

MGH - Angebote

- **Plausch-Telefon:** Montag bis Freitag 14:00 - 17:00 Uhr
Plaudern am Telefon über Wetterlage, Neues aus unserer Großgemeinde, Corona und was gerade noch so bewegt
- einmalig, gelegentlich oder regelmäßig. Tel. 06044-9645814 oder 0151 40717297
- **Handy-Computer - Sprechstunde** MGH, Kirchstr. 20 Montag bis Freitag 10:00 - 13:00 Uhr
Sie haben Fragen zur digitalen Welt? z.B. Soziale Netzwerke im Internet – Miteinander in Kontakt bleiben oder Mediennutzung im Internet- Fotos, Musik und Videos etc. Wir freuen uns auf Ihren Besuch oder Ihren Anruf unter Tel. 06044/ 98 92 410
- **Beratungsstelle** MGH, Kirchstr. 20 Montag 10:00 - 12:00 Uhr (14-tägig) ab13. Februar
für Geflüchtete aus der Ukraine
- **PMR-Entspannungskurs** MGH, Kirchstr. 20 Montag 15:30 - 16:30 Uhr
Progressive Muskelentspannung
- **Ernährungskurs** MGH, Kirchstr. 20 Montag 17:00 - 18:00 Uhr
„Gesunde Ernährung – Wie geht das?“ Wir möchten mit Ihnen gemeinsam Kochen und Ihnen gesunde Ernährung näherbringen.
- **Spiele-Treff für Jung & Alt** Vogelsbergstr. 162 Montag 14:30 - 16:30 Uhr
Jugendzentrum (JuZ & KiZ)
- **"DROP - IN"** MGH, Kirchstr. 20 Dienstag 9:00 - 12:00 Uhr
Ein Willkommensort für Familie mit Kindern bis 3 Jahre ...ein kostenfreier Treff für Mütter, Väter, Großeltern, Freunde
- **Interkulturelles Plauder-Café** MGH, Kirchstr. 20 Dienstag 15:00 - 17:00 Uhr
Haben Sie gerne Kontakt mit Menschen? Sind Sie offen für andere Kulturen?
Dann sind Sie genau richtig beim interkulturellen Plauder-Café. Ein Treffpunkt in gemütlicher Runde zum Austausch und Kennenlernen. Wir freuen uns auf interessante Gesprächsrunden, andere Sprachen und Traditionen, etc.
- **Nordic Walking-Kurs** Treffpunkt: MGH, Kirchstr. 20 Dienstag 17:00 - 18:00 Uhr
Nordic Walking ist eine gelenkschonende Ausdauersportart für Jedermann und aktiviert 90% der Muskeln im Körper.

- **Krabbel - Club** MGH, Kirchstr. 20 **Mittwoch** **10:00 - 11:30 Uhr**
 Offene Gruppe für alle Kinder unter 3 Jahren und deren Begleitung. Kurz Anmelden, dann einfach vorbeikommen und dabei sein.
- **Nähwerkstatt** MGH, Kirchstr. 20
Anfängerkurs **Mittwoch 16:30 - 18:30 Uhr** **Fortgeschrittenenkurs** **Mittwoch 18:30 - 20:30 Uhr**
 In unserer Nähwerkstatt können Interessierte den Umgang mit Nähmaschinen erlernen, eigene Kleider, Kissenbezüge oder andere schöne Stücke für sich und die Familie herstellen. Die Nähwerkstatt richtet sich an Frauen ab 14 Jahren.
 Insgesamt 4 x 2 Std., Gebühr 40 € (+ einmalig 5 € Materialkosten)
- **Seniorentreff** MGH, Kirchstr. 20 **Donnerstag** **14:00 - 17:00 Uhr**
 Vom gemütlichen Plausch bis hin zu anregenden Aktivitäten im Kreise Gleichgesinnter.
- **„FaJuSo - Mittendrin“** Alteburgpark **Donnerstag** **15:00 17:00 Uhr**
 Familientreff mit Spiel & Spaß
- **Abenteuer-Parcours** Go4Squat **Donnerstag** **16:30 - 17:30 Uhr**
 „Eltern-Kind-Kurs“ im Innen (Eingang Färbergasse)- oder Außenbereich –
 Fördern Sie die koordinativen Fähigkeiten, die Resilienz, die Motivation und das Vertrauen zwischen Ihnen und Ihrem Kind.
- **Töpferkurs** MGH, Kirchstr. 20 **Donnerstag** **17:30 - 19:30 Uhr**
 Gemeinsam mit Kursleiterin, Frau Jutta Stroh, laden wir Sie herzlich zum Schnuppern und Mitmachen ein!
 Handwerk Töpfern & Einführung in die Thematik: Was ist Ton? Wie fühlt sich Ton an? Was kann man aus Ton gestalten?
 Muster zum Anschauen und Anfassen etc. Insgesamt 4 x 2 Std., Gebühr 40 € (+ einmalig 5 € Materialkosten)
- **Spieleabend** MGH, Kirchstr. 20 **Donnerstag** **18:00 - 21:00 Uhr (14-tägig)** ab 16. Februar
- **Frauentreff** MGH, Kirchstr. 20 **Freitag** **14:00 - 17:00 Uhr**
 Plauderrunde in gemütlicher Atmosphäre.
 Jeden 1. Freitag im Monat Frühstück von 09-12 Uhr (hier wird um Anmeldung gebeten)
- **Bügel- und Mangelservice** MGH, Kirchstr. 20 **Termine und Preise auf Anfrage**
 Bringen Sie Ihre Bügelwäsche zu uns. Wir bieten diesen Service zur besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie Pflege und Familie an. Selbstverständlich dürfen Sie uns Ihre Wäsche auch bringen, wenn Sie einfach keine Lust zum Bügeln haben.
- **Im M4** Gebäude - Mühlgasse 4 stehen **Einzelberatungen** des **MGH** nach telefonischer Vereinbarung zur Verfügung.