

# PROGRAMM MEHRCOGENERATIONENHAUS

Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle  
Begegnungshaus am Urteilsplatz

**Mai - Juni 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**

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| <b>Terminübersicht</b>           | <b>5</b>  |
| <b>Wochenplan &amp; Projekte</b> | <b>8</b>  |
| <b>Wechselndes Programm</b>      | <b>10</b> |

**Mehrgenerationenhaus Lahr  
BEGEGNUNGSHAUS AM URTEILSPLATZ**

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| <b>Terminübersicht</b>           | <b>22</b> |
| <b>Wochenplan &amp; Projekte</b> | <b>25</b> |
| <b>Wechselndes Programm</b>      | <b>30</b> |

**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

**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, 18.05.2026 haben wir wieder für Sie geöffnet.**

- Donnerstag, 07.05.:**  
 09:00 Uhr Walking-Treff  
 16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im Forum Cinema
- Freitag, 08.05.:**  
 12:45 Uhr Kulturfahrt nach Bad Säckingen/Wallbach  
 14:00 Uhr Halbtageswanderung
- Freitag, 15.05.:**  
 14:00 Uhr Kleine Radtour
- Montag, 18.05.:**  
 14:00 Uhr Handarbeitsgruppe  
 14:00 Uhr Spielenachmittag  
 16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende
- Dienstag, 19.05.:**  
 10:00 Uhr Qigong  
 14:30 Uhr Canasta-Treff  
 15:00 Uhr Bildvortrag „Mongolei“  
 17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“
- Mittwoch, 20.05.:**  
 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, 21.05.:**  
 09:00 Uhr Walking-Treff  
 09:00 Uhr Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung Digitalhilfe<sup>3</sup>  
 15:00 Uhr Offenes Singen  
 16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im Forum Cinema  
 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Borderline“

- Freitag, 22.05.:**  
 13:00 Uhr E-Bike-Sicherheits-training  
 15:00 Uhr Musikalischer Nachmittag
- Montag, 25.05.:**  
**Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist wegen des Feiertags (Pfingstmontag) geschlossen.**
- Dienstag, 26.05.:**  
 10:00 Uhr Qigong  
 14:30 Uhr Canasta- Treff  
 15:00 Uhr Bildvortrag „Vogel des Jahres“  
 17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“
- Mittwoch, 27.05.:**  
 09:00 Uhr Yoga  
 14:00 Uhr Spielenachmittag: Bridge/ Cego  
 14:30 Uhr Gymnastik
- Donnerstag, 28.05.:**  
 09:00 Uhr Walking-Treff  
 15:00 Uhr Sudoku-Treff
- Montag, 01.06.:**  
 14:00 Uhr Handarbeitsgruppe  
 14:00 Uhr Spielenachmittag  
 16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende  
 18:30 Uhr Selbsthilfegruppe Männer mit Krebs
- Dienstag, 02.06.:**  
 10:00 Uhr Qigong  
 14:30 Uhr Canasta-Treff  
 15:00 Uhr Präventionsvortrag der Polizei  
 17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“
- Mittwoch, 03.06.:**  
 09:00 Uhr Yoga  
 14:00 Uhr Spielenachmittag: Bridge/ Cego  
 14:30 Uhr Gymnastik  
 18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Betroffene toxischer/narzisstischer Beziehungen“
- Donnerstag, 04.06.:**  
**Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist wegen des Feiertags (Fronleichnam) geschlossen.**

**Freitag, 05.06.:**

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

**Samstag, 06.06.:**

14:00 Uhr Repair-Café

**Montag, 08.06.**

14:00 Uhr Handarbeitsgruppe  
14:00 Uhr Spielenachmittag

**Dienstag, 09.06.:**

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

**Mittwoch, 10.06.:**

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

**Donnerstag, 11.06.:**

09:00 Uhr Walking-Treff  
15:00 Uhr Schlaganfallcafé  
15:00 Uhr Digitalhilfe<sup>3</sup>  
16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im Forum Cinema

**Freitag, 12.06.:**

14:00 Uhr Halbtageswanderung  
15:00 Uhr Trauercafé

**Montag, 15.06.:**

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

**Dienstag, 16.06.:**

10:00 Uhr Qigong  
14:30 Uhr Canasta-Treff  
15:00 Uhr Vortrag „Das Gedächtnis- verstehen, fördern und erhalten“  
17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“

**Mittwoch, 17.06.:**

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

**Donnerstag, 18.06.:**

09:00 Uhr Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung

09:00 Uhr Walking-Treff  
15:00 Uhr Offenes Singen  
15:00 Uhr Digitalhilfe<sup>3</sup>  
18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Borderline“

**Freitag, 19.06.:**

13:15 Uhr Kulturfahrt nach Vogtsburg/Burkheim  
14:00 Uhr Kleine Radtour  
15:00 Uhr Selbsthilfegruppe Gemeinsam Stark  
15:00 Uhr Englisch-Stammtisch

**Samstag, 20.06.:**

09:00 Uhr Frühstück der Vielfalt

**Montag, 22.06.:**

14:00 Uhr Handarbeitsgruppe  
14:00 Uhr Spielenachmittag

**Dienstag, 23.06.:**

10:00 Uhr Qigong  
14:30 Uhr Canasta-Treff  
15:00 Uhr Filmnachmittag des Filmclubs Lahr  
17:45 Uhr Selbsthilfegruppe „Einsam, zweisam, gemeinsam“

**Mittwoch, 24.06.:**

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, 25.06.:**

09:00 Uhr Walking-Treff  
15:00 Uhr Sudoku-Treff  
16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im Forum Cinema

**Freitag, 26.06.:**

15:00 Uhr Sommerfest des Mehr- generationenhauses

**Montag, 29.06.:**

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

**Dienstag, 30.06.:**

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

# FEIERN SIE MIT!

## Sommerfest

### Mehrgenerationenhaus

## Freitag, 26. Juni

15:00 bis 19:00 Uhr

### rund um das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle, Bei der Stadtmühle 2

- buntes Programm für kleine und große Besucher
- Musik und Unterhaltung
- Essen & Trinken, Kaffee & Kuchen, Leckerer vom Grill
- Eintritt frei!

Alle sind herzlich eingeladen.



**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.

**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 bietet Raum zum Kennenlernen und Austauschen und will Vereinsamung entgegenwirken.

Infos unter 0781/8059771 oder per E-Mail an [selbsthilfe@ortenaukreis.de](mailto: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), 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“ (14-tägig)**

Die Treffen bieten Betroffenen einen geschützten Raum für Austausch, Unterstützung, Halt und gegenseitige Stärkung. Infos unter 0781/8059771 oder per E-Mail an [selbsthilfe@ortenaukreis.de](mailto:selbsthilfe@ortenaukreis.de)

**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 Digitalhilfe<sup>3</sup> (1., 2. + 3. Donnerstag)**

Ehrenamtliche geben bei der Digitalhilfe<sup>3</sup> (bisher PC-Club) Unterstützung beim Umgang mit Smartphone, Tablet und PC.

**18:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Borderline“ (14-tägig)**

Die Gruppe trifft sich 14-tägig. Infos unter 0781/8059771 oder per E-Mail an [selbsthilfe@ortenaukreis.de](mailto:selbsthilfe@ortenaukreis.de)

**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. Ansprechperson: n.n.

**PROJEKTE**

**Taschengeldbörse 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... 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. 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:



**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...



**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, 18.05.2026 haben wir wieder für Sie geöffnet.**



**Donnerstag, 07.05., 16:00 Uhr  
Forum-Seniorenkino im Forum Cinema,  
Friedrichstraße 10:  
„Progressive Nostalgiker“**  
7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)

**Freitag, 08.05., 12:45 Uhr  
Kulturfahrt nach Bad Säckingen/Wallbach**

Wir besuchen das Müllmuseum in Bad Säckingen, ein außergewöhnliches Museum! Zu sehen ist altes Blechspielzeug, Dutzende von Radios, verschiedenste Nähmaschinen, Puppen, Puppenstuben, Teddybären, alte Uhren und anderes. Es gibt nichts, was im Müllmuseum nicht zu sehen ist. Anschließend haben Sie noch Zeit für einen kleinen Stadtbummel in Bad Säckingen. Abfahrt ist um 12:45 Uhr am Doler Platz (an der Feuerwehr) und die Rückfahrt ist um etwa 17:30 Uhr geplant. Die Fahrtkosten inklusiv Kaffee und Kuchen betragen 28,00 Euro. Anmeldung im Büro der Stadtmühle unter Telefon 07821/21787 oder per Mail an „stadtmühle@lahr.de“.

**Freitag, 08.05., 14:00 Uhr  
Halbtageswanderung**

Wir treffen uns um 14.00 Uhr an der Stadtmühle, fahren mit Kleinbussen nach Berghaupten und wandern rund um Berghaupten (Strecke ca. 6 km/150 Höhenmeter). Anschließend ist eine Einkehr geplant. Fahrtkosten 5 €. Anmeldung bei Peter Kiehne unter Telefon 07821.53146 oder 0175.5208835.



**Freitag, 15.05., 14:00 Uhr  
Kleine Radtour**

Wir treffen uns um 14:00 Uhr an der Stadtmühle, fahren über Kippenheim, Schmieheim und Altdorf nach Ettenheim und kehren dort ein. Rückfahrt über Orschweier, Mahlberg und Kippenheimweiler nach Lahr. Strecke: 35 km, 50 Höhenmeter.



**Dienstag, 19.05., 15:00 Uhr  
Bildvortrag „Mongolei“**

Die Reise geht im Geländewagen vom pulsierenden Zentrum Ulan Bator zu den abgeschieden lebenden Rentiernomaden der „Tsaaten“ im Norden an der russischen Grenze. Weiter führt der lange Weg in Richtung Westen ins Altai Gebirge zum berühmten, zweitägigen Adlerfest nahe der Stadt Ulgi. Zurück in die Hauptstadt gelangt man über die Südstrecke unter anderem in den Chustajn-Nuruu-Nationalpark, wo die fast ausgerotteten Takhi/Przewalski Wildpferde eine neue Heimat gefunden haben. Bertram Rueb erzählt von seiner abenteuerlichen Reise und zeigt Fotos und Videos aus diesem fernen und fremden Land.



**Mittwoch, 20.05., 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, 21.05., 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, 21.05., 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.

**Donnerstag, 21.05., 16:00 Uhr**  
**Forum-Seniorenkino im Forum Cinema, Friedrichstraße 10:**  
**„Der Held vom Bahnhof Friedrichstraße“**  
 7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)

**Freitag, 22.05., 13:00 Uhr**  
**E-Bike-Sicherheitstraining**

Sie haben ein E-Bike / Pedelec, fühlen sich aber noch nicht ganz sicher? Beim Fahrsicherheitstraining des

Stadtseniorenbeirates können Sie unter kompetenter Anleitung Ihre Fahrsicherheit auf dem E-Bike verbessern. Wir treffen uns mit E-Bike und Fahrradhelm auf dem Verkehrsübungsplatz, Im Mauerfeld, Lahr. Instruktor Bernd Wieser geht auf Ausstattung, Blickführung und Verkehrsregeln ein und führt mit den Teilnehmenden einen Sicherheitscheck am Fahrrad durch. Beim Parcoursfahren werden bestimmte sicherheitsrelevante Aspekte praktisch geübt. Dazu gehören vor allem richtiges Kurvenfahren und sicheres Bremsen, damit Sie Gefahren vermeiden und in Notsituationen richtig reagieren können. Mindest-/Maximalpersonenzahl: 5/10 Personen. Kosten: 10 €/ Person. Mit freundlicher Unterstützung der Verkehrswacht Lahr e.V.. Anmeldung erforderlich im Büro der Stadtmühle, per E-Mail an stadtmuehle@lahr.de oder unter Telefon 07821/21787.

**Freitag, 22.05., 15:00 Uhr**  
**Musikalischer Nachmittag**

Wolfgang Miessmer und Marion Gumper spielen europäische Folkmusik aus Irland, Frankreich, Deutschland und anderen Ländern mit Dudelsack und Handharmonika. Wolfgang Miessmer trägt auch Volkslieder zum Mitsingen und alemannische Lieder vor und gibt Gedichte und Anekdoten auf Alemannisch zum Besten.

**Montag, 25.05.:**  
**Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist wegen des Feiertags (Pfingstmontag) geschlossen.**

**Dienstag, 26.05., 15:00 Uhr**  
**Bildvortrag „Vogel des Jahres“**

Bei der sechsten öffentlichen Vogelwahl sind fünf Kandidaten ins Rennen um den Titel gegangen: Amsel, Zwergtaucher, Waldohreule, Schleiereule und das Rebhuhn. Das Rebhuhn wurde zum Vogel des Jahres 2026 gewählt. Im Vortrag erfahren Sie Interessantes über diese stark gefährdete Vogelart. Das Rebhuhn, ein echter Kulturfollower, war einst häufig auf unseren Feldern unterwegs. Heute ist es sehr selten geworden. Verantwortlich dafür ist vor allem die intensive Landwirtschaft: Pestizide und das Fehlen von Blühstreifen und Brachen lassen dem Rebhuhn kaum Raum zum Überleben. Helmut Opitz vom NABU geht auf die Biologie des Rebhuhns ebenso ein wie auf seine Gefährdung und auf Möglichkeiten zum Schutz dieses Hühnervogels.





**Mittwoch, 27.05., 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, 28.05., 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

**Montag, 01.06., 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, 02.06., 15:00 Uhr**  
**Präventionsvortrag der Polizei:**

**Wie schütze ich mich vor Trickdieben und –betrüger?**  
 Polizeioberkommissarin Tamara Mild vom Polizeipräsidium Offenburg gibt in ihrem Vortrag Tipps zum Schutz vor Dieben und Betrügern. Vorsicht, wenn Fremde an der Wohnungstür läuten! Schauspielerisch begabte Diebe und Betrüger an der Haus- und Wohnungstür verwenden im Grund nur ganz wenige Tricks um in Ihre Wohnräume zu gelangen oder Sie zu veranlassen Dinge an der Haustür zu kaufen.

Diebe täuschen oft Notlagen vor oder geben sich als Amtspersonen aus. Vorsicht auch am Telefon oder im Internet! Achtung „falscher Enkel“ oder „falscher Poli-

zebeamter“. Durch gezielte Gesprächsführung täuschen Anrufer eine Verwandtschaft vor und bitten in einer Notlage um Unterstützung mit Bargeld. Ein „angeblicher Polizeibeamter“ bietet seine Hilfe bei der Sicherung von Bargeld und Wertgegenständen an und schickt einen „Kollegen“ zur Abholung.

Die Tricks der Betrüger sind sehr vielfältig und einfallreich! Mit Beispielen aus den aktuellen Vorkommnissen des örtlichen Bereiches werden die Tipps sich vor Ganoven zu schützen untermauert und illustriert dargestellt.



**Donnerstag, 04.06.:**

**Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist wegen des Feiertags (Fronleichnam) geschlossen.**



**Freitag, 05.06., 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, 06.06., 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.



**Dienstag, 09.06., 15:00 Uhr**  
**Bildvortrag „Pakistan“**

Bertram Rueb berichtet von seiner abenteuerlichen Reise zum K2 in Pakistan, dem zweithöchsten Berg der Welt. Von der pakistanischen Südseite geht es zum berühmten Concordiaplatz und über den berühmten Pass „Gondogoro La“. Eine abwechslungsreiche und spannende Wanderung durchs Herz des Karakorums. Beeindruckende Bilder und Videos zeigen eine abgeschiedene Bergwelt in dieser unberührten Region.



**Donnerstag, 11.06., 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 Vieser, Kontakt per E-Mail an [helmut.vieser@kimut.de](mailto:helmut.vieser@kimut.de).

**Donnerstag, 11.06., 16:00 Uhr**

### Forum-Seniorenkino im Forum Cinema,

**Friedrichstraße 10: „Monsieur Robert kennt kein Pardon“**,  
7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)

**Freitag, 12.06., 14:00 Uhr**

### Halbtageswanderung

Wir treffen uns um 14:00 Uhr an der Stadtmühle, fahren mit Kleinbusse/Pkw nach Ringsheim, wandern um den Kahlenberg (weniger als 6 km, mäßige Steigungen) und kehren in Ringsheim ein. Rückkehr gegen 19 Uhr. Anmeldung bei Peter Kiehne 07821.53146 oder 0175.5208835

**Freitag, 12.06., 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, 16.06., 15:00 Uhr**

### Vortrag „Das Gedächtnis– verstehen, fördern und erhalten“

Nicole Pauly, die im Mehrgenerationenhaus ihr Freiwilliges Soziales Jahr absolviert, zeigt in ihrem Vortrag wie das Gedächtnis funktioniert und was wir tun können, um es langfristig fit zu halten. In diesem Vortrag erhalten Sie verständliche Einblicke in die Arbeitsweise unseres Gehirns und lernen praxiserprobte Strategien kennen, um Merkfähigkeit, Konzentration und geistige Leistungsfähigkeit gezielt zu stärken. Freuen Sie sich auf kompakte Informationen, alltagstaugliche Tipps und einfache Übungen für mehr mentale Fitness – in jedem Alter.

**Donnerstag, 18.06., 09:00 Uhr**

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

Informationen dazu finden Sie auf Seite 12. Anmeldung erforderlich unter Telefon 0781/28948830 oder [eutb@agbo.info](mailto:eutb@agbo.info)

**Donnerstag, 18.06., 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, 19.06., 13:15 Uhr**

### Kulturfahrt nach Vogtsburg/Burkheim

Das malerische Weinstädtchen liegt am Westrand des Kaiserstuhls. Prachtige Fachwerkhäuser, spätgotische und barocke Bauten sowie die Renaissancefassade des Rathauses prägen das Stadtbild. Wir besuchen das Korkenziehermuseum, ein ungewöhnliches Museum mit über 1000 Exponaten aus über 350 Jahren Geschichte und Geschichten rund um das Öffnen von Weinflaschen. Anschließend erkunden wir die historische Altstadt von Burkheim sowie das Burkheimer Schloss. Abfahrt ist um 13:15 Uhr am Doler Platz (ehemaliger Bushalt an der Feuerwehr). Die Rückfahrt ist für etwa 17:45 Uhr geplant. Die Fahrtkosten inkl. Museumseintritt und Führung betragen 12 Euro. Anmeldungen im Büro der Stadtmühle unter Telefon 07821/21787 oder per Mail an [stadtmuehle@lahr.de](mailto:stadtmuehle@lahr.de).

**Freitag, 19.06., 14:00 Uhr**

### Kleine Radtour

Wir treffen uns um 14:00 Uhr an der Stadtmühle, fahren über Hugsweier, Schuttern, Schutterzell zur Schutterzeller Mühle, wo wir einkehren werden. Rückfahrt über Kürzell nach Lahr. Strecke: 30 km, keine Steigungen.

**Freitag, 19.06., 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.





### Samstag, 20.06., 09:00 Uhr Frühstück der Vielfalt

Menschen aller Generationen und Kulturen sind eingeladen, sich bei einem gemeinsamen Frühstück kennenzulernen, auszutauschen und Kulinarisches aus verschiedenen Nationen zu genießen. Brötchen, Butter, Kaffee, Tee und ein Kaltgetränk werden gegen einen Obolus nach eigenem Ermessen bereitgestellt. Für das gemeinsame Büffet bringt jeder erwachsene Teilnehmende einen kulinarischen Beitrag mit, der zwischen 09:00 und 09:30 Uhr abgegeben werden sollte. Wer möchte, kann das mitgebrachte Frühstück vorstellen und den Anwesenden etwas über das Herkunftsland oder die eigene persönliche Geschichte berichten. Jugendliche der Taschengeldbörse betreuen während des Frühstücks ein Spielzimmer für Kinder ab 3 Jahren. Die Aufsichtspflicht bleibt bei den Eltern. Das

Frühstück der Vielfalt ist eine Kooperation des Mehrgenerationenhauses und weiteren Mitarbeitenden der Abteilung Soziales der Stadt Lahr. Einlass ist um 09:00 Uhr, gemeinsamer Beginn um 09:30 Uhr. Eine Anmeldung ist erforderlich im Büro der Stadtmühle unter Telefon 07821/2787 oder per Mail an stadtmuehle@lahr.de.



### Dienstag, 23.06., 15:00 Uhr Filmnachmittag des Filmclubs Lahr

„Wie Du erkennen kannst, dass ich im Himmel bin“, ist ein Film des Filmclub Lahr und wurde mit dem Deutschen Generationenfilmpreis ausgezeichnet. Ein Film voll Dramatik und Hoffnung. Eine Frau sitzt im Hasenkostüm im Auto und heult sich die Augen aus. Was ist geschehen? Und warum zum Teufel setzt sich nun ein Mann mit einer Pistole auf ihren Beifahrersitz und zwingt sie zur Fahrt? Marie und Oliver sind so ungleich wie zwei Menschen nur sein können. Sie eine Frau, die sich selbst aufgeopfert hat für ihre leukämiekranken Tochter. Er, der die Firma seines Vaters in den Sand gesetzt hat. Zwei Menschen am Rande ihrer Existenz.

### Mittwoch, 24.06., 15:00 Uhr Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz

Informationen dazu finden Sie auf Seite 14.  
Um Anmeldung wird gebeten unter Telefon 07821/ 93650

### Donnerstag, 25.06, 15:00 Uhr Sudoku-Treff

Informationen dazu finden Sie auf Seite 14.



### Donnerstag, 25.06., 16:00 Uhr Forum-Seniorenkino im Forum Cinema, Friedrichstraße 10: „Die Ältern“ 7,90 € Eintritt (inklusive einem Glas Sekt)

### Freitag, 26.06., 15:00 bis 19:00 Uhr Sommerfest des Mehrgenerationenhauses

Das Mehrgenerationenhaus Lahr lädt zum Sommerfest an der Stadtmühle ein. Es gibt ein buntes Programm für kleine und große Besucher mit musikalischen Darbietungen, Spielaktionen und Kreativangeboten. Auch für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt. Es gibt Kaffee und Kuchen und ab etwa 17 Uhr Steaks und Würste vom Grill und leckere Salate. Darüber hinaus informieren die Mitarbeitenden über die Angebote der beiden Mehrgenerationenhaus-Standorte. Die ehrenamtlich und hauptamtlich Mitarbeitenden freuen sich auf viele Gäste.



### Dienstag, 30.06., 15:00 Uhr Bildvortrag „Zypern“

„Und du gingest bis ans Ende der Welt, du fändest keine zweite Insel wie diese: Zypern“.  
Schon Aphrodite, Göttin der Schönheit und der Liebe, hat dieses Fleckchen Erde zu ihrer irdischen Heimat erkoren. Eine vielfältige Landschaft, eine außergewöhnliche Fauna, die abwechslungsreiche Küche und eine kompromisslose Gastfreundschaft zeichnet Zypern und die Zyprioten aus. Heinrich Dixa führt mit ausgewählten Bildern über diese besondere Insel.

# FRÜHSTÜCK DER VIELFALT



für alle Generationen und Kulturen

im Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle  
am Samstag, 20. Juni 2026

Einlass ab 9:00 Uhr \* Gemeinsamer Beginn um 9:30 Uhr

Abgabe des Beitrags fürs Büffet bis 9:30 Uhr

Anmeldung erforderlich unter:

mehrgenerationenhaus@lahr.de, Tel. 07821 9105063

stadtmühle@lahr.de, Tel. 07821 21787



# 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

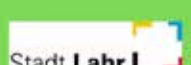


Einmal monatlich  
Erster Termin:  
16.04.2026 19:30 Uhr

## Kontakt und Anmeldung:

Mehrgenerationenhaus Lahr  
Begegnungshaus am Urteilsplatz  
Friedrichstraße 7  
77933 Lahr  
Tel. 07821 910-5063

E-Mail: mehrgenerationenhaus@lahr.de





**Freitag, 01.05.:**  
**Tag der Arbeit, Feiertag**

**Montag, 04.05.:**

10:00 Uhr Sprachcafé  
14:00 Uhr Lesepiraten

**Dienstag, 05.05.:**

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, 06.05.:**

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, 07.05.:**

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, 08.05.:**

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

**Montag, 11.05.:**

10:00 Uhr Sprachcafé  
14:00 Uhr Lesepiraten

**Dienstag, 12.05.:**

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

17:00 Uhr Strom, Energie und Kosten sparen im Haushalt  
Informationsveranstaltung in Kooperation mit NAL Lahr

**Mittwoch, 13.05.:**

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, 14.05.:**

**Christi Himmelfahrt, Feiertag**

**Freitag, 15.05.:**

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

**Montag, 18.05.:**

10:00 Uhr Sprachcafé  
14:00 Uhr Lesepiraten

**Dienstag, 19.05.:**

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, 20.05.:**

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, 21.05.:**

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, 22.05.:**

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

**Das Begegnungshaus ist während der Pfingstferien von Montag, 25.5.2026 bis einschließlich Freitag, 05.06.2026 geschlossen.**

**Montag, 08.06.:**

10:00 Uhr Sprachcafé  
14:00 Uhr Lesepiraten

**Dienstag, 09.06.:**

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, 10.06.:**

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, 11.06.:**

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, 12.06.:**

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

**Montag, 15.06.:**

10:00 Uhr Sprachcafé  
14:00 Uhr Lesepiraten

**Dienstag, 16.06.:**

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, 17.06.:**

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, 18.06.:**

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, 19.06.:**

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

**Samstag, 20.06.:**

09:00 Uhr Frühstück der Vielfalt  
Im Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle

**Montag, 22.06.:**

10:00 Uhr Sprachcafé  
14:00 Uhr Lesepiraten

**Dienstag, 23.06.:**

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, 24.06.:**

- 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, 25.06.:**

- 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, 26.06.:**

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

**Montag, 29.06.:**

- 10:00 Uhr Sprachcafé
- 14:00 Uhr Lesepiraten

**Dienstag, 30.06.:**

- 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

**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: 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!

**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

**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](mailto:mehrgenerationenhaus@lahr.de)

**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](mailto: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 Selbstreflexion. 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](mailto: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](mailto: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](http://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!

**EXTERNE ANGEBOTE:**

**Freitag, 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



### 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...



### Dienstag, 12.05., 17:00 Uhr

#### Strom, Energie und Kosten sparen im Haushalt Informationsveranstaltung in Kooperation mit NAL Lahr

Achim Appel von NAL – Energiesparservice Ortenaukreis informiert über Möglichkeiten des Energie- und Stromsparens im Privathaushalt.

Nach einer Einführung und Vorstellung seiner Arbeit, lädt er alle Teilnehmenden zu einer Frage- und Austauschrunde ein.

Für Haushalte mit geringem Einkommen können im Anschluss Termine für einen Energie- und Stromspar-Check zu Hause vereinbart werden.

Kontakt: Achim Appel, Tel: 0176 15277214

Anmeldung über: [mehrgenerationenhaus@lahr.de](mailto:mehrgenerationenhaus@lahr.de)

Tel. 07821 910-5063



### Samstag, 20.06., 09:00 Uhr Frühstück der Vielfalt

Menschen aller Generationen und Kulturen sind eingeladen, sich bei einem gemeinsamen Frühstück kennenzulernen, auszutauschen und Kulinarisches aus verschiedenen Nationen zu genießen. Brötchen, Butter, Kaffee, Tee und ein Kaltgetränk werden gegen einen Obolus nach eigenem Ermessen bereit gestellt. Für das gemeinsame Büffet bringt jeder erwachsene Teilnehmende einen kulinarischen Beitrag mit, der zwischen 09:00 und 09:30 Uhr abgegeben werden sollte. Wer möchte, kann das mitgebrachte Frühstück vorstellen und mit den Anwesenden etwas über das eigene Herkunftsland oder die eigene persönliche Geschichte berichten. Jugendliche der Taschengeldbörse betreuen während des Frühstücks ein Spielzimmer für Kinder ab 3 Jahren. Die Aufsichtspflicht bleibt bei den Eltern.

Das Frühstück der Vielfalt ist eine Kooperation des Mehrgenerationenhauses und weiteren Mitarbeitenden der Abteilung Soziales der Stadt Lahr. Einlass ist um 09:00 Uhr, gemeinsamer Beginn um 09:30 Uhr.

Eine Anmeldung ist erforderlich im Büro des Begegnungshauses unter Telefon 07821 910-5063 oder per Mail an [mehrgenerationenhaus@lahr.de](mailto: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](http://www.konzept-projekt.de)



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
Miteinander – Füreinander

Gefördert durch das



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend