



Newsletter Mehrgenerationenhaus Alzey

Wir freuen uns, wenn Sie unsere Angebote im Rahmen Ihrer Möglichkeiten und Verteilerkreise verbreiten.

Wenn Sie unseren Newsletter nicht mehr erhalten wollen, geben Sie uns bitte Bescheid.

MGH News im April

„Krabbel und Babel“ - Krabbeltreff für Mütter/Väter mit Kleinkindern (0-2 Jahre)

immer dienstags 09:30-11:00 Uhr

ab sofort in den Räumen Augustinerstraße 9, 55232 Alzey

Begleiteter Krabbeltreff der Unterstützung und Stärkung durch Austausch mit anderen Eltern und erfahrenen Fachkräften bietet.

Infos & Anmeldung: claudia.roth@regionale-diakonie.de oder Tel: 06731-95030

Vortragsreihe „Geschichte Deutschlands-vom Kaiserreich bis heute“

Teil 3: Ursachen 1.Weltkrieg

Mittwoch, den 03.April 16:30 Uhr

Einmal im Monat laden wir Interessierte ein, sich mit der Geschichte Deutschlands zu beschäftigen. Der Politikwissenschaftler Wilfried Bickel hält einen Impulsvortrag zum Thema und lädt anschließend zu Austausch und Diskussion ein.

Die Veranstaltung ist kostenfrei

Zur besseren Planung freuen wir uns über eine Anmeldung

telefonisch unter 06731-9009399 (bitte AB nutzen) oder

per Mail an mgh-alzey.rheinessen@regionale-diakonie.de

Familienpaten gesucht – Basisschulung für neue Paten/Patinnen

Patenschaften –Familienbegleitung auf Zeit

Freitag, 05.April 15:00 bis 18:00 Uhr

Samstag, 06.April 10:00 bis 14:00 Uhr

Sie haben schon etwas Lebenserfahrung und -praxis, mögen Kinder und können sich vorstellen, Familien zu stärken, für Eltern und Kinder da zu sein und Zeit zu schenken? Dann sind Sie im Patenprojekt genau richtig. In der Basisschulung werden Sie für Ihren Einsatz in Familien fit gemacht. Sie erhalten Informationen u.a. zu den Themen ehrenamtliches Engagement, Versicherung, Familien in Phasen schwieriger Lebenssituationen, Abgrenzung und Kinderschutz

Anmeldung bei der Projektkoordinatorin Fr. Dogan:

Telefonisch unter 0151 - 50448881

oder per Email: patenschaften.rheinessen@regionale-diakonie.de



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



HAUS
DER FAMILIE
Rheinland-Pfalz

Regionale
Diakonie
Hessen-Nassau

Rheinhessen

Internationales Frauenfrühstück – „Zuckerfest“

Donnerstag, 11. April 9:30 bis 11:00 Uhr

Gemütlich frühstücken, Frauen aus aller Welt kennen lernen, mitgebrachte Speisen aus aller Welt probieren, plaudern, sich austauschen und in entspannter Runde zusammen sein – im April feiern wir beim internationalen Frauenfrühstück das „Zuckerfest“

Anmeldung ist nicht erforderlich, einfach vorbeikommen! Wir freuen uns über mitgebrachte Leckereien zum gemeinsamen Verspeisen ☺

Gesundheitstag „Schmeckt gut, tut gut“

Am Donnerstag, den 11. April 2024 von 14 bis 18 Uhr

Gesundheitsamt Alzey, An der Hexenbleiche 24, 55232 Alzey

Informationen, Tipps und Hinweise auf Workshops & Veranstaltungen rund um das Thema Ernährung gibt es beim Gesundheitstag z.B. von der AOK, der Landeszentrale für Gesundheitsförderung RLP und anderen Anbietern.

Das MGH ist ebenfalls vertreten und stellt seine Angebote vor, eine der Leiterinnen der Selbsthilfegruppe Adipositas steht als Ansprechpartnerin für Fragen und Informationen zur Verfügung

Gesunde Ernährung. – kostengünstig und gut

Veranstaltungsreihe im MGH

Eine Ernährungsberaterin des GVK Bündnis für Gesundheit stellt vor, wie gesunde Ernährung auch mit wenig Geld möglich ist und beantwortet Fragen rund ums Thema Ernährung.

Die Teilnahme ist kostenfrei, Anmeldung ist nicht notwendig

Alle Termine können unabhängig voneinander besucht werden.

Kostengünstig und gesund kochen: Wie schaffe ich das?

Dienstag, 16. April 16.00 – 17.00 Uhr

Gesunde Frühlingsküche: Saisonal essen und dabei Geld sparen!

Dienstag, 23. April 16.00 – 17.00 Uhr

Pausensnack für Kita und Schule – Lecker und gesund

Dienstag, 30. April 16.00 – 17.00 Uhr

„Baby- und Kleinkindsprechstunde“ in Alsheim

Für Eltern mit Kindern von 0-2 Jahren

Mittwoch, 24. April 16:00 bis 17:30 Uhr

In der Kindertagesstätte Arche Noah, Bachstr. 8 in Alsheim

Infos und Beratung durch Fachkräfte zu Fragen rund um Baby und Kleinkind. Möglichkeit zum Austausch auch mit anderen Eltern zum Thema Elternsein

Anmeldung über die Kita per Email an Fr.Schmitt unter info@arche-noah-alsheim.de oder telefonisch im MGH Alzey unter 06731-9009399 (bitte AB nutzen)



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



HAUS
DER FAMILIE
Rheinland-Pfalz

Regionale
Diakonie
Hessen-Nassau

Rheinhausen

Termine im April

Trauercafé - jeden ersten Montag im Monat

Wegen Ostermontag diesen Monat am 2. Montag, den 08. April 15:00 Uhr

Engagierter Hospizbegleiter*innen des Hospizvereins Dasein begleiten das Trauercafé, setzen Gedankenimpulse und geben Informationen für den Alltag.

Um Anmeldung wird gebeten Hospizverein DASEIN

Telefonisch unter 0175 7284554 oder per Email an Hospizverein.dasein@gmx.de

Mütter-Väter-Treff – an jedem 1. Donnerstag im Monat

Donnerstag 04. April 9:30 bis 11:00 Uhr

Mit anderen Eltern zusammentreffen, sich austauschen und von erfahrenen Fachkräften Informationen, Anregungen und Tipps zu ausgewählten Themen bekommen

Anmeldung: claudia.roth@diakonie-rheinhausen.de

s.steuer@caritas-bingen.de

Alleinerziehendentreff - jeden 4. Mittwoch im Monat

Mittwoch 17. April 2024 15:30 bis 17:00 Uhr

Gemeinsam statt allein - Gesprächskreis für alleinerziehende Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren

Infos und Anmeldung unter 06731-950316 oder

per Mail claudia.roth@diakonie-rheinhausen.de

Demenzberatung für Betroffene und Angehörige

Donnerstag, 25. April ab 15:00 Uhr

Fr. Koch von der Rheinhausen-Fachklinik berät Betroffene und Angehörige rund ums Thema Gedächtnis- und Orientierungsstörungen

Anmeldung erforderlich telefonisch unter 06731-9009399 (bitte AB nutzen) oder

per Mail an mgh-alzey.rheinhausen@regionale-diakonie.de

Internationales Frauenfrühstück- jeden 2. Donnerstag im Monat

Donnerstag, den 11. April 10:00 bis 11:30 Uhr

Gemütlich frühstücken, Frauen aus aller Welt kennen lernen, mitgebrachte Speisen aus aller Welt probieren, plaudern, sich austauschen und in entspannter Runde zusammen sein

Anmeldung nicht erforderlich

Generationenfrühstück – jeden 04. Mittwoch im Monat

Mittwoch, 24. April 2024 von 10:00 bis 11:30 Uhr

Jung und Alt an einem Tisch, jede/r, der /die mag, bringt was mit, gemeinsam frühstücken miteinander plaudern, sich austauschen: zusammen isst man weniger allein...

Anmeldung nicht erforderlich

Digitalcafé an jedem 04. Freitag im Monat

Freitag 26. April 2024 von 15:00 bis 17:00 Uhr

Die Digitalbotschafter geben Tipps und Informationen rund um die Nutzung von Handy, Tablet & Co.

Das Angebot ist kostenfrei, Anmeldung ist nicht erforderlich



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander



HAUS
DER FAMILIE
Rheinland-Pfalz

Regionale
Diakonie
Hessen-Nassau

Rheinhessen

fortlaufende Angebote

Das „Energiecafe“

Kleine Auszeit im Alltag: Energie schöpfen, Kontakte knüpfen, Infos & Ideen bekommen
immer montags 15:00 bis 17:00 Uhr

Anmeldung ist nicht erforderlich

„Krabbel und Babel“ – Begleiteter Krabbeltreff für Mütter/Väter mit Kleinkindern (0-2 Jahre)

immer dienstags 09:30-11:00 Uhr

in den Räumen Schlossgasse 14, 55232 Alzey

Infos & Anmeldung: claudia.roth@regionale-diakonie.de oder Tel: 06731-95030

Begegnungscafe´ „Ich zeige Dir meine Welt – Zeige Du mir Deine“

Für Ortsansässige & Zugezogene aus aller Welt

Jeden 1. Und 3. Samstag im Monat von 10:00 bis 14:00 Uhr

Bei Kaffee, Tee und Kuchen Zusammensein, Sich mit neuer Umgebung vertraut machen, Alte Umgebung neu entdecken, Sich austauschen, Menschen und Kulturen kennenlernen...

Interessierte sind herzlich willkommen, einfach vorbei schauen☺

Sprach- und Kommunikationskurse für Migrant*innen

montags und freitags von 10:00 bis 14:00 Uhr

Lerncafe´ -Lernförderung für Erwachsene

donnerstags von 15:00 bis 17:00 Uhr

Seniorencafe´

Zweiwöchig dienstags 15:00 bis 17:00 Uhr

Spielenachmittag für Jung und Alt

mittwochs 14:30 bis 17:00 Uhr

Strickcafe´

donnerstags von 15:00 bis 17:00 Uhr

Die Männerrunde- Der Gesprächskreis nur für Männer

donnerstags, 14tägig in den geraden Kalenderwochen von 19:00 bis 21:00 Uhr

Infos und Anmeldung: Karl-Heinz Selak unter 06731-7326 oder karl-heinz.selak@freenet.de

Ukraine Cafe´

Freitags 15:00 bis 17:30 Uhr



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander



HAUS
DER FAMILIE
Rheinland-Pfalz

Regionale
Diakonie
Hessen-Nassau

Rheinhessen

Selbsthilfegruppen

Erfahrungsaustausch, Informationen, Motivation, Gespräche von Betroffenen für Betroffene ...

Adipositas – Selbsthilfegruppe „halbe Portion Alzey“

Jeden 1. Dienstag und Jeden 3. Donnerstag im Monat, 18 Uhr

Infos & Anmeldung: Email: halbeportionalezey@gmail.com oder
per Whatsapp an 0171-9360182

Frauenselbsthilfe nach Krebs Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland e.V

Jeden 1. Mittwoch im Monat, 17:30 Uhr

Infos & Anmeldung: IAntje Cramer Tel.: 06731-43565
E-Mail: fsh.alzey@web.de

Selbsthilfegruppe PTBS und Trauma

Unterstützungsgruppe von Betroffenen für Betroffene

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 18 Uhr

Infos & Anmeldung: KISS Mainz Tel. 06131/210774
Email info@kiss-mainz.de

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen

Ergänzungsangebot zur Behandlung von Depressionen unter Betroffenen

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat 19:00 bis 21:00 Uhr

Infos & Anmeldung: per whats app 015908181580 oder
Email shgdepressionalzey@gmx.de

Diabetiker – Stammtisch

Gesprächsrunde und Informationsaustausch für Betroffene

Jeden 3. Montag im Monat ab 19:00 Uhr

Anmeldung ist nicht erforderlich