



PROGRAMM MEHRGENERATIONENHAUS

Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle
Begegnungshaus am Urteilsplatz

September - Oktober 2017





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.

In seinen beiden Standorten - dem Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle und dem Begegnungshaus am Urteilsplatz - bietet das Mehrgenerationenhaus Lahr neue Möglichkeiten der generationsübergreifenden Begegnung, Bildung, Information und des bürgerschaftlichen Engagements.

BÜRGERZENTRUM TREFFPUNKT STADTMÜHLE

Die zentral in der Innenstadt von Lahr 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 generationsübergreifende und generationenspezifische Angebote für Seniorinnen und Senioren. Das Angebotsspektrum reicht von Vorträgen und Gesprächskreisen, Angeboten im Bereich Kultur, Musik und Tanz, Spielereffs, Bewegungs- und Entspannungsangeboten, über PC-Kurse und PC-Club 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.

Ansprechpartner/in:

Edwin Fischer / Marina Pilgram
Mehrgenerationenhaus Lahr
Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle
Bei der Stadtmühle 2
77933 Lahr
Tel. 07821 21787
Fax 07821 91075325
E-Mail: stadtmuehle@lahr.de

Öffnungs- und Sprechzeiten:

Montag bis Freitag 13:30 bis 17:30 Uhr

BEGEGNUNGSHAUS AM URTEILSPLATZ

Mitte des Jahres 2010 hat das Begegnungshaus seine Pforten am Urteilsplatz geöffnet und bietet seitdem Lahrer Bürgerinnen und Bürgern eine Plattform der Begegnung und des bürgerschaftlichen Engagements in der Kernstadt. Jede/r kann sich entsprechend seinen Fähigkeiten einbringen, Unterstützung bieten und erhalten.

Seit der Eröffnung des Begegnungshauses hat sich einiges getan. Neben den vielfältigen regelmäßigen Angeboten werden unterschiedliche Projekte von den Mitarbeiterinnen des Begegnungshauses koordiniert.

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

Ansprechpartnerin:

Beatrice Meyer
Mehrgenerationenhaus Lahr
Begegnungshaus am Urteilsplatz
Friedrichstraße 7
77933 Lahr
Tel. 07821 3271144
Fax 07821 91075330
E-Mail: mehrgenerationenhaus-lahr@lahr.de

Öffnungs- und Sprechzeiten:

Dienstag	10:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstag	14:00 bis 17:00 Uhr

Für Fragen oder Anregungen stehen wir gerne zur Verfügung. Darüber hinaus freuen wir uns über jeden weiteren Engagierten, der unsere Arbeit unterstützen möchte, egal in welchem Bereich, ob kurz- oder langfristig, ob regelmäßig oder einmalig, ob dauerhaft oder nur von Zeit zu Zeit. Sie können auch jederzeit mit eigenen Ideen an uns herantreten – von der Vielfalt und Kreativität lebt das Mehrgenerationenhaus.



Freitag, 01.09.:

- 10:00 Uhr Mittagstisch: gemeinsam kochen und essen
14:00 Uhr Lahrer Sommerferienprogramm: Schachkurs

Samstag, 02.09.:

- 14:00 Uhr Repair-Café

Montag, 04.09.:

- 09:00 Uhr Lahrer Sommerferienprogramm: Schachkurs
09:30 Uhr Walking-Treff
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag

Dienstag, 05.09.:

- 10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Vortrag „Lebensfreude“

Mittwoch, 06.09.:

- 08:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl
09:30 Uhr Yoga auf Bodenmatten
14:00 Uhr Spielenachmittag/Bridge-Treff
14:30 Uhr Kultur in der Region 50+
14:30 Uhr Gymnastik im Spital
19:00 Uhr Treffpunkt Angehöriger Demenzkranker

Donnerstag, 07.09.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
15:00 Uhr PC-Club
15:00 Uhr Treffpunkt neuer Lebensabschnitt
15:00 Uhr Lahrer Sommerferienprogramm: Kugelkaleidoskop

Freitag, 08.09.:

- 09:30 Uhr Kursbeginn Gedächtnis-training
13:06 Uhr Halbtageswanderung
14:00 Uhr Sprechzeit Pflegestützpunkt

Montag, 11.09.:

- 09:30 Uhr Walking-Treff
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag
16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende

Dienstag, 12.09.:

- 10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Bildvortrag „Donauradwanderweg, Teil 2“

Mittwoch, 13.09.:

- 08:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl
09:30 Uhr Yoga auf Bodenmatten
14:00 Uhr Spielenachmittag/Bridge-Treff
14:30 Uhr Gymnastik im Spital
15:00 Uhr Forum-Seniorenkino

Donnerstag, 14.09.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
15:00 Uhr PC-Club
15:00 Uhr Offener Singkreis

Freitag, 15.09.:

- 13:30 Uhr Kleine Radtour in der Region

Samstag, 16.09.:

- 08:30 Uhr Kulturfahrt 50+ nach Riehen

Montag, 18.09.:

- 09:30 Uhr Walking-Treff
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag
15:00 Uhr Kursbeginn PC-Grundkurs I

Dienstag, 19.09.:

- 10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Bildvortrag „Europaweg 1, Teil 7“
15:00 Uhr Kursbeginn PC-Aufbaukurs

Mittwoch, 20.09.:

- 08:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl
09:30 Uhr Yoga auf Bodenmatten
14:00 Uhr Spielenachmittag/Bridge-Treff
14:00 Uhr Waffelnachmittag
14:30 Uhr Gymnastik im Spital

Donnerstag, 21.09.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
15:00 Uhr PC-Club
15:00 Uhr Sudoku-Treff

Freitag, 22.09.:

- 15:00 Uhr Kursbeginn PC-Grundkurs II
15:00 Uhr Musikalischer Nachmittag mit der Gitarrengruppe
Ernst Heidinger

Montag, 25.09.:

- 09:30 Uhr Walking-Treff
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag
16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende

Dienstag, 26.09.:

- 10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Vortrag „Schutz vor Einbruch“ im Rahmen der Aktion „Sicherheit im Quadrat!“

Mittwoch, 27.09.:

- 08:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl
09:30 Uhr Yoga auf Bodenmatten
14:00 Uhr Spielenachmittag/Bridge-Treff
14:30 Uhr Gymnastik im Spital

Donnerstag, 28.09.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
14:30 Uhr Interkultureller Kreis

Freitag, 29.09.:

- 15:00 Uhr Tanzcafé

Sonntag, 01.10.:

- 10:00 Uhr Kulturfahrt 50+ nach Zell a.H. und Gengenbach

Montag, 02.10.:

- 09:30 Uhr Walking-Treff
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag

Dienstag, 03.10.:

- Feiertag (Tag der deutschen Einheit)

Mittwoch, 04.10.:

- 08:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl
09:30 Uhr Yoga auf Bodenmatten
14:00 Uhr Spielenachmittag/Bridge-Treff
14:30 Uhr Kultur in der Region 50+
14:30 Uhr Gymnastik im Spital
19:00 Uhr Treffpunkt Angehöriger Demenzkranker

Donnerstag, 05.10.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
15:00 Uhr PC-Club
15:00 Uhr Treffpunkt neuer Lebensabschnitt
16:00 Uhr Schulung „Sucht im Alter“

Freitag, 06.10.:

- 10:00 Uhr Mittagstisch: gemeinsam kochen und essen

Samstag, 07.10.:

- 14:00 Uhr Repair-Café

Montag, 09.10.:

- 09:30 Uhr Walking-Treff
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag
16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende

Dienstag, 10.10.:

- 10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Vortrag „Gute Pflege ist mehr als...“

Mittwoch, 11.10.:

- 08:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl
09:30 Uhr Yoga auf Bodenmatten
14:00 Uhr Spielenachmittag/Bridge-Treff
14:30 Uhr Gymnastik im Spital
15:00 Uhr Forum-Seniorenkino

Donnerstag, 12.10.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
15:00 Uhr PC-Club
15:00 Uhr Offener Singkreis

Freitag, 13.10.:

- 12:27 Uhr Halbtageswanderung
14:00 Uhr Sprechzeit Pflegestützpunkt

Montag, 16.10.:

- 09:30 Uhr Walking-Treff
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag

Dienstag, 17.10.:

- 10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Reisebericht „Namibia“
18:30 Uhr Vortrag „Wer entscheidet, wenn ich nicht mehr kann?“

Mittwoch, 18.10.:

- 08:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl
09:30 Uhr Yoga auf Bodenmatten
14:00 Uhr Spielenachmittag/Bridge-Treff
14:00 Uhr Waffelnachmittag
14:30 Uhr Gymnastik im Spital

Donnerstag, 19.10.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
10:00 Uhr Kursbeginn Int. Kreistänze
15:00 Uhr PC-Club
15:00 Uhr Sudoku-Treff

Freitag, 20.10.:

- 13:30 Uhr Kleine Radtour in der Region

Montag, 23.10.:

- 09:30 Uhr Walking-Treff
10:00 Uhr Kursbeginn „Aktiv von Kopf bis Fuß“
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag
16:15 Uhr Treffpunkt Alleinlebende

Dienstag, 24.10.:

- 10:00 Uhr Qigong
14:30 Uhr Canasta-Treff
15:00 Uhr Bildvortrag „Europaweg 1, Teil 8“

Mittwoch, 25.10.:

- 08:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl
09:30 Uhr Yoga auf Bodenmatten
14:00 Uhr Spielenachmittag/Bridge-Treff
14:30 Uhr Gymnastik im Spital

Donnerstag, 26.10.:

- 09:00 Uhr Walking-Treff
14:30 Uhr Interkultureller Kreis

Freitag, 27.10.:

- 15:00 Uhr Tanzcafé mit Besuch der Chrysanthemenkönigin

Montag, 30.10.:

- 09:30 Uhr Walking-Treff
14:00 Uhr Handarbeitsgruppe
14:00 Uhr Spielenachmittag

Dienstag, 31.10.:

- Feiertag (Reformationstag)

VORANKÜNDIGUNG:

- Mittwoch, 01.11.:**
Feiertag (Allerheiligen)

Donnerstag, 02.11.:

- 10:00 Uhr Seniorentag in der Sulzberghalle



Freitag, 01.09.:

10:00 Uhr Mittagstisch in der Stadtmühle

Samstag, 02.09.:

15:00 Uhr Drachensteig-Fest
17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 04.09.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem
15:30 Uhr Offener Gesprächskreis

Dienstag, 05.09.:

14:00 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Arabisch)

Mittwoch, 06.09.:

09:30 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Kurdisch)

Donnerstag, 07.09.:

KEINE Spielgruppe

Samstag, 09.09.:

17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 11.09.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem

Dienstag, 12.09.:

14:00 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Arabisch)

Mittwoch, 13.09.:

09:30 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Kurdisch)

19:00 Uhr Kreativtreff

Donnerstag, 14.09.:

09:30 Uhr Spielgruppe

Freitag, 15.09.:

10:00 Uhr Sprachcafé
16:00 Uhr interkultureller Tanznachmittag

Samstag, 16.09.:

17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 18.09.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem
15:30 Uhr Offener Gesprächskreis
19:00 Uhr Hashimoto-SHG

Dienstag, 19.09.:

14:00 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Arabisch)

Mittwoch, 20.09.:

09:30 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Kurdisch)

Donnerstag, 21.09.:

09:30 Uhr Spielgruppe
19:00 Uhr Ostdeutscher Lesekreis

Samstag, 23.09.:

17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 25.09.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem

Dienstag, 26.09.:

14:00 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Arabisch)
16:00 Uhr internationales Café

Mittwoch, 27.09.:

09:30 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Kurdisch)

Donnerstag, 28.09.:

09:30 Uhr Spielgruppe

Samstag, 30.09.:

10:00 Uhr Souveräner Umgang mit Konflikten
17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 02.10.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem
15:30 Uhr Offener Gesprächskreis

Aufgrund des Feiertages ist das Büro des Begegnungshauses am 03.10.2017 (Tag der Deutschen Einheit) geschlossen.

Mittwoch, 04.10.:

09:30 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Kurdisch)

Donnerstag, 05.10.:

09:00 Uhr Beratungstag der Kontaktstelle Frau & Beruf in Lahr
09:30 Uhr Spielgruppe

Freitag, 06.10.:

10:00 Uhr Mittagstisch: gemeinsam kochen und essen

Samstag, 07.10.:

17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 09.10.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem

Dienstag, 10.10.:

14:00 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Arabisch)

Mittwoch, 11.10.:

09:30 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Kurdisch)

19:00 Uhr Kreativtreff

Donnerstag, 12.10.:

09:30 Uhr Spielgruppe

Freitag, 13.10.:

10:00 Uhr Sprachcafé

Samstag, 14.10.:

17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 16.10.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem
15:30 Uhr Offener Gesprächskreis
19:00 Uhr Hashimoto-SHG

Dienstag, 17.10.:

14:00 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Arabisch)

Mittwoch, 18.10.:

09:30 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Kurdisch)

Donnerstag, 19.10.:

09:30 Uhr Spielgruppe
19:00 Uhr Ostdeutscher Lesekreis

Freitag, 20.10.:

16:00 Uhr interkultureller Tanznachmittag
18:00 Uhr Theater im Gehäuse

Samstag, 21.10.:

17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 23.10.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem

Dienstag, 24.10.:

14:00 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Arabisch)
Internationales Café
16:00 Uhr Abendseminars für Fortgeschrittene in der Flüchtlingsarbeit
19:30 Uhr

Mittwoch, 25.10.:

09:30 Uhr Sozialberatung (Deutsch-Kurdisch)

Donnerstag, 26.10.:

09:30 Uhr Spielgruppe

Samstag, 28.10.:

17:00 Uhr ABC-Deutsch-Treff

Montag, 30.10.:

09:00 Uhr Lahrer Integrationsstandem
15:30 Uhr Offener Gesprächskreis

Aufgrund der Feiertage ist das Büro des Begegnungshauses am 31.10.2017 (Reformationstag) und am 01.11.2017 (Allerheiligen) geschlossen.



Walking

Jeden Montag um 9:30 Uhr

Jeden Donnerstag um 9:00 Uhr

Wir treffen uns am Anfang der Husarenstraße hinter dem Lidl Supermarkt und laufen jeweils etwa eine Stunde. Informationen gibt es bei Brigitte Baum unter Telefon 07821/ 41513.

Handarbeit

Jeden Montag um 14:00 Uhr

Wir häkeln und stricken zum Beispiel Socken, Schals, Mützen, Babyschuhe und vieles mehr. Den Verkaufserlös spenden wir an soziale Einrichtungen wie die Stadtmühle, das Tierheim, die Kinderkrebs-hilfe u. a. (Annemarie Schweizer, Koletta Kollmer)

Spielenachmittage im Café

Jeden Montag um 14:00 Uhr

Wir spielen Kartenspiele wie Rommé, Skat, Skibbo, Canasta aber auch andere Spiele wie Scrabble.

Jeden Mittwoch um 14:00 Uhr

Wir spielen Bridge. Für Anfänger nicht geeignet.

Qigong

Jeden Dienstag um 10:00 Uhr

Durch ruhige, harmonische Bewegungen wird der Energiefluss im Körper angeregt. Fast alle Übungen können auch im Sitzen ausgeführt werden. Die Übungsstunden bestehen aus Lockerungsübungen, stillem Qigong und den so genannten 18 Übungen.

(Rosemarie Söllner)

Canasta-Treff

Jeden Dienstag um 14:30 Uhr

Canasta ist ein Kartenspiel bei dem in der Regel zwei oder drei Zweierteams gegeneinander spielen. Es kann aber auch zu dritt einzeln gespielt werden.

(Lydia Manthey)

Yoga auf dem Stuhl - jeden Mittwoch um 8:45 Uhr

Yoga auf der Matte - jeden Mittwoch um 9:30 Uhr

Yoga kann, auch ohne jegliche Vorkenntnisse, bis ins hohe Alter ausgeübt werden. Es fördert die Koordination, lindert Verspannungen, stärkt die Muskulatur und hält den Körper beweglich. Körper, Geist und Seele kommen zur Ruhe.

(Ursula Asimus)

Gymnastik

Jeden Mittwoch um 14:30 Uhr im Pflegeheim Spital

Durch gezielte Übungen (im Sitzen und im Stehen) erhalten und verbessern wir unsere Beweglichkeit und trainieren Herz und Kreislauf. (Jolan Reissmann)

PC-Club

Jeden 1., 2., 3. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr

Der PC-Club trifft sich zum Austausch und bietet Unterstützung bei Fragestellungen rund um das Thema Computer. Ohne Anmeldung.

PROJEKTE

Hundebesuchsdienst in Pflegeeinrichtungen

Geschulte Hundehalter besuchen regelmäßig mit ihren vierbeinigen Lieblingen Gäste von Tagespflegeeinrichtungen, sowie Bewohner in Wohngruppen und Pflegeheimen. Die Besuche bringen Abwechslung in den Alltag der Pflegebedürftigen, motivieren zu mehr Bewegung und Aktivität und fördern deren Sozialkontakte. Voraussetzung für die Teilnahme am Hundebesuchsdienst ist eine bestandene Hundeeignungsprüfung und die Teilnahme an einer umfangreichen Schulung.

Vorlesepaten in Schulen und Kitas

Das Vorleseprojekt gibt es seit 2002 und geht auf eine Initiative des Gesamtelternbeirates und des Seniorenbeirates der Stadt Lahr zurück. Engagierte Seniorinnen und Senioren lesen an Grundschulen und Kindertageseinrichtungen vor und regen so Kinder zum Lesen von Büchern an. Gleichzeitig sollen dadurch die sprachlichen Fähigkeiten der Kinder und die Begegnung zwischen den Generationen gefördert werden. Wenn Sie Interesse an einer Mitarbeit als Vorlesepaten haben, sprechen Sie uns bitte an.

Geschichtswerkstatt/ Lahr erzählt

Die Initiative „Lahr erzählt“, ist eine Kooperation von drei Einrichtungen der Stadt Lahr- der Mediathek, dem Seniorenbeirat und des Bürgerzentrums Treffpunkt Stadtmühle. Jeder Erzählabend der Veranstaltungsreihe ist mit einem Thema überschrieben, zu dem Frauen und Männer verschiedenen Alters Geschichten aus ihrem Leben erzählen. So eröffnet sich eine Welt vielfältiger und ganz unterschiedlicher Erfahrungen und es werden die Geschichten unserer Stadt gesammelt.



Freitag, 01.09., 10:00 bis 13:30 Uhr

Mittagstisch: Gemeinsam kochen und essen

Wir bereiten gemeinsam Vor- und Nachspeise vor, kochen ein einfaches Hauptgericht und essen anschließend in angenehmer Gesellschaft. Wer nicht mitkochen möchte, kann auch nur zum Essen um 12:00 Uhr kommen. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Landsmannschaft der Deutschen aus Russland. Das Mittagessen (inklusive Tischgetränk) kostet 5,00 €/Person. Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an.

Freitag, 01.09., 14:00 bis 17:00 Uhr

Montag, 04.09., 09:00 bis 12:00 Uhr

Lahrer Sommerferienprogramm Schachkurs

Einsteiger/-innen lernen die Schachregeln und Grundkenntnisse. Bei Anfängern/-innen mit Grundkenntnissen werden diese in den Bereichen Eröffnung, Mittel- und Endspiel vertieft. Der Kurs besteht aus drei Halbtages-Terminen, der erste Termin ist bereits am 28.08.. Bitte Getränke mitbringen. Kosten entstehen keine. Eine Veranstaltung des Schachklub Lahr in Kooperation mit der Stadtmühle. Anmeldung bei Bernd Schmider, Tel.: 07825/5726

Samstag, 02.09., 14:00 Uhr

Repair-Café

Gemeinsam reparieren statt alleine wegwerfen! Zum Repair-Café kann jeder kommen, um mit Hilfe von kompetenten Reparateuren etwas Kaputtes zu reparieren oder reparieren zu lassen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wartezeiten können mit Kaffee und Kuchen und netten Gesprächen überbrückt werden.

Dienstag, 05.09., 15:00 Uhr

Vortrag „Lebensfreude- wie ging das noch gleich?“

Wie oft funkeln Ihre Augen noch, weil Sie das Leben lieben? Und hätten Sie das gerne öfter? Sich auf das Wesentliche konzentrieren, sich aus misslichen Lagen befreien, positive Kräfte wieder entdecken, um die alltäglichen Herausforderungen besser zu bewältigen- das alles kann Ihnen gelingen. Gewusst wie! Um ein selbstbestimmtes, gutes Leben und die Rückkehr der Lebensfreude geht es in diesem Vortrag von Beate Hackmann mit vielen Denkanstößen und Tipps. Eintritt frei. Bewirtet wird vor und nach dem Vortrag.

Mittwoch, 06.09., 14:30 Uhr

Kultur in der Region 50+

Kulturinteressierte treffen sich zur Planung der nächsten Kulturfahrten.
Leitung: Rosemarie Söllner

Mittwoch, 06.09., 19:00 Uhr

Treffpunkt Angehöriger Demenzkranker

Die begleitete Gruppe „Angehörige von Demenzerkrankten“ bietet Austausch, Entlastung bei krankheitsbedingter Verhaltensveränderungen und Informationen über medizinische und pflegerische Hilfen sowie deren Finanzierung.

Neue Interessierte sind herzlich willkommen.

Leitung: Christiane Witteborn

Donnerstag, 07.09., 15:00 Uhr

Treffpunkt neuer Lebensabschnitt

Die Gruppe trifft sich zum Austausch und zu gemeinsamen Unternehmungen. Neue Interessierte, die sich im Übergang in die dritte Lebensphase befinden, sind herzlich willkommen.

Leitung: Ingrid Heitz

Donnerstag, 07.09., 15:00 Uhr

Lahrer Sommerferienprogramm: Kugelkaleidoskop basteln

Ein Kugel-Kaleidoskop ist ein Spielzeug, in dem sich bunte Glassteine befinden, die durch Drehen bewegt werden, so dass bei verändernden Spiegelungen stets neue Muster erscheinen. Teilnehmen können bis zu 12 Kinder ab 6 Jahren, gerne in Begleitung von Eltern oder Großeltern. Das Angebot ist bereits ausgebucht.

Freitag, 08.09., 09:30 bis 10:45 Uhr

Kursbeginn: Gedächtnistraining

Ziel des achttägigen Kurses ist, die geistige Leistungsfähigkeit zu erhalten und bei Bedarf zu verbessern. Freuen Sie sich auf eine Stunde mit Lachgarantie und Fitness für ihre grauen Zellen.

Der Kurs kostet 30,00 €, umfasst 8 Termine und endet am 27.10. Bezahlung in bar bei Kursbeginn.

Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an.

Leitung: Hildegard Himmelsbach (DRK- Lahr)



Freitag, 08.09., 13:06 Uhr

Halbtageswanderung

Abfahrt ist um 13:06 Uhr am Lahrer Schlüssel (Linie 104/2). Wir wandern von Oberweier am Waldrand entlang und durch die Rebberge zur Riedmühle, kehren dort ein und laufen anschließend zurück nach Oberschopfheim. Gehzeit ca. 2,5 Stunden. Rückkehr ist um ca. 17:30 Uhr in Lahr. Ohne Anmeldung.

Freitag, 08.09., 14:00 Uhr

Sprechzeit Pflegestützpunkt

Heike Dorow vom Pflegestützpunkt Lahr berät Betroffene und Angehörige kostenlos, neutral und individuell rund um das Thema Pflege. Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an.

Montag, 11.09., 16:15 Uhr

Treffpunkt Alleinlebende

Die Gruppe trifft sich zum Austausch, gemeinsamen Spielen und Gedächtnistraining. Neue Interessierte sind herzlich willkommen. Leitung: Ingrid Heitz

Dienstag, 12.09., 15:00 Uhr

Bildvortrag „Donauradwanderweg, Teil 2“

Hans-Jürgen Rößler berichtet in Wort und Bild über seine Radtour vom Donaueschingen bis ins Donaudelta. Im 2. Teil berichtet er über die Strecke vom Schwarzen Meer zurück quer durch Rumänien und Serbien. Weiter führt der Weg über Kroatien, in Slowenien noch auf den höchsten Berg und dann zurück bis nach München. Eintritt frei. Bewirtet wird vor und nach dem Vortrag.

Mittwoch, 13.09., 15:00 Uhr

Forum-Seniorenkino im Forum Lahr

„Mein Blind Date mit dem Leben“, Eintritt 6,00 €

Donnerstag, 14.09., 15:00 Uhr

Offener Singkreis

Offener Singkreis mit Martha Nachbar für alle, die Spaß am Singen haben.

Freitag, 15.09., 13:30 Uhr

Kleine Radtour in der Region mit Martha Fretter

Für alle, die Spaß am Rad fahren haben. Wir treffen uns an der Stadtmühle mit eigenem Fahrrad.

Samstag, 16.09., 08:30 Uhr

Kulturfahrt 50+ nach Riehen

Wir treffen uns am Bahnhof Lahr, fahren mit dem Zug nach Riehen und besuchen das Beyeler-Museum mit den Ausstellungen „Wolfgang Tillmans“ und „Tino Seghal“. Rückkehr: 18:37 Uhr
Kosten: Eintritt 25 €, Fahrt max. 11 €
Leitung: Rosemarie Söllner
Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an.



Montag, 18.09., 15:00 Uhr: Kursbeginn Grundkurs I

Freitag, 22.09., 15:00 Uhr: Kursbeginn Grundkurs II

PC-Grundkurse für Anfänger

Kursinhalte sind Kennenlernen von Maus und Tastatur, einfache Briefe schreiben mit MS-Word, Dateiverwaltung (Ordner strukturieren), Internet (Wahl des Browsers, Verkaufsportale).
Kursleitung: Wolfram Leuser

Die Kurse bestehen aus 12 Terminen à 1,5 Stunden und kosten 72,00 €. Der Unterricht findet in Gruppen mit mindestens fünf und maximal acht Personen statt. Entsprechend kann der Dozent auf die individuellen Interessen und Fragen der Teilnehmenden eingehen. Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an.



Dienstag, 19.09., 15 Uhr

Kursbeginn PC-Aufbaukurs

Beim Aufbaukurs für Anwender mit Vorkenntnissen können die vorhandenen Kenntnisse erweitert werden. Inhalte des Kurses: Eigene Hardware erkunden, Leistungsoptimierung des Rechners, Standard-Programme festlegen (evtl. installieren und konfigurieren), Dateiverwaltung mit Windows-Explorer, Datensicherung, Internetrecherche, MS-Office: Textverarbeitung, Tabellen anlegen, Bilder verwenden.
Kursleitung: Günter Rausch

Der Kurs besteht aus 12 Terminen à 1,5 Stunden und kosten 72,00 €. Der Unterricht findet in Gruppen mit mindestens fünf und maximal acht Personen statt. Entsprechend kann der Dozent auf die individuellen Interessen und Fragen der Teilnehmenden eingehen. Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an.



Dienstag, 19.09., 15:00 Uhr

Multimediashow: Fernwanderweg E1 -Teil 7

In 75 Tagen wanderte der Fotojournalist Maurizio Poggio über 2000 km auf dem Fernwanderweg E1 von der dänischen Grenze nach Basel. Im 7. Teil seiner Multimediashow präsentiert er die Strecke von Idstein nach Bruchsal. Der Eintritt ist frei. Bewirtet wird vor dem Vortrag, in der Pause und nach dem Vortrag.

Mittwoch, 20.09., 14:00 Uhr

Waffelnachmittag

Es gibt frisch gebackene Waffeln...lecker!

Donnerstag, 21.09., 15:00 Uhr

Sudoku-Treff

Sudoku ist ein Zahlenspiel, welches einfach zu erlernen, aber schwer zu lösen ist. Experten empfehlen das Spiel als Gehirnjogging. Für die Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Neue Interessierte sind herzlich willkommen. Leitung: Elfriede Fischer

Freitag, 22.09., 15:00 Uhr

Musikalischer Nachmittag mit der Gitarrengruppe Ernst Heidinger - „Bunt sind schon die Wälder“

Die Gitarrengruppe Ernst Heidinger spielt herbstliche Lieder zum Mitsingen. Eintritt frei.

Montag, 25.09., 16:15 Uhr

Treffpunkt Alleinlebende (siehe 11.09.)

Dienstag, 26.09., 15:00 Uhr

Vortrag „Schutz vor Einbruch“ im Rahmen der Aktion „Sicherheit im Quadrat!“

Referent Ralf Kaufmann von der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle des Polizeipräsidiums Offenburg informiert, wie Täter vorgehen und wie man sich wirksam vor Einbruch schützen kann. Geschädigte eines Einbruch-Diebstahls empfinden die Tatsache, dass „Fremde“ in ihrem ganz persönlichen Umfeld „zu Gange“ waren grundsätzlich als sehr belastend. Neben materiellen Schäden entstehen oft Ängste, erneut zum „Opfer“ zu werden. Der Vortrag ist Bestandteil der Veranstaltungsreihe „Sicherheit im Quadrat“ und ist eine Kooperation zwischen dem Polizeipräsidium Offenburg, Referat Prävention, dem Polizeirevier Lahr und der Stadtverwaltung Lahr. Der Eintritt ist frei. Bewirtet wird vor und nach dem Vortrag.

Donnerstag, 28.09., 14:30 Uhr

Interkultureller Kreis

Eine kleine Auszeit vom Alltag bietet ein Erzählnachmittag mit Geschichten, Sagen und Legenden über Gärten mit ihren blühenden Schönheiten und fruchtttragenden Bäumen.

Gärten verzaubern, laden zum Verweilen, Träumen und Staunen ein, Gärten sind ein Ort der Ruhe, Inspiration und man kann Vieles darin entdecken und erleben – gerne hören wir ihre Erzählung dazu.

Leitung: Edda Biedermann

Freitag, 29.09., 15:00 Uhr

Tanzcafé

Alle Tanzbegeisterten sind herzlich eingeladen, einen unterhaltsamen Nachmittag in der Stadtmühle zu verbringen. Lothar Baumann (Akkordeon und Gesang) spielt Musik zur Unterhaltung und zum Tanzen. Nicht nur Paare, auch Einzelpersonen sind herzlich willkommen. Der Eintritt kostet 1,00 €.



Sonntag, 01.10., 10:00 Uhr

Kulturfahrt 50+ nach Zell a. H. und Gengenbach

Wir treffen uns am Friedrich-Ebert-Platz, fahren mit Privat-Pkw nach Zell a.H. und besuchen die Villa Haiss, außerdem nach Gengenbach in das Museum Haus Löwenberg mit der Ausstellung „Standhaft. Der aufrechtstehende Mensch“. Rückkehr: 17:00 Uhr. Kosten: Eintritte 10 €, Fahrt 3 €

Leitung: Rosemarie Söllner

Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an.

Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist am 03. Oktober (Tag der deutschen Einheit) geschlossen.



Mittwoch, 04.10., 14:30 Uhr

Kultur in der Region 50+ (siehe 06.09.)

Mittwoch, 04.10., 19:00 Uhr

Treffpunkt Angehöriger Demenzkranker (siehe 06.09.)

Donnerstag, 05.10., 15:00 Uhr

Treffpunkt neuer Lebensabschnitt (siehe 07.09.)



Donnerstag, 05.10., 16:00 bis 17:30 Uhr
Schulung zum Thema „Sucht im Alter“

Welche Probleme ergeben sich im Alter aus missbräuchlichem und abhängigem Konsum von Alkohol und Medikamenten? Woran kann ich diesen als Ehrenamtlicher erkennen und wie spreche ich den Betroffenen an? Wo gibt es Hilfe? Im Anschluss an ein Impulsreferat besteht die Möglichkeit, sich im kleinen Kreis (max. 15 Personen) auszutauschen. Leitung: Petra Scheer-Benninger, Dipl. Psychologin an der Suchtberatungsstelle Lahr. Kosten entstehen keine. Anmeldung erbeten im Büro der Stadtmühle.

Freitag, 06.10., 10:00 bis 13:30 Uhr
Mittagstisch: Gemeinsam kochen und essen
 (siehe 01.09.)

Samstag, 07.10., 14:00 Uhr
Repair-Café (siehe 02.09.)

Montag, 09.10., 16:15 Uhr
Treffpunkt Alleinlebende (siehe 11.09.)

Dienstag, 10.10., 15:00 Uhr
Vortrag „Gute Pflege ist mehr als...“

Der Vortrag findet anlässlich der Eröffnung der Ausstellung „Gute Pflege ist mehr als...“ der Katholischen Arbeitnehmer Bewegung (KAB) statt. Die KAB Diözesansekretärin Renate Buchgeister- im Erstberuf Krankenschwester- berichtet über ihre Erfahrungen in einer Sozialstation. Die Ausstellung der KAB „Gute Pflege ist mehr als ...“ stellt die Alltagsarbeit der Pflegefachkräfte in den Mittelpunkt. Damit will die KAB diese oft im Verborgenen geleistete Arbeit wertschätzen, ins rechte Licht rücken und auf die dringend notwendigen politischen Reformen aufmerksam machen. In Kooperation mit dem Pflegestützpunkt Ortenaukreis- Außenstelle Lahr. Der Eintritt ist frei. Bewirtet wird vor und nach dem Vortrag.

Mittwoch, 11.10., 15:00 Uhr
Forum-Seniorenkino im Forum Lahr
 „Jackie“, Eintritt 6,00 €

Donnerstag, 12.10., 15:00 Uhr
Offener Singkreis (siehe 14.09.)

Freitag, 13.10., 12:27 Uhr
Halbtageswanderung

Abfahrt ist um 12:27 Uhr am Lahrer Schlüssel (Linie 113). Wir wandern von Ettenheim auf den Heuberg, kehren dort ein und laufen anschließend zurück. Strecke ca. 7 km. Rückkehr ist um ca. 17:00 Uhr oder 18:30 möglich. Ohne Anmeldung.

Freitag, 13.10., 14:00 Uhr
Sprechzeit Pflegestützpunkt

Heike Dorow vom Pflegestützpunkt Lahr berät Betroffene und Angehörige kostenlos, neutral und individuell rund um das Thema Pflege. Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an.



Ab Montag, 16.10.

Gemälde-Ausstellung von Lothar Zierer

Lothar Zierer wurde 1934 in Magdeburg geboren. Nach einer Schriftsetzerlehre und Besuch der Fachschule für angewandte Kunst in Magdeburg hatte er fünf Jahre lang täglich Malunterricht bei dem bekannten Kunstmaler, Pressezeichner und Kunsthistoriker Armin Timler. Seit seiner Flucht 1955 aus der DDR, lebt er in Lahr und ist als Grafiker, Maler und Zeichner tätig. Bekannt sind seine Aquarelle auch durch seine Kalender „Lahrer Idylle“ und „Lahr und Land“ die zwischen 1979 und 1996 erschienen sind. Seit 1982 zeigt er seine Werke in zahlreichen Ausstellungen in Lahr und Umland. Außerdem war er 11 Jahre lang als Dozent für Malerei für die VHS Lahr tätig. Im Mehrgenerationenhaus Lahr mit seinen Standorten Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle und Begegnungshaus am Urteilsplatz zeigt er vom 16. Oktober 2017 bis Mitte Januar 2018 eine Auswahl seiner Bilder. Zu sehen unter anderem sind Natur- und Landschaftsmotive. Die Ausstellung ist während der jeweiligen Öffnungszeiten zugänglich.



Dienstag, 17.10., 15:00 Uhr
Reisebericht „Namibia“

Namibia ist ein Land der Kontraste mit seinen vielfältigen Landschaftsformen. In ihrem selbst gedrehten Film berichten Ilse Müller und Irmgard Wetterer über dieses interessante Reiseland. Ein Land von endloser Weite, von Mondlandschaften, von sagenhaften Dünen und Felsformationen. Beeindruckend ist vor allem sein Tierreichtum. Der Eintritt ist frei. Bewirtet wird vor und nach dem Vortrag.

Dienstag, 17.10., 18:30 Uhr

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

Schnell kann man durch Unfall oder Krankheit in die Situation geraten, nicht mehr selbst über sich entscheiden zu können. Daher ist es wichtig, rechtzeitig vorzusorgen. Ingrid Isen (Sozialdienst Kath. Frauen Offenburg e.V.) und Heike Dorow (Pflegestützpunkt Ortenaukreis- Außenstelle Lahr) informieren über Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung. Der Eintritt ist frei. Ohne Bewirtung.

Mittwoch, 18.10., 14:00 Uhr

Waffelnachmittag (siehe 20.09.)

Donnerstag, 19.10., 10:00 Uhr

Kursbeginn „Internationale Kreistänze“

Vermittelt werden Tänze aus verschiedenen Ländern. Auch Dehn- und Entspannungsübungen gehören zum Programm. Anmeldung und Bezahlung bei Kursbeginn. Der Kurs kostet 30,00 € und umfasst 8 Termine. Leitung: Heinz Lindemann

Donnerstag, 19.10., 15:00 Uhr

Sudoku-Treff (siehe 21.09.)

Freitag, 20.10., 13:30 Uhr

Kleine Radtour in der Region (siehe 15.09.)

Montag, 23.10., 10:00 bis 11:00 Uhr

Kursbeginn „Aktiv von Kopf bis Fuß“

Der Kurs beinhaltet Gymnastik zur Kräftigung der Muskulatur sowie Gleichgewichts- und Koordinations-, Lockerungs- und Entspannungsübungen. Körperliche Bewegung fördert unsere Hirnaktivität; umso mehr, wenn die beiden dazu benötigten Gehirnhälften gleichzeitig arbeiten müssen. Übungen für das Zusammenspiel von Körper und Geist fördern Aufmerksamkeit, Denkvermögen, Kreativität und lassen durch spielerische Formen die auch so wichtige Fröhlichkeit entstehen. Der Kurs kostet 25,00 €, umfasst 8 Termine und endet am 11.12.. Bezahlung in bar bei Kursbeginn. Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an. Ein Angebot in Kooperation mit dem Turnverein Lahr. Leitung: Gerlinde Marquardt.

Montag, 23.10., 16:15 Uhr

Treffpunkt Alleinlebende (siehe 11.09.)

Dienstag, 24.10., 15:00 Uhr

Multimediashow: Fernwanderweg E1 -Teil 8

In 75 Tagen wanderte der Fotojournalist Maurizio Poggio über 2000 km auf dem Fernwanderweg E1 von der dänischen Grenze nach Basel. Der 8. Teil seiner Wanderung auf dem Fernwanderweg E1, welcher nun identisch mit dem badischen Westweg ist, geht von Bruchsal nach Schonach im Schwarzwald. Der Eintritt ist frei. Bewirtet wird vor dem Vortrag, in der Pause und nach dem Vortrag.

Donnerstag, 26.10., 14:30 Uhr

Interkultureller Kreis

„Ich habe Ruhe gesucht und habe sie am Ende gefunden in einem engen Winkel bei einem Buche“ – mit diesen Worten von Franz von Sales wollen wir jetzt, nach der sommerlichen Zeit voller Erlebnisse und Aktivität, den Gang etwas runterschalten und beim Genuss schöner Literatur entspannen. Wir freuen uns über Buchvorschläge und können auch gelesene Bücher tauschen. Leitung: Edda Biedermann

Freitag, 27.10., 15:00 Uhr

Tanzcafé mit Besuch der Chrysanthemenkönigin

Alle Tanzbegeisterten sind herzlich eingeladen, einen unterhaltsamen Nachmittag in der Stadtmühle zu verbringen. Lothar Baumann (Akkordeon und Gesang) spielt Musik zur Unterhaltung und zum Tanzen. Nicht nur Paare, auch Einzelpersonen sind herzlich willkommen. Außerdem besucht uns die Chrysanthemenkönigin mit ihren Blumenmädchen. Der Eintritt kostet 1,00 €.



Das Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle ist am 31. Oktober (Reformationstag) und am 01. November (Allerheiligen) geschlossen.



VORANKÜNDIGUNG:

Donnerstag, 02.11., 10:00 bis 15:00 Uhr

9. Seniorentag in der Sulzberghalle

Der Seniorenbeirat der Stadt Lahr lädt unter dem Motto „Aktiv und zufrieden älter werden“ zum Seniorentag ein. Programm: Impulsvortrag von Günther Wolf-Melcher „Achtsam leben“, drei Workshops zu Methoden des körperlichen und geistigen Trainings, Humorvolle Unterhaltung mit Helmut Dold.

Bewirtung: Mittagessen und Kuchenbüffet

Die Stadtmühle bleibt an diesem Tag geschlossen.



Lahrer Integrationstandem – Ehrenamtliche bieten Unterstützung an

Jeden Montag von 09:00 bis 12:00 Uhr

Ziel ist die sprachliche Unterstützung für neu Zugewanderte.
Ansprechpartnerin: Nadezhda Derevanko
Tel. 07821 3271145 (während der Sprechstunde)
E-Mail: nadezhda.derevanko@lahr.de

Zweisprachige Sozialberatung Deutsch-Arabisch **Jeden Dienstag von 14:00 bis 16:00 Uhr**

Ansprechpartnerin: Sana Ahmad-Hussein Alyaaqubi
Tel. 07821 3271145 (während der Sprechstunde)
E-Mail: sanaalyaaqubi@mail.de

Zweisprachige Sozialberatung Deutsch-Kurdisch **Jeden Mittwoch von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Ansprechpartnerin: Berivan Khalaf
Tel. 07821 3271145 (während der Sprechstunde)
E-Mail: b.khalaf_mgh@web.de

Spielgruppe für Eltern und Kinder (0-3 Jahre) **Jeden Donnerstag (außerhalb der Ferien) von 09:30 bis 11:00 Uhr**

Gemeinsam spielen, singen, basteln – neue Kontakte knüpfen und Austausch mit anderen Eltern.
Ansprechpartnerin: Beatrice Meyer
Tel. 07821 3271144
E-Mail: mehrgenerationenhaus-lahr@lahr.de

„Stark in Deutsch“

Jeden Freitag (außerhalb der Ferien) von 15:00 bis 16:30 Uhr

Angebot für Grundschüler/innen zur spielerischen Förderung von Wahrnehmung, Lesen und Schreiben.
Ansprechpartnerinnen: Beatrice Meyer, Silvia Neumeister,
Tel. 07821 3271144
E-Mail: mehrgenerationenhaus-lahr@lahr.de

ABC-Deutsch-Treff

Jeden Samstag von 17:00 bis 19:00 Uhr

Zur Vorbereitung auf den Deutschkurs und Unterstützung bei der Alphabetisierung
Ansprechpartnerin: Sana Ahmad-Hussein Alyaaqubi
Tel. 07821 3271144
E-Mail: sanaalyaaqubi@mail.de

PROJEKTE

Neben den regelmäßigen Angeboten werden unterschiedliche Projekte von den Mitarbeiterinnen des Begegnungshauses koordiniert.

Projekt „Lahrer Integrationstandem“

Ein Neubeginn in einer zunächst noch fremden Stadt ist nicht immer einfach. Insbesondere wenn einem das Land, die Umgebung und die Sprache nicht vertraut sind. Im Projekt Lahrer Integrationstandem werden Einzelkontakte zwischen Migrant/innen und Ehrenamtlichen vermittelt. Hierbei steht die Hilfe beim Erlernen der deutschen Sprache im Vordergrund und kann um die Unterstützung bei der beruflichen Orientierung sowie in Alltagsfragen - beispielsweise dem Umgang mit Behörden und Ämtern ergänzt werden.

Projekt „Stark in Deutsch“

Im Projekt „Stark in Deutsch“ werden Grundschüler im Bereich der Wahrnehmung, Konzentration und im Lese- und Schreibvermögen individuell unterstützt und gefördert. Jedes Kind wird durch eine erwachsene ehrenamtliche Person begleitet. Das Angebot findet in kleinen Gruppen statt, immer freitags von 15:00 bis 16:30 Uhr (außerhalb der Ferien). Unterstützung bekommen die Grundschüler beim Hausaufgaben machen, beim Lesen und Schreiben von Buchstaben und Texten, beim Erlernen eines Gedichts, beim Üben von Diktaten und Schreiben von Texten, bei der Vorbereitung einer Buchvorstellung und vielem mehr. Die Ehrenamtlichen unterstützen nicht nur beim Deutschlernen sondern fördern mit Hilfe von Übungen die Wahrnehmung und Konzentration der Kinder. Nach einer Stunde Arbeit ist es Zeit für 30 Minuten Spiel und Entspannung. Die Kosten betragen 2 € pro Kind und Nachmittag.





Projekt „Fam-Tische – Familien im Gespräch“

FamTische öffnen Horizonte und schaffen Begegnung durch spannende Themen und Austausch bei Eltern zu Hause! Das Elternbildungsprojekt „FamTische-Familien im Gespräch“ ist ein Kooperationsprojekt der Stadt Lahr, Amt für Soziales, Schulen und Sport und der Psychologischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Ortenaukreises in Lahr.

Eine Gastgeberin oder ein Gastgeber lädt fünf bis sieben Gäste zu sich nach Hause ein. Ein Moderator oder eine Moderatorin regt einleitend mittels eines Filmausschnitts ein ausgewähltes Thema an und leitet die Gesprächsrunden. Hierfür werden die Moderatorinnen und Moderatoren geschult und begleitet. Die kulturell gemischte Moderatorinnengruppe setzt sich aktuell aus Frauen zusammen, die aus dem Irak, aus Russland, der Türkei, Argentinien, Ägypten und Deutschland stammen. So erreicht das Projekt viele unterschiedliche Familien.

Projekt „Ehrenamtlicher Dolmetscherpool Lahr“

Der ehrenamtliche Dolmetscherpool wurde eingerichtet, um Menschen mit Migrationshintergrund zu unterstützen und Sprachbarrieren in Kindergärten, Schulen, Beratungsstellen, Behörden, beim Arzt oder im Krankenhaus zu überwinden. Für alle, die nicht oder kaum deutsch sprechen, sind Dolmetscher eine notwendige Unterstützung, um sich beispielsweise im Interesse ihrer Kinder einzubringen, Beratungsgespräche in Anspruch nehmen zu können oder allgemeine Hilfestellungen zu erhalten. Für die jeweilige Einrichtung sind Dolmetscher eine wichtige Unterstützung, um die Beratungsqualität zu steigern.

Insgesamt stehen folgende Sprachen zur Verfügung: Arabisch, Bambara, Chinesisch, Englisch, Farsi, Französisch, Fula, Hocharabisch, Italienisch, Kurdisch, Libanesisch, Mandinka, Moldawisch, Polnisch, Punjabi, Russisch, Rumänisch, Spanisch, Syrisch, Tschechisch, Türkisch, Ukrainisch, Ungarisch, Urdu und Wolof.



Taschengeldbörse

Die Taschengeldbörse ist ein vom Lahrer Jugendgemeinderat initiiertes Projekt und existiert seit 2009. Inzwischen ist es ein gemeinsames Angebot der Jugendbegegnungsstätte Schlachthof - Jugend und Kultur und des Mehrgenerationenhauses Lahr.

Die Angebote der Taschengeldbörse bieten Menschen in allen Lebenslagen - im Alter, im Berufsleben oder in der Familie - Unterstützung bei einfachen Tätigkeiten und ermöglichen gleichzeitig Kontakt zu jungen Menschen. Für die Jugendlichen ist es wiederum eine Gelegenheit, das Taschengeld aufzubessern und bietet ihnen die Chance zu sozialem Lernen.

Taschengeldjobs sind einfache Tätigkeiten, die keine besondere Qualifikation erfordern und einen klaren zeitlichen Rahmen haben. Die Jugendlichen im Alter von 14 bis 18 Jahren freuen sich über das Extra-Taschengeld, über die Einblicke in vielleicht zukünftige Arbeitswelten, über sinnvolle Freizeitbeschäftigungen sowie der Möglichkeit, sich sozial engagieren und Kontakte zu andere Generationen knüpfen zu können.

Babysitterschulung und Babysittervermittlung

Du hast Spaß am Umgang mit Kindern und möchtest deshalb Babysitter werden? Dann bist du bei uns richtig.

Der Babysitterkurs-„Fit fürs Babysitting“ ist ein neues Angebot des Deutschen Roten Kreuzes / KV Lahr in Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus und der Jugendbegegnungsstätte Schlachthof der Stadt Lahr. Die Kurse richten sich an Jugendliche im Alter von 14 – 17 Jahren, die gerne gut vorbereitet als Babysitter tätig sein wollen. Der Kurs umfasst 16 Unterrichtseinheiten.

Sie brauchen mal wieder Zeit für sich, um Kraft zu tanken? Sie müssen einen Termin wahrnehmen, zu dem Ihr Kind nicht mitkann?

Dann sind Sie bei der Taschengeldbörse richtig.

Wir vermitteln geschulte Babysitter im Alter von 14 bis 17 Jahren an Sie, um Sie in der Kinderbetreuung zu entlasten.



Aktuelle Ausstellung von Jacqueline Zürcher

Die in Meißenheim lebende Künstlerin Jacqueline Zürcher zeigt vom 11. Juli bis zum 30. September 2017 ihre abstrakten Bilder und „Manndanga“.

Schon seit Jahren hat sich Jacqueline Zürcher dem Abstrakten verschrieben, was sie großartig findet, da jeder Betrachter etwas Anderes in ein und demselben Bild sieht. Im letzten Jahr kamen dann ganz unverhofft andere Bilder hinzu, ihre „Manndangas“: naive Kinderporträts, die verblüffender Weise vor allem Erwachsene ansprechen. Ihre Manndangas sind alle nicht perfekt gemalt und das soll genauso sein, denn sie leben mit und durch ihre Makel und strahlen doch so viel Selbstbewusstsein und Lebensfreude aus.



Freitag, 01.09., 10:00 bis 13:30 Uhr

Mittagstisch: Gemeinsam kochen und essen

Wir bereiten gemeinsam Vor- und Nachspeise vor, kochen ein einfaches Hauptgericht und essen anschließend in angenehmer Gesellschaft. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Landsmannschaft der Deutschen aus Russland. Das Mittagessen (inklusive Tischgetränk) kostet 5,00 €/Person. Bitte melden Sie sich im Büro der Stadtmühle an, Tel. 07821 21787, Ort: Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle

Samstag, 02.09., 15:00 bis 20:00 Uhr

Drachensteig-Fest

Das Mehrgenerationenhaus Lahr und die Ansprechstelle Flüchtlingsfragen laden herzlich zum Drachensteig-Fest ein, das eine Tradition in Afghanistan und vielen anderen Ländern in Zentralasien und dem Mittleren Osten ist. Dort findet dieses Fest im Sommer statt und bereitet allen Menschen von Jung bis Alt große Freude. Deshalb wollen wir auch in Lahr die Drachen steigen lassen. Wir treffen uns am 2. September um 15:00 Uhr, um Drachen zu basteln. Das entsprechende Material wird zur Verfügung gestellt. Wer einen eigenen Drachen hat und mitbringen möchte, kann um 16:00 Uhr dazukommen, wenn es heißt: Leinen los!

Ort: Sportplatz Hugsweier

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und ein schönes Fest mit vielen bunten Drachen.

Ansprechpartner: Obaidullah Turakhel, Sophia Stappel
Tel. 07821 3273923

E-Mail: sophia.stappel@lahr.de

Montag, 04.09., 15:30 bis 17:00 Uhr

Offener Gesprächskreis

Offener Gesprächskreis mit wechselnden Themen.

Ansprechpartnerin: Monica Noeken, Tel. 07821 3271144

Mittwoch, 13.09., 19:00 bis 21:00 Uhr

Kreativtreff Lahr

Kreative Frauen und Männer treffen sich zum Stricken, Häkeln, Basteln, Nähen und Neue-Kontakte-Knüpfen. Wer Spaß am kreativen Gestalten und Lust auf neue Ideen hat, ist herzlich willkommen. Jeder kann sein aktuelles „Werkstück“ (Näharbeit, Strickarbeit, Bastelarbeit etc.) mitbringen. Ansprechpartnerinnen: Dorina Linde, Christine Kuhner, Tel. 07821 3271144

Freitag, 15.09., 10:00 bis 11:30 Uhr

Sprachcafé

Deutsch sprechen in lockerer Atmosphäre zu unterschiedlichen Themen. Ansprechpartnerin: Berivan Khalaf, Tel. 07821 3271144



Freitag, 15.09., 16:00 bis 18:00 Uhr

Interkultureller Tanznachmittag

Thema: Komm tanzend ins „Gespräch“

Wir laden ein zum Tanzen für sich selbst und gemeinsam in der Gruppe. Ein Tanzworkshop in Zusammenarbeit mit Phoebe Wacker von ‚Eigentanz‘ und dem Freundeskreis Flüchtlinge in Lahr. Die Teilnahme ist kostenfrei. Teilnehmer: Interessierte Frauen egal welcher Herkunft. Mitzubringen sind: bewegungsfreundliche Kleidung und Socken. Ort: Eigentanz-Räume im Lotzbeck Palais, Kaiserstraße 44a, 77933 Lahr
Bei Rückfragen: Phoebe Wacker
Tel. 07821 992681, E-Mail: info@eigentanz.de

Montag, 18.09., 15:30 bis 17:00 Uhr

Offener Gesprächskreis

Offener Gesprächskreis mit wechselnden Themen.

Ansprechpartnerin: Monica Noeken, Tel. 07821 3271144

Montag, 18.09., 19:00 bis 21:00 Uhr

Hashimoto-Selbsthilfegruppe

Gespräch und Erfahrungsaustausch mit Betroffenen.

Ansprechpartner: Hector Sala, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Ortenaukreis

Tel. 0781 805 9771, E-Mail: hector.sala@ortenaukreis.de



Donnerstag, 21.09., 19:00 bis 21:00 Uhr

Ostdeutscher Lesekreis

Thema: „Der Herbst beginnt“

Bitte bringen Sie Gedichte und Kurzgeschichten mit.

Ansprechpartnerin: Irma Barraud, Tel. 07821 25633

Dienstag, 26.09., 16:00 bis 18:00 Uhr

Internationales Café

Interkultureller Austausch bei Kaffee, Tee und Gebäck.

Ansprechpartnerin: Sophia Stappel

Tel. 07821 3273923, E-Mail: sophia.stappel@lahr.de

Samstag, 30.09., 10:00 bis 17:00 Uhr

Souveräner Umgang mit Konflikten

Konflikte sind etwas Alltägliches und gehören zum ‚normalen Leben‘. Sie als bereichernd zu empfinden, um neue Sichtweisen zu bekommen, erweitert nicht nur den eigenen Horizont, sondern ist hilfreich für einen souveränen Umgang mit Konflikten. Allgemein gilt: je früher man einen Konflikt anspricht, umso leichter ist es darüber zu sprechen. Im Seminar werden wir die Eskalationsstufen von Glasl besprechen, die dabei helfen, das Eskalationsniveau eines Konflikts einzustufen. Durch die Diskussion zu den drei Wahrnehmungsperspektiven (Ich-Du-Meta-Ebene) wird der Fokus auf die eigene Sichtweise, aber auch auf die der Anderen, gelenkt. In diesem Zusammenhang werden wir auch die 9 Regeln der Themen-Zentrierten-Interaktion (TZI-Regeln) besprechen. Anschließend erarbeiten wir einen Leitfaden zur Regelung von Konflikten (5 Etappen), den wir in Untergruppen üben.

Referentin: Susanne Souaré-Michel

Ort: Vortragsraum im VHS-Zentrum zum „Pflug“, Kaiserstr. 41, 77933 Lahr

Anmeldeschluss: 28. August 2017

Eine Kooperation von Vernetzungsstelle Bürgerschaftliches Engagement und Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen des Landratsamtes Ortenaukreises, Mehrgenerationenhaus Lahr und VHS Lahr.

Anmeldung und Information nur beim Ortenaukreis:

Tel. 0781 8059457 oder

E-Mail: barbara.schweiss@ortenaukreis.de

Montag, 02.10., 15:30 bis 17:00 Uhr

Offener Gesprächskreis

Offener Gesprächskreis mit wechselnden Themen.

Ansprechpartnerin: Monica Noeken, Tel. 07821 3271144



Das Büro des Begegnungshauses ist am 03.10.2017 (Tag der deutschen Einheit) geschlossen.

Donnerstag, 05.10., 09:00 bis 17:00 Uhr

Beratungstag der Kontaktstelle Frau & Beruf in Lahr

Die Kontaktstelle Frau und Beruf Freiburg - Südlicher Oberrhein ist seit 2016 auch in der Ortenau aktiv.

Am Donnerstag, 5. Oktober ist die Kontaktstelle Frau und Beruf in Lahr vor Ort und bietet Beratungstermine speziell für Frauen aus Lahr und Umgebung an. Wenn Sie Fragen zur beruflichen Orientierung, zum Wiedereinstieg, zur Neuorientierung, zur Berufswahl, zur Berufsweg- und Aufstiegsplanung, zur Aus- und Weiterbildung, zur Stellensuche oder zur Bewerbung haben, dann können Sie sich gerne für einen persönlichen Beratungstermin in Lahr bei der Kontaktstelle Frau und Beruf anmelden. Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und neutral.

Anmeldung erforderlich unter:

Kontaktstelle Frau und Beruf, Tel. 0761 2011731 oder

E-Mail: frau_und_beruf@stadt.freiburg.de

Freitag, 06.10., 10:00 bis 13:30 Uhr

Mittagstisch: Gemeinsam kochen und essen (siehe 01.09.)

Mittwoch, 11.10., 19:00 bis 21:00 Uhr

Kreativtreff Lahr

Kreative Frauen und Männer treffen sich zum Stricken, Häkeln, Basteln, Nähen und Neue-Kontakte-Knüpfen. Wer Spaß am kreativen Gestalten und Lust auf neue Ideen hat, ist herzlich willkommen. Jeder kann sein aktuelles „Werkstück“ (Näharbeit, Strickarbeit, Bastelarbeit etc.) mitbringen.

Ansprechpartnerinnen: Dorina Linde, Christine Kuhner, Tel. 07821 3271144

Freitag, 13.10., 10:00 bis 11:30 Uhr

Sprachcafé

Deutsch sprechen in lockerer Atmosphäre zu unterschiedlichen Themen.

Ansprechpartnerin: Berivan Khalaf, Tel. 07821 3271144

**Ab Montag, 16.10.****Gemälde-Ausstellung von Lothar Zierer**

Lothar Zierer wurde 1934 in Magdeburg geboren. Nach einer Schriftsetzerlehre und Besuch der Fachschule für angewandte Kunst in Magdeburg hatte er fünf Jahre lang täglich Malunterricht bei dem bekannten Kunstmaler, Pressezeichner und Kunsthistoriker Armin Timler. Seit seiner Flucht 1955 aus der DDR, lebt er in Lahr und ist als Grafiker, Maler und Zeichner tätig. Bekannt sind seine Aquarelle auch durch seine Kalender „Lahrer Idylle“ und „Lahr und Land“ die zwischen 1979 und 1996 erschienen sind. Seit 1982 zeigt er seine Werke in zahlreichen Ausstellungen in Lahr und Umland. Außerdem war er 11 Jahre lang als Dozent für Malerei für die VHS Lahr tätig.

Im Mehrgenerationenhaus Lahr mit seinen Standorten Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle und Begegnungshaus am Urteilsplatz zeigt er vom 16. Oktober 2017 bis Mitte Januar 2018 eine Auswahl seiner Bilder. Zu sehen unter anderem sind Natur- und Landschaftsmotive. Die Ausstellung ist während der jeweiligen Öffnungszeiten zugänglich.

Montag, 16.10., 15:30 bis 17:00 Uhr**Offener Gesprächskreis**

Offener Gesprächskreis mit wechselnden Themen.
Ansprechpartnerin: Monica Noeken
Tel. 07821 3271144

Montag, 16.10., 19:00 bis 21:00 Uhr**Hashimoto-Selbsthilfegruppe**

Gespräch und Erfahrungsaustausch mit Betroffenen.
Ansprechpartner: Hector Sala, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Ortenaukreis
Tel. 0781 805 9771
E-Mail: hector.sala@ortenaukreis.de

Donnerstag, 19.10., 19:00 bis 21:00 Uhr**Ostdeutscher Lesekreis**

Thema: Aus dem Leben und Wirken der Bildhauerin, Graphikerin, Zeichnerin und Malerin „Käthe Kollwitz“ (zum 150. Geburtstag).
Ansprechpartnerin: Irma Barraud
Tel. 07821 25633

**Freitag, 20.10., 16:00 bis 18:00 Uhr****Interkultureller Tanznachmittag**

Thema: Komm tanzend ins „Gespräch“

Wir laden ein zum Tanzen für sich selbst und gemeinsam in der Gruppe. Ein Tanzworkshop in Zusammenarbeit mit Phoebe Wacker von ‚Eigentanz‘ und dem Freundeskreis Flüchtlinge in Lahr.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Teilnehmer: Interessierte Frauen egal welcher Herkunft.

Mitzubringen sind: bewegungsfreundliche Kleidung und Socken.

Ort: Eigentanz-Räume im Lotzbeck Palais,
Kaiserstraße 44a, 77933 Lahr

Bei Rückfragen: Phoebe Wacker

Tel. 07821 992681, E-Mail: info@eigentanz.de

Freitag, 20.10., 18:00 Uhr**Theater „Im Gehäuse“**

Eine Theaterminiatur zum Thema Demenz

Eine kleine Erinnerung an das große Vergessen. Verlieren wir uns in Erinnerungen oder finden wir uns in der Gegenwart? Im Gehäuse erzählt von einem Enkelsohn, der seinen Großvater wiederfindet, indem er ihn scheinbar verliert.

„Personlich und authentisch, voll berührender Leichtigkeit und heiterem Ernst.“ Karin Alex, Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.

Eintritt frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die Veranstaltung ist eine Kooperation von Pflegestützpunkt Ortenaukreis - Außenstelle Lahr, Netzwerk Demenz und Mehrgenerationenhaus Lahr.

Ort: Schlachthof - Jugend & Kultur, Dreyspringstraße 16, 77933 Lahr

Dienstag, 24.10., 16:00 bis 18:00 Uhr**Internationales Café**

Interkultureller Austausch bei Kaffee, Tee und Gebäck.

Ansprechpartnerin: Sophia Stappel

Tel. 07821 3273923

E-Mail: sophia.stappel@lahr.de

**Dienstag, 24.10., 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr
Abendseminar für Fortgeschrittene in der Flüchtlings-
arbeit**

Auch Ehrenamtliche, die schon länger Flüchtlinge begleiten, wundern sich häufig, wie ausdifferenziert das bundesdeutsche Ausländer- und Aufenthaltsrecht ist. Und manche Geflüchtete sind schon länger hier und haben immer noch große Mühe, mit den deutschen Behörden zurecht zu kommen. Welche rechtlichen Mittel gibt es, den Aufenthalt zu sichern, wenn scheinbar alles ausgeschöpft ist? Wie funktioniert eine Ausbildungs-Duldung? Was ist bei Härtefallanträgen zu beachten? Welche Unterstützung gibt es für den Familiennachzug?

Die Veranstaltung ist eine Kooperation von Evangelischer Erwachsenenbildung Ortenau, Diakonie, Ansprechstelle Flüchtlingsfragen und Mehr- generationenhaus Lahr.

Anmeldung bei: Evangelische Erwachsenenbildung Ortenau, www.eeb-ortenau.de
Tel. 0781 24018, Fax: 0781 78347

**Montag, 30.10., 15:30 bis 17:00 Uhr
Offener Gesprächskreis**

Offener Gesprächskreis mit wechselnden Themen.
Ansprechpartnerin: Monica Noeken
Tel. 07821 3271144

**Aufgrund der Feiertage ist das Büro des Begeg-
nungshauses am 31.10.2017 (Reformationstag) und am
01.11.2017 (Allerheiligen) geschlossen.**

Bildnachweise:

„Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle“, „Begegnungshaus am Urteilsplatz“ und „Tastatur“: © konzept-projekt.de
„Akkordeon“: © AWO Seniorenzentrum Ludwig Frank Haus
„Interkultureller Tanznachmittag“: © Phoebe Wacker
„Senioren-Kino“: © Forum Kino
„Foto Lothar Zierer“: © Jürgen Haberer
„Bild: Kirchhofen mit Belchen 96“: © Lothar Zierer
alle anderen Fotos: © Stadt Lahr



Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle



Begegnungshaus am Urteilsplatz

Lahr. Vielfalt im Quadrat



Stadt **Lahr L**  **Amt für Soziales, Schulen und Sport**



**Mehr
Generationen
Haus**

Wir leben Zukunft vor

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 3271144

E-Mail: mehrgenerationenhaus-lahr@lahr.de

Gefördert durch das



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend