, 02.03.:

10:00 Uhr Sprachcafé
14:00 Uhr Lesepiraten

Dienstag, 03.03.:

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
17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 04.03.:

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, 05.03.:

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
17:00 Uhr Basteln, Lernen, Medienkompetenz

Freitag, 06.03.:

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

Montag, 09.03.:

10:00 Uhr Sprachcafé
14:00 Uhr Lesepiraten

Dienstag, 10.03.:

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
17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 11.03.:

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, 12.03.:

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
17:00 Uhr Basteln, Lernen, Medienkompetenz

Freitag, 13.03.:

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

Montag, 16.03.:

10:00 Uhr Sprachcafé
14:00 Uhr Lesepiraten

Dienstag, 17.03.:

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

Mittwoch, 18.03.:

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, 19.03.:

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
17:00 Uhr Basteln, Lernen, Medienkompetenz

Freitag, 20.03.:

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

Montag, 23.03.:

10:00 Uhr Sprachcafé
14:00 Uhr Lesepiraten

Dienstag, 24.03.:

10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2
Vorber. B1
15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 25.03.:

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, 26.03.:

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
17:00 Uhr Basteln, Lernen, Medienkompetenz

Freitag, 27.03.:

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

Montag, 30.03.:

Beginn Osterferien

Dienstag, 31.03.:

17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 01.04.:

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

Donnerstag, 02.04.:

09:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch
17:00 Uhr Basteln, Lernen, Medienkompetenz

Freitag, 03.04.:

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

Montag, 06.04.:

Ostermontag, Feiertag

Dienstag, 07.04.:

17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 08.04.:

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

Donnerstag, 09.04.:

09:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
17:00 Uhr Sozialberatung Deutsch-Kurdisch
17:00 Uhr Basteln, Lernen, Medienkompetenz

Freitag, 10.04.:

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

Montag, 13.04.:

10:00 Uhr Sprachcafé
14:00 Uhr Lesepiraten

Dienstag, 14.04.:

10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2
Vorber. B1
15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
19:00 Uhr Pflegeelterngruppe

Mittwoch, 15.04.:

- 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, 16.04.:

- 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 Basteln, Lernen, Medienkompetenz
 17:00 Uhr

Freitag, 17.04.:

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

Montag, 20.04.:

- 10:00 Uhr Sprachcafé
 14:00 Uhr Lesepiraten

Dienstag, 21.04.:

- 10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
 17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund
 18:00 Uhr Finissage der Ausstellung „Rendezvous der Farben und Strukturen“ im Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle siehe Programmübersicht

Mittwoch, 22.04.:

- 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, 23.04.:

- 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 Basteln, Lernen, Medienkompetenz
 17:00 Uhr

Freitag, 24.04.:

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

Montag, 27.04.:

- 10:00 Uhr Sprachcafé
 14:00 Uhr Lesepiraten

Dienstag, 28.04.:

- 10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe
 10:30 Uhr Deutschkurs Gruppe 2 Vorber. B1
 15:00 Uhr Deutschkurs Gruppe 3
 17:00 Uhr Beratung Deutscher Mieterbund

Mittwoch, 29.04.:

- 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, 30.04.:

- 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 Basteln, Lernen, Medienkompetenz
 17:00 Uhr

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, 14-tägig
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: viktoria.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

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 Internationales Kinderprogramm
Basteln, Lernen, Medienkompetenz**

Alle Kinder zwischen 5 und 14 Jahren sind herzlich eingeladen, im Begegnungshaus andere Kinder zu treffen, zu spielen, zu lernen und zu basteln. Auch Themen, die den Kindern besonders am Herzen liegen, werden hier besprochen. Außerdem können Eltern und Kinder im Rahmen des Angebots etwas über den richtigen Umgang mit Medien erfahren. Das Programm wechselt wöchentlich. Der Unkostenbeitrag für Material beträgt pro Kind 1 Euro. Ansprechpartnerinnen: Yuliia Nowak

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

**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

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 Schauspieler*in und eine Musiker*in 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



PROJEKTE / KOOPERATIONEN

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.

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

EXTERNE ANGEBOTE:

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

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 „Rendezvous der Farben und Strukturen“ Ausstellung von Marga Marieluise Hermann

Die Ausstellung von Marga Hermann ist von November 2025 bis April 2026 im Mehrgenerationenhaus zu sehen. Marga Marieluise Hermann ist eine freischaffende Künstlerin, die mit großer Leidenschaft zur Malerei gefunden hat. In Mahlberg geboren und aufgewachsen lebt sie seit 1983 in Lahr. Ihre Arbeiten entstehen aus einem tiefen inneren Bedürfnis, Emotionen, Natur und die Spuren der Zeit sichtbar zu machen.

Sie arbeitet mit Acrylfarben, Ölfarben und Mischtechniken, doch im Mittelpunkt stehen für sie die Materialien der Erde: Kaffeesatz, Marmormehl, Sumpfkalk, Asche oder Rost. Sie erzählen ihre eigene Geschichte von Vergänglichkeit und Transformation. In vielschichtigen Schichtungen verbindet sie diese Elemente mit Farbe, Struktur und Licht, sodass Werke entstehen, die gleichermaßen roh und poetisch sind. Ihre Kunst lädt den Betrachter ein, über das Offensichtliche hinauszugehen und in einen Dialog mit dem Werk einzutreten. Oft lässt sie bewusst Raum für eigene Assoziationen, damit jeder seine ganz persönliche Resonanz finden kann. Marga Marieluise Hermann versteht ihre Arbeit als eine Art Brücke zwischen Sichtbarem und Unsichtbarem, zwischen Oberfläche und Tiefe, zwischen Vergänglichkeit und dem zeitlosen Moment.

Dienstag, 21.04., 18:00 Uhr

Finissage der Ausstellung von Marga Hermann

Als Ausklang der Ausstellung „Rendezvous der Farben und Strukturen“ findet im Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle eine Finissage statt.

Eröffnet wird der Abend musikalisch von der jungen Musikerin Lilly Ruhrmann, die der Veranstaltung einen besonderen klanglichen Rahmen verleiht.

Im Anschluss daran sind alle Gäste zu einem gemeinsamen kurzen Spaziergang in das Begegnungshaus am Urteilsplatz eingeladen, wo der Abend und damit die Ausstellung ihren Abschluss finden.

Die Künstlerin und das Team des Mehrgenerationenhaus freuen sich auf zahlreiche Gäste.



MEHRSPRACHIGE SOZIALBERATUNGEN:

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 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.

Kontakt über das MGH:

Tel.: 07821 910-5063 oder 910-5064,

E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de

Aktuell neue Ansprechpartnerin gesucht!

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