



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander



MOBILE e.V. - Mehrgenerationenhaus Pattensen informiert:

Ab sofort gilt für den Zutritt und die Nutzung des Hauses die 2G-Regel! (Ausnahme: Selbsthilfegruppen, bestehende Kurse unter 10 TN)

Folgende Kurse/Angebote starten in Kürze: (Anmeldung erforderlich!)

Geburtsvorbereitungskurs (Präsenz) vom 28. – 30.01.22

Der Kurs bietet Eltern Zeit, sich auf die Schwangerschaft einzulassen. Mit Partnerübungen, Massagen, Atem- und Haltungsmöglichkeiten, Infos zur Geburt und zum Wochenbett sowie Raum zum Austausch mit anderen Paaren wird das Verständnis für den bevorstehenden Weg gestärkt. Termine: Fr. 28.01. v. 18.30 – 20.30 Uhr, Sa. 29.01. v. 10.00 – 18.00 Uhr (incl. Mittagspause), So. 30.01. v. 10.00 – 14.30 Uhr

Neu: Männertreff ab 11.02.22

1x im Monat soll ein Austausch zu (Männer-)Themen in kleiner Runde stattfinden, dieser soll Kraft geben, stärken und den Horizont erweitern. Inhalte werden gemeinsam abgesprochen. 2. Freitag im Monat, 18.30 – 21.30 Uhr. Info und Anmeldung: kontakt@udohetmeier.de

Zeit für mich – Entspannungsworkshop am 19.02.22

Verschiedene Entspannungsmethoden werden vorgestellt und praktisch ausprobiert. Samstag, 10.00 – 13.00 Uhr, 1 Vormittag, Gebühr: € 21,-

Schnupperstunde Französisch für SchülerInnen ab der 5./6. Klasse am 18.02.22

In kleinen spielerischen Szenen wird die französische Sprache vorgestellt. Freitag, 15.30 – 16.30 Uhr, Gebühr: € 7,-

Familienservicebüro – Martina Wolters, Tel. 05101 – 990513

Neu: Still- und Babytreff

Es ist wundervoll Eltern zu werden. Gerade nach der Zeit des Wochenbetts sehnen sich viele nach Kontakten zu anderen Familien, um sich auszutauschen. Vielleicht gibt es Fragen zum Stillen oder zur Babyernährung, die Gesa Roßa, Baby- und Stillcoach, klären kann. Vielleicht wollen die Eltern auch „einfach nur mal raus!“ Unter Corona-Bedingungen ist eine Anmeldung erforderlich unter Tel. 05101 - 10 90 30. Teilnehmerbetrag: € 4,- inkl. Getränk
Mittwochs, 9.00 - 11.00 Uhr

Offene Elternsprechstunde

Zur Terminvereinbarung ist Sandra Hülsmann erreichbar unter Tel.0178 – 9131687 oder per mail: sandra.huelsmann@mobile-pattensen.de (außer in den Ferien)

Sonstiges

Gesprächskreis für MS Erkrankte am 26.01.22

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.



Selbsthilfegruppe für Frauen mit Brustkrebs trifft sich am 01.02.22

Betroffene Frauen Ü40 können sich am 1. und 3. Dienstag im Monat untereinander austauschen und informieren. Auch die eigene Fürsorge soll mit Hilfe von Achtsamkeit und evtl. Unternehmungen nicht zu kurz kommen. Regelmäßig 1. und 3. Dienstag, 19.00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Schlaganfall-Betroffene u. Aphasiker trifft sich am 03.02.22

Bei Kaffee und Kuchen können von einem Schlaganfall betroffene Menschen, deren Angehörige und Interessierte alltägliche Sorgen, Nöte und Schwierigkeiten untereinander und mit Fachkräften austauschen. Termin: 1. Donnerstag im Monat von 16.00 – 18.00 Uhr

Repair Café startet wieder – mit Anmeldung – am 05.02.22 von 14.00 – 17.00 Uhr

Viele Menschen haben vergessen, dass man defekte Gegenstände durchaus reparieren kann. Die Aktivitäten des Repair Cafés sind kostenlos und auf ehrenamtlicher Basis, aber nicht umsonst. Deshalb freut sich das Mehrgenerationenhaus über eine Spende. Anmeldung und Terminabsprache unter Tel. 05101 109030

„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

Offener Treff "Café MOBILE" an 2 Nachmittagen geöffnet

Der Offene Treff kann am Dienstag und Mittwoch Nachmittag von 15.00 - 18.00 Uhr besucht werden. Hier besteht die Möglichkeit sich auszutauschen, zu spielen, Kaffee zu trinken und leckeren Kuchen zu genießen. Für den Zutritt des Hauses gilt die 2G-Regel, die Besucherzahl ist begrenzt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Internet-Treff mit Smartphone-Beratung wieder möglich!

Bis Montag 12 Uhr können sich Interessierte zu einer Einzelberatung zwischen 15.00 – 17.00 Uhr anmelden. Themen, die Laptop, Smartphone oder Tablet betreffen können hier angesprochen werden. Tel. 05101 109030; Gebühr pro Beratung: 5,-

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

Bundesfreiwilligendienstler/in gesucht!

MOBILE e.V. sucht einen Menschen, jung oder alt, der sein Engagement in der Kindertagesstätte einbringen möchte.

Weitere Informationen und Anmeldung: MOBILE e.V., Göttinger Str. 25a, 30982 Pattensen
Tel. 05101 - 109030, Mail: info@mobile-pattensen.de, Internet: www.mobile-pattensen.de