



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander

MOBILE
Verein für Gesundheits- und Familienbildung e.V.

MOBILE e.V. – Das Mehrgenerationenhaus Pattensen informiert:

Folgende Kurse/Vorträge starten in Kürze – Anmeldung erforderlich:

Helfende Kinder - Erste Hilfe-Kurs für Kinder von 8 – 12 Jahren am 18.10.23

Dieser zweistündige Kurs vermittelt den Kindern spielerisch die Grundlagen der Ersten Hilfe und fachgerechter Erstversorgung nach Unfällen. Themen sind u. a.: Hilfe holen und Anlegen von Verbänden. Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr, Gebühr: € 15,-

Smart-Phone/Tablet – Intensiv-Kurs für Senioren am 25.10.23

In einer Kleingruppe werden individuelle Fragen/Probleme erörtert und bearbeitet. Bei Interesse/Bedarf sind Folgetermine möglich. Zeit: 15.00 – 16.30 Uhr, € 12,-

„Müde, antriebslos oder gereizt? – Raus aus der Erschöpfung!“ – Vortrag am 01.11.23

Im Vortrag kommen wir den feinstofflichen Ursachen von Stress und Erschöpfung auf die Spur und die Kraftquelle in uns wieder. Mittwoch, 19.00 – 20.00 Uhr, 1 Abend, € 9,-

Autogenes Training/Progressive Muskelentspannung – Kombi-Kurs ab 02.11.23

Die Teilnehmenden lernen beide Entspannungsmethoden kennen und können so neue Energien schöpfen. Donnerstags, 19.00 – 20.00 Uhr, 5 Abende, € 40,-

Neu: Tanzen für Kinder von 8 – 10 Jahren ab 03.11.23

Kinder haben Spaß an der Bewegung zu Musik. Frei nach den Wünschen der Kinder können sie sich zu musikalischen Rhythmen bewegen und dabei ihre Talente entdecken. Zeit: 15.00 - 16.30 Uhr, 5 Nachmittage, € 60,-

Erste Hilfe bei Notfällen von Kleinkindern am 04.11.23

Dieser Kurs zeigt auf, was z.B. bei Störungen der Atmung, Wiederbelebung am Kind, Versorgung von Verletzungen, Vergiftung, Verbrühungen oder Fieberkrämpfen, zu tun ist. Zeit: 10.00 – 17.00 Uhr, 1 Tag, Gebühr: € 49,- (Bitte Verpflegung für die Pause mitbringen)

Neu: Englisch für Kinder von 4 - 6 Jahren ab 06.11.23

Kinder lernen am besten spielerisch und mit viel Spaß. Mit Liedern, einfachen Dialogen und Interaktionen wird das Lernen zum Abenteuer. Zeit: 16.30 – 17.30 Uhr, 6 Nachm., € 48,-

Familienservicebüro

Babymassage ab 06.11.23 (für Eltern mit Babys ab ca. 4 Wochen)

Anhand einer Säuglingspuppe werden Eltern die Massagegriffe gezeigt, die diese dann mit dem Baby durchführen. Inhalte: Ganzkörpermassage für das Baby, Massagen bei Blähungen und Koliken, Kommunikation. Montags, 9.00 – 10.00 Uhr, 5 Vormittage, Gebühr: € 25,-

Sonstiges

„GesprächsZeit“ - Hilfe/Beratung bei Burnout & Depression am 13.10.23

Eine Depression kann jeden treffen und hat viele Gesichter. Ergänzend zur professionellen Behandlung eines Arztes und/oder Psychologen werden Betroffenen Hilfsangebote aufgezeigt und sie erhalten Informationen über Krankheitsbild und Behandlungsmöglichkeiten. Anmeldung erforderlich unter: Tel. 0178 - 366 59 29



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander



Die Logopädische Sprechstunde am 20.10.23 fällt aus organisatorischen Gründen aus!

Nächster Termin: 17.11.23 von 11.00 – 12.00 Uhr

Repair Café ist am 21.10.23 wieder geöffnet!

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.

Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr. Weitere Infos unter Tel. 05101 109030

Gesprächskreis für MS Erkrankte am 25.10.23

Interessierte treffen sich 1x im Monat, um über sich und ihre Krankheit, Frust und depressive Phasen, Spaß und Lebensfreude zu sprechen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, eine Gebühr entsteht nicht. Regelmäßig am 4. Mittwoch im Monat von 19.00 – 21.00 Uhr

„Davon können wir ein Lied singen!“

Ein Angebot für alle Menschen, die Spaß und Freude am Singen haben und dies mit Gleichgesinnten tun wollen. Gern nimmt die Gruppe auch noch sangesfreudige **Männer** auf. Interessierte treffen sich dienstags von 19.30 – 20.30 Uhr im Mehrgenerationenhaus. Gebühr: € 5,-

Neu: Jetzt jeden Mittwoch frische Waffeln und Tauschtisch für Kinderspielzeug

Ihr bringt gut erhaltenes Kinderspielzeug mit, das ihr gegen ein anderes Spielzeug tauschen könnt. Wir freuen uns auf euch und eure Familien. Zeit: 15.00 bis 18.00 Uhr im Offenen Treff von MOBILE e. V.

Weitere Informationen und Anmeldung: MOBILE e.V., Göttinger Str. 25a, 30982 Pattensen
Tel. 05101 – 10 90 30, Mail: info@mobile-pattensen.de, Internet: www.mobile-pattensen.de