



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Miteinander – Füreinander*



## **MOBILE e.V. - Mehrgenerationenhaus Pattensen informiert:**

**Aufgrund der aktuellen Situation können die meisten Kurse, Gruppen und Angebote unter Einhaltung der 3G-Regel wieder stattfinden.**

**Zusatzkurs: Meditatives Bauch-/Rückenmuskeltraining** ab 20.09.21, Gebühr: 56,-, 8x  
**Homöopathie-Schwerpunkt Kinder** ab 23.09.21, Gebühr: 55,-, 4x, Anmeldung: [info@cvld.de](mailto:info@cvld.de)  
**Vortrag: „Angespannt, erschöpft dünnhäutig?“** am 29.09.21, Gebühr: 7,50  
**Geburtsvorbereitung f. Paare** vom 01. – 03.10.21, Gebühr: 120,- (Väter)  
**Entspannung gemeinsam erleben** (Grundschul Kinder + Eltern) am 01.10.21, Gebühr: 18,-  
**Entspannung durch Bewegung und Lachyoga** am 02.10.21, Gebühr: 21,-  
**Erste-Hilfe-Kurs für Kinder** (8 – 12 Jahre) am 20.10.21, Gebühr: 14,-

**Familienservicebüro – Martina Wolters, Tel. 05101 – 990513**

**Die Offene Elternsprechstunde** von Sandra Hülsmann findet ab 02.09.21 wieder statt. Zur Terminvereinbarung ist sie erreichbar unter Tel.0178 - 9131687 oder per mail:

[sandra.huelsmann@mobile-pattensen.de](mailto:sandra.huelsmann@mobile-pattensen.de)

### **Hebammensprechstunde**

In der Schwangerschaft treten oft viele Fragen und Unsicherheiten auf. Die Hebamme Sigrun Marquald steht am 2. und 4. Mittwoch im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr im persönlichen Gespräch zur Verfügung, damit die Frauen dem Geburtstermin gelassen entgegen sehen.

### **Sonstiges**

#### **Logopädische „Sprach-, Stimm- und Sprechstunde“ am 17.09.21**

Am diesem Freitag steht Anja Parzies (staatl. anerkannte Logopädin) für Fragen und Informationen rund um das Thema „Sprechen“ und „Sprachentwicklung“ zur Verfügung. Zeit: 11.00 – 12.00 Uhr Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, eine Gebühr entsteht nicht.

#### **Hebammensprechstunde am 22.09.21**

In der Schwangerschaft treten oft viele Fragen und Unsicherheiten auf. Die Hebamme Sigrun Marquald steht am 2. und 4. Mittwoch im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr im persönlichen Gespräch zur Verfügung, damit die Frauen dem Geburtstermin mit Gelassenheit entgegen sehen können. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

#### **Gesprächskreis für MS Erkrankte am 29.09.21**

Interessierte treffen sich 1x im Monat, um über sich und ihre Krankheit, Frust und depressive Phasen, Spaß und Lebensfreude zu sprechen. In gemütlicher Umgebung, im „Wohnzimmer“ des Mehrgenerationenhauses, kann man über die verschiedensten Themen ins Gespräch kommen, sich gegenseitig Alltagstipps geben und das Leben genießen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, eine Gebühr entsteht nicht. Regelmäßig am 4. Mittwoch im Monat von 19.00 – 21.00 Uhr



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Miteinander – Füreinander*

**MOBILE**  
Verein für Gesundheits- und Familienbildung e.V.

### **„Café Zeitlos“ am 01.10.21**

Im Café des Mehrgenerationenhauses treffen sich Angehörige von demenzkranken Menschen, um sich untereinander auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

1. Freitag im Monat 15.00 - 17.00 Uhr

### **Gesprächsrunde „Chronisch Schmerzkranken, Restless Legs Syndrom...“ am 16.09.**

Betroffene rutschen mit ihrer Schmerzproblematik oft in ein Stimmungstief und ziehen sich zurück. Das wiederum kann die Schmerzen verstärken und zu Stimmungsschwankungen und möglicherweise auch höherer Medikation führen. Am 3. Donnerstag im Monat soll in einer entspannten Atmosphäre Zeit für Gespräche, zum Zuhören und für das Verständnis der Lebenssituation sein. Im September trifft sich die Gruppe bereits um 18.00 Uhr im Restaurant Zur Lüchte, Schöneberger Str. 43, Pattensen.

### **Internet-Treff am Dienstag Nachmittag**

Bis jeweils montags 12 Uhr können max. 3 Interessierte einen Termin für Dienstag Nachmittag zwischen 15.00 – 17.00 Uhr vereinbaren. Der Termin findet als Einzelberatung statt. Themenbereiche, die Laptop oder Tablet betreffen können hier angesprochen werden.

**Beratungen zu Smartphones und Handys sind zur Zeit nicht möglich!** Gebühr pro Beratung: 5,-. Anmeldung per Tel. 05101 – 109030 oder mail: [info@mobile-pattensen.de](mailto:info@mobile-pattensen.de)

### **„Hilfe bei Demenz“ – Sprechstunde mit Anmeldung!**

Angela Schulz steht Angehörigen und Pflegenden für Fragen und Informationen rund um das Krankheitsbild Demenz zur Verfügung. Tel. 0178 - 3665929

### **Familien- und Erziehungsberatung wieder vor Ort**

Die Mitarbeiterin Silke Gödeke der FEB Ronnenberg der Region Hannover ist donnerstags im Mehrgenerationenhaus Pattensen von 13.00 – 15.00 Uhr in einer offenen Sprechstunde erreichbar. Die Beratung ist anonym und kostenlos.

### **Neue Selbsthilfegruppe für Frauen mit Brustkrebs trifft sich 14-tägig dienstags**

Betroffene Frauen Ü40 können sich am 1. und 3. Dienstag im Monat in dieser Gruppe untereinander austauschen und informieren. Auch die eigene Fürsorge soll mit Hilfe von Achtsamkeit und evtl. Unternehmungen nicht zu kurz kommen. **Nächster Termin: 21.09.21, 19.00 Uhr**

### **Der Offene Treff „Café MOBILE“ ist geschlossen!**

Aufgrund der aktuellen Situation ist der Offene Treff „Café MOBILE“ noch nicht geöffnet.

### **Bundesfreiwilligendienstler/in gesucht!**

MOBILE e.V. sucht einen Menschen, jung oder alt, der sein Engagement in der Kindertagesstätte einbringen möchte. Infos unter: Tel. 05101 – 10 90 30

### **Betreuer/Betreuerin für die SAMS-Gruppe gesucht!**

Für die SAMS-Gruppe für Kinder mit geistiger Behinderung suchen wir ehrenamtliche Betreuungskräfte (gegen Aufwandsentschädigung). Das Angebot findet am 2. und 4. Samstag im Monat von 9.30 – 16.30 Uhr statt. Die Gruppe umfasst max. 10 Kinder ab 5 Jahre. Weitere Infos erteilt Sandra Hülsmann unter Tel. 0178-9131687

**Weitere Informationen:** MOBILE e.V., Göttinger Str. 25a, 30982 Pattensen  
Tel. 05101 - 109030, Mail: [info@mobile-pattensen.de](mailto:info@mobile-pattensen.de), Internet: [www.mobile-pattensen.de](http://www.mobile-pattensen.de)