



**Mehr
Generationen
Haus**

Miteinander – Füreinander



Oestrich-Winkel
im Rheingau

Programmheft 2022



Angebote und Veranstaltungen für alle Generationen



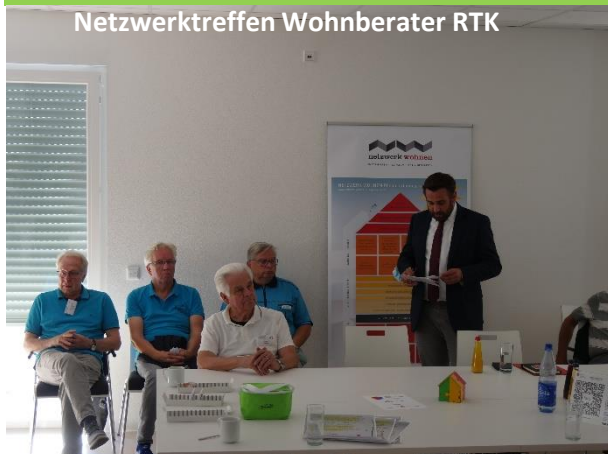
Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Familienzentren
HESSEN

„Ohne Netzwerken geht's nicht!...“

Netzwerktreffen Wohnberater RTK



MGH-Bundesnetzwerktreffen



MGH-Landesnetzwerktreffen



MITEINANDER
LACHEN

Mehr Generationen
Haus
Miteinander – Fürsorge



Engagementaustausch auf Distanz



Landesfördermittelübergabe v. Staatskanzlei,
Digitalministerium + Sozialministerium



Unser lokales, regionales, und
überregionales Engagement. Ein Erfolg für
Sie und uns - geht auch analog und digital!

Impressum

Herausgeber

Mehrgenerationenhaus – Familienzentrum -Oestrich-Winkel

Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel

 06723/6036010

Redaktion

Mehrgenerationenhaus – Familienzentrum -Oestrich-Winkel

©

Design

Mehrgenerationenhaus – Familienzentrum -Oestrich-Winkel

©

Fotos:

Archiv des Mehrgenerationenhauses – Familienzentrum -
Oestrich-Winkel

Druck

diedruckerei.de

Alle Angaben ohne Gewähr, Irrtum vorbehalten

Mai 2022

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

als Teil eines lokalen Netzwerkes bietet das Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel eine soziale Anlaufstation mit vielfältigen Angebots- und Tätigkeitsfeldern an. Durch Bildung, Beratung sowie Kreativangebote oder einfach miteinander Zeit verbringen, schaffen wir eine große Angebotspalette für die soziale Teilhabe und Partizipation vor Ort.

Wir heißen Sie herzlich Willkommen im MGH Oestrich-Winkel und wünschen Ihnen vergnügliche und informative Stunden in unserem Haus in unserer gewohnt fachorientierten und freundlichen Atmosphäre, am neuen Standort.

Möchten Sie uns kennenlernen, haben Sie selbst eine Engagementidee, die Sie mit uns verwirklichen wollen oder haben Sie ganz einfach Lust, uns tatkräftig, ideell oder finanziell zu unterstützen?

Dann freuen wir uns auf Ihren Besuch und/oder Mitwirken.

Beste Grüße



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Kay Tenge'.

Kay Tenge
Bürgermeister der Stadt
Oestrich-Winkel



A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Christiane Kompch-Maneshkarimi'.

Christiane Kompch-Maneshkarimi
Leitung des Mehrgenerationenhauses
Oestrich-Winkel

Inhaltsverzeichnis

Wir über uns	9
• Wir über uns	10
• Raumvermietung	15
• So erreichen Sie uns:	16
Förderstiftung	17
• Unsere MGH-Förderstiftung	18
• Spenden per Einzugsermächtigung	21
Beratungsangebote	23
• Pflegestützpunkt - „Pflegebedürftig... Was ist zu tun?“	24
• Haushaltsnahe Dienstleistungen	25
• Wohnberatung	26
• Schwangerenberatung	27
• Hebammensprechstunde	28
• Wochenbettambulanz	29
• Familienberatung	30
• Tagesmutter- und Babysitterbörse	31
• Wiedereinstieg nach Familienzeit	32
• Beratung zur beruflichen Qualifizierung	33
• Integrationsberatung	34
• Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle	35
• Sozialberatung	36
• Seniorensicherheitsberatung	37

Inhaltsverzeichnis

Betreuungsangebote	38
• MGH Pflegebegleiterstandort	39
• wellcome für den Rheingau	40
• HUFAD-Rheingau (Häusliche Unterstützung für Alzheimer- und Demenzpatienten)	42
• Weitere Gruppenbetreuungstermine	43
• Angehörigen- Selbsthilfetreffen	44
• Aufholprogramm für Kinder und Jugendliche	45
Kreativ-, Präventions- und Bildungsangebote	46
• Aquarellmalerei	47
• Geburtsvorbereitung	48
• Säuglingspflegekurs	49
• Rückbildungskurs	50
• Beckenbodenkurs für Frauen	51
• Familienaufstellung	54
• Resilienz – Die Kultur der inneren Stärke	55
• Yoga für Liebhaber und Neugierige	56
• Tanzcafe für Demenz u.a. Erkrankungen	57
• Gymnastik mit dem Thera-Band	58
• Sturzprävention	59
• Fastenkurs	60
• IDOGO®- Kurs	62
• Gedächtnistraining	63

Inhaltsverzeichnis

Kreativ-, Präventions und Bildungsangebote	64
• PC-Kurse für Senioren	64
• Mediensprechstunde - Di@Lotsen	65
• Englischkurs für Senioren	66
• Lernwerkstatt für Kinder und Jugendliche	67
Offener Treff	68
• Was beinhaltet den Offenen Treff im MGH	69
• Stillcafé	71
• Drop In(klusive) / Mini-Maxi-Treff	72
• Krabbeltreff	73
• Mädchentreff	74
• Café-International	75
• Treffpunkt: Alleinerziehend	76
• Spieletreff	77
• Seniorensingkreis	78
• Digitaler Stammtisch	79
• Parlez-vous français?	80
• Schreibwerkstatt	81
• Repair-Café	82
• MiniHerzchen e.V. Handarbeitstreff	83
• Bewegungsparcours-Aktivpark Rheingold	84
• Nordic Walking Gruppe	85
• Öffentliche Ortsbeiratssitzungen	86

Inhaltsverzeichnis

Veranstaltungen	87
• Smartphone-Workshop	88
• Kreativer Filznachmittag	89
• Kreativer Bastelnachmittag für Kinder bis 12	90
• Babyführerschein für Großeltern	91
• Workshop – Der erste Eindruck zählt	92
• Tag der offenen Tür mit „U 100 Party“	93
• Flohmarkt der Generationen	94
• Reisebericht in Wort und Bild	95
• Lebendiger Adventskalender	96
Feedback	97
• Präventionspreis RTK	98
• Was Sie uns schon immer sagen wollten:	100
• Danksagung	101
• Stadtplan	102



Wir über uns



Wir über uns

Das MGH hat seinen eigenen Standort

Es ist geschafft – wir haben es geschafft – wir sind geschafft?!

.... so oder so ähnlich könnte man das zurückliegende Jahr beschreiben, denn das Jahr 2021 war gespickt mit sehr großen Herausforderungen für das Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel. Nicht nur die anhaltende Pandemie hat uns nachhaltig in Atem gehalten, wie viele Andere auch, sondern auch das Verlassen des „alten Standortes“ war eine mühsame Angelegenheit.

Nachdem wir den Umzug vollzogen hatten, erfolgte die Inventarisierung, ein langer Prozess, der uns bis Ende August 2021 beschäftigt hatte.

Aber der große Aufwand und die Mühe haben sich gelohnt!

Mit den beiden neu platzierten städtischen Gewerbeeinheiten Sozialstation und Tagespflege und dem Mehrgenerationenhaus ist alles zu einem beständigen „Sozialzentrum im Quartier – Leben und Wohnen“ zusammengewachsen. Ein großes soziales Plus für alle Bürger.

Schauen Sie mal in das Ihnen hiermit vorliegende Programmheft und kommen Sie gerne bei uns vorbei. Bitte berücksichtigen Sie die dann aktuell gültigen Pandemie-Regelungen und genießen Sie die „Willkommensatmosphäre“ in unseren neu gestalteten Räumlichkeiten des MGH Oestrich-Winkel, im Bachweg 37b. (siehe auch Fotos in der Broschüren - Mitte)

Wir freuen uns auf Sie: ... und nun noch ein paar hilfreiche Tipps aus der digitalen Welt in – WIR ÜBER UNS!

Wer sagt, dass man Menschen vor dem Computer nicht helfen kann, bzw. sie sich nicht auch selbst helfen können?

Man muss nur wissen, wo man etwas erfährt.

Anbei listen wir ein paar gesammelte Tipps aus dem MGH-Projekten „Digital-Kompass-Standort“ und „Digital im Alter“ auf. Hier wird deutlich, wie man das Internet und seine Angebote und speziellen Plattformen (nicht nur!) in der Corona-Zeit und seinen Einschränkungen sinnvoll nutzen kann:

Zu Hause bleiben zu müssen bedeutet nicht unbedingt, dass du aufhörst, dich um deine Anliegen zu kümmern. Tatsächlich gibt es viele Möglichkeiten, sich online einzusetzen, während man darauf wartet, sich wieder in der realen Welt freiwillig zu engagieren.

Die meisten Angebote sind auf Englisch, aber lasse dich davon nicht abschrecken! Dies ist die perfekte Gelegenheit, deine Englischkenntnisse zu verbessern.

Wir möchten allen freiwillig Engagierten, aber auch unseren TeilnehmerInnen, ganz gleich welchen Alters, ein paar Tipps geben um die noch anhaltende Pandemie möglichst so selbstbestimmt wie möglich, zu überstehen!

Viel Spaß beim Googlen, wir hoffen wir können damit behilflich sein und hoffentlich auch noch Interessantes sowie Neues weiterleiten.

1. Das **Smithsonian** ist der größte Museumskomplex der Welt. Seine Sammlung besteht unter anderem aus zahlreichen Texten und Dokumenten. Um die Kunstwerke zugänglich zu machen und zu schützen, hat das Museum seit einigen Jahren einen Online-Transkriptionsdienst eingerichtet, über den Freiwillige aus der ganzen Welt Dokumente von Bildern umschreiben können.

2. Wir alle kennen **Wikipedia**, aber wie viele von uns haben sich jemals die Zeit genommen, an der berühmtesten Enzyklopädie der Welt mitzuwirken? Wenn es dir Spass macht, zu recherchieren, Informationen zu prüfen und Artikel zu schreiben, kannst du deine freie Zeit nutzen, indem du an der **Wikimedia**-Gemeinschaft teilnimmst. Neben der englischen gibt es auch eine französische Seite.

3. **7 cups** ist ein sehr nützlicher Service, besonders während einer Quarantänezeit. Die Seite und auch die Anwendung ermöglichen es Ihnen, mit Menschen in Kontakt zu treten, die darin geschult sind, zuzuhören und ihre Ängste, Sorgen und Gedanken auszudrücken. Es ist für jeden möglich, sich **freiwillig als Zuhörer zu melden** und von einer kostenlosen Online-Schulung zu profitieren.

4. Die **be my eyes App** möchte es Menschen mit Sehproblemen ermöglichen, so unabhängig wie möglich zu sein. Freiwillige, die sich anmelden, stellen sich zur Verfügung, um Videoanrufe von blinden Menschen zu beantworten und ihnen bei rechtzeitigen Fragen wie Farben der Kleidung, Position von Küchenutensilien oder mehr zu helfen. Hier wird auf Deutsch erklärt.
5. Die **Vereinten Nationen** haben auch ein eigenes Online-Freiwilligenprogramm. In diesem Fall musst du über spezifische Kenntnisse in bestimmten Bereichen wie IT, Übersetzungen oder Grafik verfügen, wenn du teilnehmen möchtest.
6. **Do Something** ist eine Plattform, die jungen Menschen gewidmet ist, die an einer Vielzahl von Anlässen zu arbeiten haben: von der Erstellung von 5-minütigen Playlists, um die Duschzeit zu begrenzen und weniger Wasser zu verschwenden, bis hin zur Berichterstattung über Elfenbeinobjekte auf Werbeseiten.
7. Wenn du eine ungewöhnliche Sprache außer Englisch sprichst, kannst du zu **Übersetzer ohne Grenzen beitreten** und gemeinnützigen Organisationen auf der ganzen Welt bei ihren Projekten helfen.

8. Hast du schon einmal daran gedacht, dass du humanitären Projekten direkt von deinem Sofa aus helfen könntest? Dank dem **Humanitarian Open Street Map Team** kannst du an zahlreichen humanitären Kartierungsprojekten teilnehmen. Auf der Website tasks.hotosm.org findest du zahlreiche Projekte, zu denen du beitreten könntest.

9. **Project Implicit** ist ein Projekt der Harvard-Universität, das Gedanken und Gefühle im Unbewussten untersuchen will. Wie kannst du dabei helfen? Auf der Website gibt es mehrere Tests, an denen du teilnehmen und die Daten an die Forscher übermitteln kannst. Die Tests können in verschiedenen Sprachen wie Englisch, Französisch oder Deutsch durchgeführt werden.

10. **Zooniverse** ist eine große Datenbank wissenschaftlicher Forschung, zu der man einen Beitrag leisten kann: Das **Zählen von Pinguinen** in entlegenen Gebieten, um ihr Leben besser zu verstehen, ist ein Beispiel dafür.

Viel Spaß beim Entdecken neuer Möglichkeiten im digitalen Raum! 😊😊😊

Raumvermietung

Räumlichkeiten unseres Hauses, wie z.B. der Multifunktionsraum inklusive Cateringküche im Erdgeschoss können für Workshops, Seminare, Vorträge, Infoveranstaltungen etc. angemietet werden.

Haben Sie eine Idee für eine Gruppe, für weitere Gruppenveranstaltungen oder ein neues Kursangebot in den Bereichen Beratung, Bildung, Begegnung oder Betreuung?

Wir freuen uns über weitere, interessante Angebotsfelder. Gerne beraten wir Sie in einem Gespräch über die Umsetzungsmöglichkeiten Ihrer Projektidee.

Nähere Informationen zu den Modalitäten der Anmietung, der Termingestaltung, den Kostenrahmenbedingungen sowie den Möglichkeiten der Einbindung in die MGH-Öffentlichkeitsarbeit können Sie gerne erfragen. Nehmen Sie hierzu bitte Kontakt mit unserer Mitarbeiterin im Büro des Mehrgenerationenhauses Oestrich-Winkel auf.

Ansprechpartner und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses

Bachweg 37 b

65375 Oestrich-Winkel

☎ 06723/6036010 (werktags 8:30-13:00 Uhr)

✉ mgh@oestrich-winkel.de

So erreichen Sie uns:



Mehr
Generationen
Haus

Wir leben Zukunft vor

Mehrgenerationenhaus - Familienzentrum Oestrich Winkel

Pflegebegleiterstandort

Bachweg 37 b

65375 Oestrich-Winkel

☎ 06723/6036010 (werktags 8:30-13:00 Uhr)

 mgh@oestrich-winkel.de

 www.mehrgenerationenhaeuser.de

 www.oestrich-winkel.de/mehrgenerationenhaus

Öffnungszeiten: Montags bis freitags 8:00- 16:00/18:00 Uhr.

Anreise mit dem PKW: Von der B42 kommend nehmen Sie die letzte Ausfahrt von Winkel in die Goethestraße in Höhe des REWE-Marktes bis zum Ende und rechts in die Hauptstraße, anschließend links in die Schillerstraße und dann die zweite Straße rechts in die Greiffenclaustraße. Fahren Sie nun die zweite Straße rechts in den Bachweg. Nach ca. 100 m auf der rechten Seite befindet sich das Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel. Ein Stadtplan befindet sich am Ende des Programmheftes.

Parkmöglichkeiten: Begrenzte Parkmöglichkeiten direkt vor dem Haus.

Förderstiftung
Mehr
Generationen
Haus
Oestrich-Winkel



Förderstiftung
Mehrgenerationenhaus
Oestrich-Winkel

Ort der
**Begegnung, Betreuung
Bildung und Beratung**

Förderstiftung



Unsere MGH-Förderstiftung



Das Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel bietet seit Mai 2008 in der Hauptstraße 45 und seit 2021 am neuen Standort im Bachweg 37 b eine Vielzahl von Aktivitäten an. Alle Aktivitäten stehen unter dem Motto:

Bei uns ist Platz für alle Generationen

Durch die Vielfalt der Angebote für Jung und Alt ist das Haus zur Anlaufstelle und zum Ort der Begegnung und Betreuung geworden.

Mit den Schwerpunkten

„Alter und Pflege“

„Integration und Bildung“

„Haushaltsnahe Dienstleistungen“ und

„Freiwilliges Engagement“

sind die wesentlichen Aktionsfelder abgesteckt.

Diese umfangreichen und wichtigen Themenschwerpunkte lassen sich jedoch ohne das große ehrenamtliche Engagement und die unermüdliche Einsatzbereitschaft vieler nicht realisieren.

Damit das Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel auch zukünftig auf einem soliden finanziellen Fundament steht, ist die Förderstiftung gegründet worden. Diese Treuhandstiftung ist vom Finanzamt Wiesbaden als gemeinnützig anerkannt.

Unterstützen Sie bitte die Stiftung

und helfen Sie mit, dass das Angebot auf Dauer erhalten bleibt. Die Vielfältigkeit hat für jede Altersstufe ein passendes Angebot parat, von der Freizeitgestaltung bis hin zur praktischen Lebenshilfe im Alltag. Haben Sie es schon genutzt?

Ein kurzer Überblick über das Angebot zeigt, wie wichtig das Mehrgenerationenhaus ist und auch für die Zukunft als ein Ort der Begegnung mit Ihrer Hilfe unbedingt erhalten bleiben muss.

Helfen Sie uns durch eine Spende oder eine Zustiftung

Wir benötigen jede Unterstützung, angefangen von der „Mund-zu-Mund-Propaganda“ bis hin zu Spendenaktionen anlässlich Familienfeiern, Jubiläen, Firmenfeiern usw. Ihre Spenden tragen dazu bei, das Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel auf Dauer zu erhalten.

Das Mehrgenerationenhaus kann in seiner Unterhaltung nicht kostendeckend arbeiten, sodass es auf Ihre Solidarität angewiesen ist. Wir suchen daher Förderer, Sponsoren und Zustifter, die mit Ihren Zuwendungen dieses zukunftsweisende Projekt unterstützen. Nur so sind wir in der Lage, den Menschen aller Altersstufen die Hilfe anzubieten, auf die sie angewiesen sind.

Wenn Sie sich für eine Spende entscheiden, wird die „Förderstiftung Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel“ diesen Betrag für die Förderung ihrer gemeinnützigen Zwecke oder für ein bestimmtes Projekt verwenden.

Die „Förderstiftung Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel“ ist als gemeinnützig anerkannt, so dass Sie Ihre Spende bis zu 20% Ihres zu versteuernden Einkommens beim Finanzamt geltend machen können. Über jede Spende stellen wir Ihnen gerne eine steuerlich abzugsfähige Spendenbescheinigung aus.

Eine ausführliche Informationsbroschüre der Stiftung erhalten Sie im Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel.

Spendenkonto:

Kontoinhaber: „Förderstiftung Mehrgenerationenhaus
Oestrich-Winkel“

Bank: Bank für Sozialwirtschaft Mainz

IBAN: DE95 5502 0500 0008 6466 02

BIC: BFSWDE33MNZ

Auch tatkräftiges Engagement ist uns willkommen!

Neue Ideen, neue Nutzer, neue Mitstreiter, Freunde und Förderer unseres Hauses sind jederzeit willkommen!

Wenden Sie sich gerne an unser Team des Mehrgenerationenhauses Oestrich-Winkel.

Spenden per Einzugsermächtigung

An das Stiftungsmanagement, c/o WertSecur GmbH, Höhenstraße 23, 65520 Bad Camberg

Wenn Sie per Einzugsermächtigung spenden möchten nutzen Sie bitte folgenden Vordruck und senden Sie ihn an.

Förderstiftung Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel

c/o WertSecur GmbH,

Höhenstraße 23,

65520 Bad Camberg



info@wertsecur.de

Gläubiger-Identifikationsnummer:

DE03ZZZ00000704523

Bank:

Bank für Sozialwirtschaft

BIC:

BFSWDE33MNZ

IBAN:

DE95 5502 0500 0008 6466 02

Kontonummer:

8646602

BLZ:

550 205 00

SEPA Lastschriftmandat

Name, Vorname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort



Nachfolgend angekreuzter Betrag soll von meinem Bankkonto abgebucht werden:

Betrag: _____ €

Zahlungsweise: Einmalig - Monatlich - Jährlich
(nicht Zutreffendes bitte streichen)

Bank: _____

BIC: _____

BLZ: _____

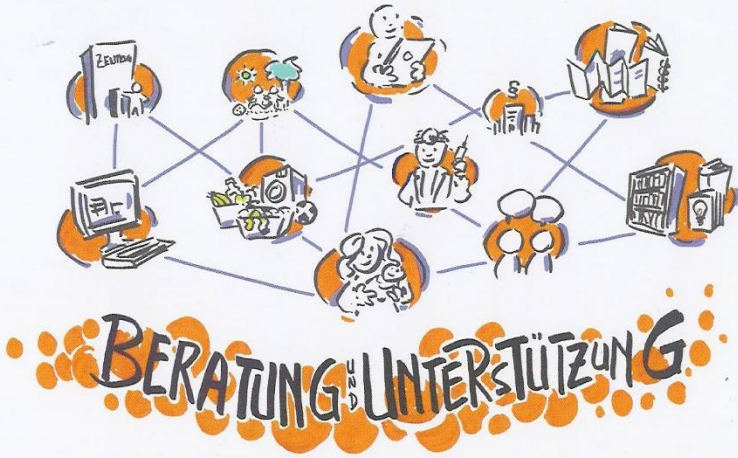
Ktonr: _____

IBAN: | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ |

Ich ermächtige die „Förderstiftung Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel“, vertreten durch WertSecur GmbH, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der WertSecur GmbH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Hiermit erkläre ich mich einverstanden, der „Förderstiftung Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel“ den oben angegebenen Betrag zu spenden.

Ort, Datum und Unterschrift



Beratungsangebote



Pflegestützpunkt - „Pflegebedürftig... Was ist zu tun?“

Der Pflegestützpunkt bietet in Kooperation mit dem MGH eine Vorort-Beratung im Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel an.

Der Pflegestützpunkt berät trägerneutral und kostenfrei, informiert unabhängig und verbraucherorientiert in allen Fragen zum Thema Pflege. Die Mitarbeiter*innen des Pflegestützpunktes besuchen Sie auf Wunsch auch zu Hause und stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Termine: i.d.R. 1. Freitag im Monat 10:00 - 12:00 Uhr
oder nach Terminabsprache

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner:



Pflegestützpunkt

Rheingau-Taunus-Kreis

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Weitere Sprechstunden auf Anfrage.

Ansprechpartner: Pflege- und Sozialberatung

Frau Petra Nägler-Daniel

Evelyne Lohs

Kirsten Krämer

☎ 06124/510525

☎ 06124/510527

📠 06124/510522

📧 pflegestuetspunkt@rheingau-taunus.de

Kreisverwaltung, Heimbacher Str. 7, 65307 Bad Schwalbach

Haushaltsnahe Dienstleistungen

Gemeinsam meistern wir die Herausforderung des Alterns!

Zusammen mit unserem Partner HomeInstead® bieten wir eine Sprechstunde für alle Interessierten an, die gerne haushaltsnahe Dienstleistungen in Anspruch nehmen möchten.

Einfühlsam wird auf die individuellen Wünsche und Bedürfnisse eingegangen. Neben der persönlichen Betreuung und Alltagsbegleitung unterstützen die Betreuungskräfte im Haushalt, bei der Grundpflege und bei Terminen außer Haus.

Mit diesem Angebot möchten wir pflegende Angehörige entlasten, aber auch alle Personen die aus gesundheitlichen oder sonstigen Gründen diese Hilfe benötigen. Das Beratungsangebot wendet sich ebenfalls an Interessierte, die im Bereich „Senioren und Familienbetreuung“ beruflich gerne tätig werden möchten.

Termine: jeden Dienstag
09:00 - 11:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner: 
Zuhause umsorgt

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Ansprechpartner und Informationen:

PM Familien- und Seniorenbetreuung GmbH & Co. KG

HomeInstead Wiesbaden

Dostojewskistraße 5, 65187 Wiesbaden

 0611/2059700

 wiesbaden@homeinstead.de

 www.homeinstead.de

Wohnberatung

Selbstbestimmtes Leben in jedem Alter hat im Zuge des demografischen Wandels einen immer höheren Stellenwert. Das MGH bietet innovative Lösungen bedarfsorientiert für den jeweiligen Nutzer der Beratung an. Wir beraten gerne zu barrierefreiem Umbau im Alter, aber auch junge Familien erhalten bei uns Informationen zum generationengerechten Aus-, Neu und Umbau.

Termine: am 1. Donnerstag im Monat;
14:00 – 15:00 Uhr
nach vorheriger Anmeldung

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner:



Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Ansprechpartner und Information:

Christiane Kompch-Maneshkarimi
Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel

☎ 06723/6036012

✉ mg@oestrich-winkel.de

✉ wohnberatung@oestrich-winkel.de

Schwangerenberatung

Die Schwangerenberatungsstelle des Caritasverband Wiesbaden-Rheingau-Taunus e.V. berät bis zum dritten Lebensjahr des Kindes zu allen Fragen und Problemen im Zusammenhang mit Schwangerschaft und Geburt, Alleinerziehung, Partnerschaft, Sicherung des Lebensunterhaltes, Pränataldiagnostik, Verhütung und Familienplanung. Bei geringem Einkommen und in besonderen Notlagen können Hilfen aus der "Bundesstiftung Mutter und Kind" sowie dem "Bischöflichen Hilfsfonds" vermittelt werden. Ebenso wird bei der Durchsetzung gesetzlicher Ansprüche wie Elterngeld und Elternzeit, Kindergeld, Kindergeldzuschlag, Unterhalt, Arbeitslosengeld I und II, zu Mutterschutz und Kindsrecht informiert und geholfen. Auch wird unterstützt bei Behördenangelegenheiten, bei der Suche nach Betreuungsmöglichkeiten für Kinder und bei persönlicher und beruflicher Zukunftsplanung. Die Beraterin nimmt sich Zeit für eine kostenlose und vertrauliche Beratung, unabhängig von Konfessionszugehörigkeit und Nationalität.

Termine: am 1. Mittwoch im Monat
09:00 – 12:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner:



Caritasverband
Wiesbaden-Rheingau-Taunus e.V.

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Ansprechpartner/Info:

Frau Lisa Küsters

☎ 06722/710830

📞 0172/8416826

✉ lisa.kuesters@caritas-wirt.de

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de

Hebammensprechstunde

Schwangeren-/Müttertreff mit Hebammensprechstunde

Schwangere und Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr sind herzlich eingeladen im MGH vorbei zu kommen und sich zu informieren. Manche Termine sind themenbezogen gestaltet.

Ansonsten werden selbstverständlich aktuelle Fragen und Informationen rund um Schwangerschaft und Geburt beantwortet und es besteht die Möglichkeit, sich untereinander auszutauschen und Kontakte zu knüpfen.

Im Rahmen der Sprechstunden sind vertrauliche und persönliche Gespräche möglich. Das Baby sowie Geschwisterkinder können gerne mitgebracht werden.

Das Angebot ist kostenfrei.

Die beratenden Fachkräfte unterliegen der Schweigepflicht!

Um Voranmeldung wird gebeten.

Termine: jeden Donnerstag
10:00 – 12:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Ansprechpartner und Informationen:

Britta Ona Werner

☎ 0163 6749537

✉ bowerner@gmx.de

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mghe@oestrich-winkel.de

Wochenbettambulanz

Ab dem 08.06.2022 findet im Mehrgenerationenhaus in Oestrich-Winkel eine wöchentliche Wochenbettambulanz statt.

Termine: jeden Mittwoch
13:00 – 18:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Mini-Maxi Treff

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Ansprechpartner und Informationen:

Hebammerei Rheingau

Wallufer Str. 10

65343 Eltville

 01523 3588791

 www.hebammerei-rheingau.com

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mg@oestrich-winkel.de

Familienberatung

Eltern wollen das Beste für ihre Kinder. Doch Erziehung ist nicht immer leicht. Der Kinderschutzbund Rheingau e.V. berät Familien zu allen Fragen und Problemen des Erziehungsalltags, Alleinerziehung, Trennung und Scheidung und Streitschlichtung bei Familienproblemen. Wer Fragen zur Erziehung hat oder sich in schwierigen Familiensituationen überfordert fühlt und professionelle Unterstützung wünscht, kann gerne das kostenfreie Beratungsangebot in Anspruch nehmen. Dipl. Sozialpädagogin und Elternkursleiterin Alexandra Kunz steht Kindern, Jugendlichen und Eltern für Ihre Anliegen zur Verfügung und berät sie vertraulich. Die Beratung ist kostenlos.

Termin: jeden dritten Dienstag eines Monats, außer August
16:00 – 18:00 Uhr

Ausnahme: 08.11.2022 und 13.12.2022
oder nach vorheriger Terminvereinbarung

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner:



Der Kinderschutzbund
Regionalverband
Rheingau

Ansprechpartner und Information:

Alexandra Kunz

☎ 0171-4112171

✉ a.kunz@kinderschutzbund-rheingau.de

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgH@oestrich-winkel.de

Tagesmutter- und Babysitterbörse

Das Familienbüro der Stadt Oestrich-Winkel vermittelt qualifizierte Tagesmütter an Familien. Sollten auch Sie Bedarf haben, können Sie sich melden. Gerne suchen wir auch engagierte Personen, die sich zur Tagesmutter/Babysitter ausbilden lassen möchten.

Wir beraten Sie gerne!

Wo: Familienbüro, Bürgerzentrum Oestrich-Winkel,
Paul-Gerhardt-Weg 1, 65375 Oestrich-Winkel

Kooperationspartner:



Schulungstermine:

Babysitter-Schulung:

Termine und Modalitäten auf Anfrage

Tagesmutterschulung:

Termine und Modalitäten auf Anfrage

Ansprechpartner:

Stefanie Nikolai-Jagiela,
Familienbüro, Bürgerzentrum Oestrich-Winkel,
Paul-Gerhardt-Weg 1, 65375 Oestrich-Winkel,
☎ 06723/992168,

✉ stefanie.nikolai-jagiela@oestrich-winkel.de

Wiedereinstieg nach Familienzeit

Sie wollen nach einer intensiven Familienphase wieder ins Erwerbsleben einsteigen und möchten Familie und Beruf vereinbaren? Sie haben Fragen, wie das gelingen kann und welche Hilfen und Unterstützung Sie bekommen können? Oder Sie möchten wissen, was Sie bei einer Bewerbung und einem Vorstellungsgespräch beachten müssen? Ein erster Schritt zur Beantwortung dieser Fragen bietet die Teilnahme an der Beratung der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Wiesbaden. Ihre Fragen und Weiteres möchten wir gerne mit Ihnen gemeinsam erarbeiten.

Termin: 09.02.2022, 13.04.2022, 08.06.2022,
13.07.2022, 14.09.2022, 09.11.2022
09:30 – 14:30

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner:  **Bundesagentur für Arbeit**
Agentur für Arbeit Wiesbaden

Ansprechpartner und Information:

Stephanie Müller (BCA)

 06119494473

 wiesbaden.bca@arbeitsagentur.de

 www.arbeitsagentur.de/wiesbaden

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mg@oestrich-winkel.de

Beratung zur beruflichen Qualifizierung

Sie sind arbeitslos oder von Arbeitslosigkeit bedroht und Sie sind bei der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter gemeldet...?

dann unterstützen wir Sie gerne von der Jobsuche bis hin zur Probezeit.

Wir bieten folgendes an:

- Aktivierung und berufliche Eingliederung (AVGS) nach § 45 SGB III
- individualisierte Potenzialanalyse
- Vor- und Nachbereitung von Vorstellungsgesprächen
- Erstellung von Bewerbungsunterlagen
- Unterstützung bei der Stellensuche und Vorbereitung auf den Jobeinstieg bis zum erfolgreichen Berufseinstieg.

Des Weiteren bieten wir eine beruflichen Kenntnisvermittlung und Grundlagenvermittlung für den Bereich Pflege, Logistik & Gastronomie an.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie sich für einen Beratungstermin an.

Termine: Mi. 15:30 – 17:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner:



Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Ansprechpartner/Info:

Edvin Takhsh



+4915170302731



www.welcome-ggmbh.com

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Integrationsberatung

Die Integrationsberatung bietet

- Hilfe bei Schriftverkehr mit Behörden wie z. B. Jobcenter, Ausländerbehörde, Krankenkassen, Arbeitsagenturen u. v. m.
- Hilfe beim Ausfüllen von Formularen
- Unterstützung im Asylverfahren (keine Rechtsberatung!) und Vermittlung zu Beratungsstellen.
- Unterstützung bei Arbeitsplatz und Wohnungssuche
- und Vieles mehr

Wir beraten Sie gerne und vertraulich!

Termine: Di. 12:00 – 17:00 Uhr Integrationsberatung

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Anmeldung und Information:

Frau Julia Soltys

Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036014 (telefonisch nur in der Beratungszeit)

 Julia.soltys@oestrich-winkel.de

Büro des Mehrgenerationenhauses,

Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

In Kooperation mit „Stiftung Lebensraum Rheingau-Taunus“ bietet das MGH Oestrich-Winkel eine kostenfreie psychosoziale Beratung an.

Sie ist Anlaufstelle für Menschen in psychischen Krisen/ Erkrankungen und für deren Angehörige – auch für Asylsuchende.

Termine: am 3. Donnerstag im Monat
09:00 – 12:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner:



Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Ansprechpartner/Info:

Michaela Thiery-Pulter, Daniela Messner, Anette Leva

☎ 06123/7907060 oder 06722/4965260

✉ pskb@stiftung-lebensraum.org

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de

Sozialberatung

Sie haben Probleme oder Fragen mit Behörden, Versicherungen und anderen Institutionen? Der Sozialkompass vom „Netzwerk Eltville - Ehrenamt“ bietet in Kooperation mit dem MGH Oestrich-Winkel eine Sozialberatung an, um bei solchen Schwierigkeiten Abhilfe zu schaffen.

Die Beratung ist kostenfrei und findet in vertraulicher Atmosphäre statt.

Termine: am 3. Montag im Monat
14:00 – 17:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Kooperationspartner:



Um vorherige Terminvereinbarung wird gebeten.

Ansprechpartner und Information:

Herr Armin Klewitz

☎ 06123/999266

☎ 0176/54375030

✉ math.klewitz@t-online.de

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de

Seniorenicherheitsberatung

Viele Seniorinnen und Senioren werden immer wieder von Trickbetrügern angerufen oder angesprochen.

Durch intensive Aufklärung und Präventionsarbeit der Polizei sind Viele über die Tricks der Betrüger gut informiert.

Die Polizei arbeitet bereits seit einigen Jahren mit Sicherheitsberaterinnen und Sicherheitsberatern für Seniorinnen und Senioren zusammen.

Michael Linder und Werner Burghardt haben sich als Sicherheitsberater für Senioreninnen und Senioren für den Bereich Rheingau-Taunus von der Polizei ausbilden lassen und steht Ihnen nunmehr mit Rat und Tat zur Seite.

Neben Info-Veranstaltungen zu Themen rund um die Sicherheit stehen die Herren Linder und Burkhardt auch in Oestrich-Winkel und Nachbarkommunen im Rheingau als Ansprechpartner für Seniorinnen und Senioren zur Verfügung und beraten auf Anfrage.

Termine: am 3. Donnerstag eines Monat
14:00 – 15:00 Uhr oder nach Vereinbarung

Wo: Mehrgenerationenhaus, Beratungsraum

Anmeldung und Ansprechpartner:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgH@oestrich-winkel.de



Betreuungsangebote



MGH Pflegebegleiterstandort

Das MGH ist seit Herbst 2010 Pflegebegleiterstandort. Die ehrenamtlichen, geschulten Pflegebegleiter kümmern sich speziell um die pflegenden Angehörigen.

Angehörige, die Personen pflegen, fühlen sich häufig unter Druck und erleben vielfache Belastungen. Sie brauchen Unterstützung, um für sich selbst Sorge zu tragen und die eigenen Bedürfnisse wieder wahrnehmen zu können. Durch die Begleitung können sie ihren Pflegealltag sinnerfüllt und für alle Beteiligten befriedigend gestalten.

Näheres erfahren Sie auch in unserem Flyer.

Termine: nach Absprache

Kooperationspartner:



Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de

wellcome für den Rheingau

**Das Baby ist da, die Freude ist riesig – und nichts geht mehr.
Das Unterstützungsangebot für junge Eltern in Kooperation
mit wellcome Eltville**

Mütter werden heute meist nach wenigen Tagen aus der Klinik entlassen.

Zuhause beginnt - trotz aller Freude über das Baby - der ganz normale Wahnsinn einer Wochenbettfamilie. Das Baby schreit, das Geschwisterkind ist eifersüchtig, der Vater beruflich eingespannt und die Großeltern leben in einer anderen Stadt.

Wenn Sie Unterstützung brauchen, wenden Sie sich an Ihre wellcome-Koordinatorin.

Sie vermittelt eine ehrenamtliche Mitarbeiterin etwa zweimal die Woche zu Ihnen nach Hause und unterstützt Sie ganz praktisch und individuell. Für die Unterstützung berechnet wellcome bis zu fünf Euro pro Stunde und eine einmalige Vermittlungsgebühr von 10 Euro.

Doch am Geld darf die Hilfe nicht scheitern, wir ermäßigen gerne.

Kooperationspartner:



Ansprechpartner und Informationen:

Wellcome-Koordinatorin: Frau Nicole Hoffmann

Träger: MGH 1 Eltville

Wallufer Straße 10, 65343 Eltville

Telefonische Sprechzeiten: Mo.-Do. 9-12 Uhr



0176/4614 4985



06123/701772



eltville@wellcome-online.de



www.wellcome-online.de

HUFAD-Rheingau (Häusliche Unterstützung für Alzheimer- und Demenzpatienten)

„HUFAD-Rheingau“ arbeitet in Kooperation mit den beiden Mehrgenerationenhäusern Eltville und Oestrich-Winkel und bietet in allen Rheingauer Kommunen niederschwellige Betreuungsleistungen an.

Oberste Priorität der Betreuungsgruppen im Rheingau ist die Entlastung pflegender Angehöriger. Für diese besteht oftmals eine hohe Hemmschwelle Hilfe und Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Durch stundenweise Betreuung haben die pflegenden Angehörigen zeitliche Freiräume. Durch die Gruppe können sich aber auch neue Kontaktmöglichkeiten und eine andere Sicht auf den eigenen Angehörigen ergeben.

Durch den Einsatz der geschulten Ehrenamtlichen kann eine Betreuung mit dem Betreuungsschlüssel 2:1 gewährleistet werden, was eine individuelle Fürsorge der Gäste ermöglicht. So können auch Gäste deren Fähigkeiten zur aktiven Teilnahme nicht mehr ausreichen oder die viel Laufen möchten, betreut werden.

Wohnortnahe Gruppenbetreuungen führen dazu, dass die Gäste und Betreuer*innen die gleichen „Ortsgeschehnisse“ kennen. Biografieorientierte Themen erleichtern das Gemeinschaftsgefühl und die Zufriedenheit aller Beteiligten. Um individuell auf die Fähigkeiten der einzelnen Gäste einzugehen, ist das Angebot breit gefächert und beinhaltet individuelle Aktivierungsangebote z.B.: Gesellschaftsspiele, Sprichwörter und Gedichte, künstlerische Aktivitäten wie Malen und Basteln, Übungen zur Sinneswahrnehmung und tagesaktuelle Gespräche.

Gruppenbetreuungstermine

Die Gruppenbetreuung findet derzeit an mehreren Vormittagen und Nachmittagen an verschiedenen Standorten im Rheingau statt. Momentan ist die Gruppengröße abhängig von den vorhandenen Räumlichkeiten und muss den Coronabedingungen entsprechen. Haben Sie Interesse informieren Sie sich bitte bei den Ansprechpartnern, ob eine Teilnahme möglich ist.

Termine: Mo. 08:00 – 13:00 Uhr; 14:00 – 17:00 Uhr
Fr. 08:00 – 13:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Oestrich-Winkel

Kosten: 25 € bzw. 15 € vormittags bzw. nachmittags
(bei vorhandener Pflegestufe absetzbar)
9 € bzw. 4 € für Verpflegung

Kooperationspartner:



HUFAD Rheingau

Ansprechpartner und Information:

HUFAD Rheingau
Paul-Gerhardt-Weg 1
65375 Oestrich-Winkel

 hufad.rheingau@oestrich-winkel.de

 06723/992151

 0151/41818168

Gisela Vogel

 gisela.vogel@oestrich-winkel.de

Julia Haase

 julia.haase@oestrich-winkel.de

Angehörigen- Selbsthilfetreffen

Kraft schöpfen im gegenseitigen Austausch

Angehörige demenziell Erkrankter kommen häufig auch im Alltag aufgrund der familiären Situation an Ihre psychische Belastungsgrenze.

Durch das Treffen mit Gleichbetroffenen kann ein Gefühl des „Verstandenwerden“ hervorgerufen werden und neue Lösungswege und Erfahrungen ausgetauscht werden.

Die Gespräche finden selbstverständlich in geschütztem Rahmen statt. Die Angehörigen können hier Anregungen für eigene Probleme erhalten, das Gefühl von Solidarität und Kraft erfahren, neue Kontakte und Freundschaften aufbauen, Wissen zur Demenzerkrankung und Selbstreflexion sowie Zugang zu unterstützenden Netzwerken erhalten.

Der Treff ist allen Betroffenen offen, nicht nur dem engeren Angehörigenkreis, sondern auch Freunden- unabhängig von der Betreuungssituation des Betroffenen.

Termine: am 3. Mittwoch im Monat
18:00 – 20:00 Uhr

Kooperationspartner:



HUFAD Rheingau

Ansprechpartner und |

Gisela Vogel und/oder Julia Haase

 06723/992151

 0151/41818168

 gisela.vogel@oestrich-winkel.de

 julia.haase@oestrich-winkel.de

Aufholprogramm für Kinder und Jugendliche

Unter dem Motto „Lernen macht Spaß“ bietet das Mehrgenerationenhaus mit der Unterstützung der Welcome gGmbH im Rahmen des Bundesförderprogram „Aufholpaket für Kinder, Jugend und Familien“ eine vielfältige Plattform zum Miteinander und voneinander Lernen und Spaß haben an. In der Gruppe von bis zu 20 Kindern und Jugendlichen, soll neben schulischer Unterstützung auch die soziale Kompetenz nach den Corona-Entbehrungen gestärkt und wiedererlernt werden.

Material wird gestellt. Die Teilnehmer sind auf Kinder und Jugendliche im Alter von 6-16 J. aus Oestrich-Winkel beschränkt. - Noch Plätze frei! -

Termin: montags - donnerstags 15:00 – 17:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, i.d.R. Kreativraum

Ansprechpartner und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de



Kreativ-, Präventions- und Bildungsangebote



Aquarellmalerei

Mehrmals im Jahr werden verschiedene Aquarell-Malkurse für jedes Alter mittwochs und donnerstags angeboten. Diese finden am Nachmittag und abends statt. Es gibt u. a. gemeinsame, altersübergreifende Workshops sowie gemeinsame Ausstellungen der erarbeiteten Werke.

Termine: Mi. 18:00 – 20:00 Uhr
Do. 15:30 – 17:30 Uhr und 18:00 – 20:00 Uhr

Kursbeginn: Frühjahr: Mi. 16.03.2022 / Do. 17.03.2022
Herbst: Mi. 14.09.2022 / Do. 15.09.2022

Kosten: 80 € / 10 Einheiten

Wo: Mehrgenerationenhaus, Kreativraum

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Geburtsvorbereitung

Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare

In Wochenendkursen oder an Werktagen erhalten Frauen und Paare Informationen zum letzten Drittel der Schwangerschaft:

Wie ernähre ich mich richtig?

Welche Bewegung tut mir gut?

Sie lernen die unterschiedlichen Phasen der Geburt und ihrer Bewältigung kennen:

Kennenlernen von Wahrnehmungs-, Entspannungs- und Atemübungen. Was hilft mir bei der Geburt?

Einbeziehung des Partners/der Partnerin. Wie kann der Partner/die Partnerin unterstützen?

Die erste Zeit nach der Geburt mit dem Baby, Stillen und Ernährung.

Das und Vieles mehr erwartet Sie.

Termin: Sa. 25. + So 26.06.2022
Sa. 23. + So 24.07.2022
Sa. 24. + So 25.09.2022
Sa. 19. + So 20.11.2022
Sa. 10. + So 11.12.2022

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Anmeldung und Information

Familienhebamme Britta Werner



bowerner@gmx.de

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,



06723/6036010



mgh@oestrich-winkel.de

Säuglingspflegekurs

Wir alle lernen mit dem ersten Kind, wer wir als Eltern sind. In früheren Generationen wurden die Eltern durch Verwandte und Bekannte in der Pflege des Kindes unterstützt. Durch gesellschaftliche Veränderungen brauchen wir heute außerfamiliäre Anlaufstellen. Dazu soll dieser Kurs dienen. Wir beschäftigen uns näher mit den Bedürfnissen von Säuglingen und jungen Eltern: was braucht mein Baby? Und was sollten wir vermeiden? Dabei betrachten wir die Themenfelder Stillen und Tragen körperliche, geistige und seelische Entwicklung, Babyschlaf und Schlafumgebung, sowie die praktische Pflege (Anschaffungen, Untersuchungen, Wickeln und Körperpflege).

Termin: Mo. 19:00 – 20:30 Uhr

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| (I) 10.01. + 17.01.2022 | (VII) 11.07. + 18.07.22 |
| (II) 14.02. + 21.02.2022 | (VIII) 12.09. + 19.09.22 |
| (III) 14.03. + 21.03.2022 | (IX) 10.10. + 17.10.22 |
| (IV) 04.04. + 11.04.2022 | (X) 14.11. + 21.11.22 |
| (V) 09.05. + 16.05.2022 | (XI) 05.12. + 12.12.22 |
| (VI) 13.06. + 20.06.2022 | |

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kosten: 40,00 € pro Paar

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Rückbildungskurs

Je nach Wohlbefinden der Mutter und des Babys kann dieser Kurs ab ca. 6 Wochen nach der Geburt besucht werden. Bei Bedarf kann das Baby mitgebracht werden.

Mit Hilfe gezielter und effizienter Übungen besonders für den Beckenboden, die Bauch- und Rückenmuskulatur, wird der gesamte Körper gestärkt und in Form gebracht. Die Trainingseinheiten werden nach individueller Befunderhebung gesteigert. Daneben kommen Entspannung und Spaß nicht zu kurz.

Die Kosten werden i.d.R von der Krankenkasse übernommen.

Bitte bequeme Kleidung, rutschfeste Socken und Krankenkassenkarte mitbringen. Max. 10 Teilnehmer.

Termine: Donnerstag 10:30 – 12:00 Uhr

Kursbeginn: (I) 13.01.2022 – 17.02.2022

(II) 03.03.2022 – 07.04.2022

(III) 28.04.2022 – 09.06.2022 (nicht 02.06.2022)

(IV) 23.06.2022 – 28.07.2022

(V) 08.09.2022 – 13.10.2022

(VI) 03.11.2022 – 08.12.2022

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kooperationspartner:



Anmeldung und Informationen:

Ebil-Lun Ottes



0179/6838431



www.hebammerei-rheingau.com

Beckenbodenkurs für Frauen

Frauen haben von Natur aus einen schwächeren Beckenboden, der durch Schwangerschaften und Geburten sowie hormonelle Wandlungsphasen besonderen Veränderungen unterliegt. Und gerade der Beckenboden ist häufig ein feiner Indikator dafür, wie belastet wir gerade sind. Nicht selten verändert der Beckenboden auch seine Haltekraft und Elastizität und körperliche Beschwerden entwickeln sich. Oder aber wir wollen vorsorgen.

An den Kursabenden erwartet dich ein fröhlicher leichter Mix aus sehr effektiven Körperübungen und Wellness für die Seele.

Ein Handtuch, bequeme bewegungsfreundliche Kleidung, rutschfeste Socken und Getränke sind mitzubringen. Eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist anzufragen.

Termin: (I) dienstags 11:15 – 12:15 Uhr
08.03.2022 – 05.04.2022
(II) mittwochs 11:30 – 12:30 Uhr
28.09.2022 – 19.10.2022

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kosten: 50 € (I) bzw. 40 € (II)

Anmeldung und Information

Angela Braun-Tesch



angela@hebammerei-rheingau.de



www.hebammerei-rheingau.de

Miteinander, Füreinander

Bauphase Bistro... Endergebnis



Außenbereich



Medienraum



Mini-Maxi-Treff



Bei uns ist Platz für alle Generationen

Kreativ, Bunt, Vielfältig



Mehr als nur ein Haus

Familienaufstellung

Die Teilnehmer des Seminars formulieren ihr Thema, das sie anschauen bzw. das Anliegen, zu dem sie Einsichten gewinnen möchten. Mit der Familienaufstellung werden dazu die relevanten Beziehungen innerhalb der zugehörigen Familie mithilfe von Stellvertretern in einer Art „Rollenspiel“ dargestellt. Dabei kann die Qualität der Beziehungen und deren Wirkung auf jeweils die einzelnen Mitglieder wahrgenommen werden. Ziel ist es, zu erkennen, welche Beziehungen möglicherweise belasten oder vielleicht daran hindern, dass der Einzelne sich im Leben frei entfalten kann.

Anmeldung ist erforderlich

Termine: 09:00 – 18:00 Uhr
05. + 06.03.2022
14. + 15.05.2022
02. + 03.07.2022
08. + 09.10.2022
03. + 04.12.2022

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kosten: 200,00 Euro

Ansprechpartner:

Christian Rose (Resilienztrainer)

Rose Resilienz e. K.

Adam-von-Itzstein-Straße 39

65375 Oestrich-Winkel

 06723/9088880

 info@rose-resilienz.de

 www.rose-resilienz.de

ROSE RESILIENZ
Die Kultur der inneren Stärke

Resilienz – Die Kultur der inneren Stärke

Wie finde ich zu alter Stärke

Rückschläge, Frustration, Stress oder Lebenskrisen können uns schwächen und unsere Widerstandskräfte herausfordern. Dies betrifft das persönliche wie auch das berufliche Umfeld. Innere Prozesse oder der Einfluss äußerer Umstände können uns aus dem Gleichgewicht bringen. Mit einem Resilienztraining lernen Sie Ihre persönlichen Ressourcen zu reaktivieren und zu „alter Stärke“ zurückzufinden. Dabei werden die 7 Säulen der Resilienz betrachtet:

- Optimismus
- Akzeptanz
- Lösungsorientierung
- Opferrolle verlassen
- Verantwortung übernehmen
- Netzwerkorientierung
- Zukunftsplanung

Mit gezielten Übungen erlernen Sie, die genannten Resilienzfaktoren zu reflektieren und Ihr Bewusstsein für die innere Stärke zu schärfen. Konkrete Handlungsschritte für persönliche wie auch berufliche Themen werden Ihnen dabei helfen, Ihre innere Stärke zu reaktivieren und zu erhalten.

Termine: 16:00 – 20:30 Uhr
11.03.+18.03.2022 08.07.+15.07.2022
09.09.+16.09.2022 11.11.+18.11.2022

Vorab finden kostenfreie Informationsabende statt:

1. Infoveranstaltung: Montag, 07.02.2022, 17:30 Uhr
2. Infoveranstaltung: Donnerstag, 28.07.2022, 17:30 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kosten: 150,00 Euro/Workshop

Anmeldung und Information:

Christian Rose (Resilienztrainer)

 06723/9088880

 info@rose-resilienz.de

 www.rose-resilienz.de

ROSE RESILIENZ

Die Kultur der inneren Stärke

Yoga für Liebhaber und Neugierige

In einer hektischen Welt geht schnell die eigene Mitte verloren. Yoga ist ein Weg um seine geistige und körperliche Kraft zu stärken.

In diesem Kurs werden körperliche Übungen (Asanas) praktiziert und erlernt, um den gesamten Körper zu stärken, dabei ist auch die eigene Körperwahrnehmung zentral. Darüber hinaus werden auch die Grundlagen der Yoga-Philosophie thematisiert, um so einen ganzheitlichen Einblick in die Welt des Yogas zu geben.

Neugierige und Anfänger sind genauso willkommen wie bereits 'Yoga-Erfahrene'.

Termine: Di. 18:30 – 20:00 Uhr

Kursbeginn: 10.05.2022

Kosten: 11 €/Einheit

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses

Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Tanzcafe für Demenz u.a. Erkrankungen

„Heilsamer Rhythmus für Körper und Seele“

Ein Tänzchen in Ehren, Musik in den Ohren !

An der Hochschule in Heidelberg und Alanas Hochschule in Bonn wird seit 20 Jahren die (Heil-) kraft des Tanzens erforscht.

Demenz- und Parkinsonpatienten erlernen wieder mehr Mobilität und Lebensfreude.

2017 wurde in einer Studie nachgewiesen, dass das Tanzen mit seiner speziellen Kombination aus Gedächtnis- und Bewegungstraining dabei helfen kann, Demenz zu verlangsamen.

Tanzen kann soziale Brücken bauen, Freundschaften, Liebe- und sogar Frieden stiften.

„Der Fokus liegt auf Freude und Spaß“ bei Musik, Tanz, Kaffee und Kuchen.

Termine: 14:00 – 16.00 Uhr
Sa 11.06.2022 Schnuppertag
Sa 16.07.2022
Sa 17.09.2022
Sa 12.11.2022

Kosten: 5 € / Person / Termin
Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgH@oestrich-winkel.de

Gymnastik mit dem Thera-Band

Das Thera-Band wird seit Jahren erfolgreich in orthopädischen Bereichen eingesetzt. Muskeln und Gelenkfunktionen werden wieder hergestellt. Die wichtigsten Muskelgruppen des Körpers werden optimal trainiert und so die Bewegungsdefizite ausgeglichen.

Mitzubringen sind ein Thera-Band Rot, Länge 2,50 m und 1 Handtuch.

Das neue fortlaufende Präventionsangebot findet zu folgenden Terminen statt:

Termine: jeden Dienstag von 09.30 – 11:00 Uhr

Kursbeginn: Dienstag 22.03.2022

Kosten: 5,00 € / Sitzung

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 10 Personen begrenzt.

Gute Laune ist inbegriffen.

Wo: Mehrgenerationenhaus

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Sturzprävention

Dieses Präventionstraining hat zum Ziel, das Sturzrisiko zu minimieren und zukünftige Stürze zu vermeiden. Die Vermeidung von Stürzen im Alter erfordert eine vielschichtige Präventionsarbeit.

Unsere langjährige Physiotherapeutin bietet gezielte Übungen für bis zu 10 Personen an. Hierdurch wird eine höhere körperliche Fitness und Aktivität durch Anwendung des Kraft-Balancetrainings erzielt.

Bequeme Kleidung und etwas zu trinken empfiehlt sich mitzubringen.

Termine: Do. 09:00 – 10:00 Uhr

Di. 17:00 – 18:00 Uhr

Wo: Do. Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Di. Pfarrhof Mariae Himmelfahrt, Saal

Kosten: 4,00 €/ Stunde

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,

Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Fastenkurs

„Fit und vital durch die dunkle Jahreszeit!“

Die Tage werden bald kürzer, wir ziehen uns mehr (in uns) zurück, die Sonne - unser Vitamin D Lieferant - macht sich rar, was uns oftmals auf unsere Stimmung schlägt.

In diesem Fastenkurs mobilisieren wir unsere Kräfte um gestärkt in die kommende Jahreszeit zu gehen.

Kursinhalte:

- Sie erhalten ein Skript mit zahlreichen Informationen rund um das Thema Fasten, Rezepte und wertvolle Tipps um sich die Fastenzeit möglichst angenehm zu gestalten.
- Regelmäßig hat die Gruppe die Möglichkeit zum gegenseitigen Austausch.
- Gemeinsam geht die Fastengruppe walken und wandern.
- Entspannungseinheiten (Meditation, Traumreise, progressives Muskelentspannen) sind Bestandteil des Kurses
- Immer mehr Menschen leiden an Unverträglichkeiten und Allergien. Sie lernen in diesem Kurs auch alternative und gesunde Lebensmittel und Produkte kennen die bereits vorhandene Erkrankungen positiv beeinflussen können (Erdmandeln, Pseudogetreide, Kamut, Emmer, Urdinkel, ...).
- Zu jedem Treffen werden Fastentees und Wasser bereit gestellt.

Fastenkurs

Der Fastenkurs richtet sich an gesunde Menschen und ist auch für Fastenunerfahrene sowie ältere Menschen geeignet.

Bei gesundheitlichen Problemen konsultieren Sie bitte vorher Ihren Arzt. Klären Sie bitte mit Ihrem Arzt ab, ob er Ihnen eine Ernährungsumstellung empfiehlt.

Termine: Mo 10.10. / 18.00 – 19.30 Uhr Vorgespräch
(dieser Termin ist Teil des Fastenkurses)
Gemeinsame Treffen:
Sa 15.10. / 10.00 – 12.00 Uhr
Mi 19.10. / 18.00 – 20.00 Uhr
Fr 21.10. / 18.00 – 20.00 Uhr
So 23.10. / 10.00 – 12.00 Uhr
Mi 26.10. / 18.00 – 20.00 Uhr
Fr 28.10. / 18.00 – 20.00 Uhr
So 30.10. / 10.00 – 12.00 Uhr

Information:

Diana Gertheinrich

 info@psychotherapie-paedagogik.de

Wo: Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel

Kosten: 220 € / Kurs

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

IDOGO®- Kurs

Mit IDOGO® in die eigene Achtsamkeit

Den Alltag vergessen, Stress ablegen und Verspannungen lösen: Gönnen Sie sich belebende Abendstunden mit sanften Entspannungsmethoden und Harmonie.

Achtsamkeitstrainerin Pia Forkheim übt mit Ihnen das Zusammenspiel von Körper und Wahrnehmung mit dem IDOGO®-Stab, einer asiatischen Qi Gong-Methode zur Kräftigung und Harmonisierung des Körpers. Geschmeidige, sensitive Dehn- und Körperübungen lockern Ihre Verspannungen, fördern Ihr Gleichgewicht und sorgen für eine gesündere Haltung.

Max. Teilnehmer*innen Anzahl: 10 Personen, einen IDOGO®-Stab erhalten Sie jeweils vor Kursbeginn!

Termin: je 8 Trainingseinheiten á 60 Minuten
donnerstags von 18:00 - 19:00 Uhr
Frühjahr 20.01.2022 – 17.03.2022
Herbst 06.10.2022 – 29.11.2022 (außer 20.10.22)

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kosten: 128,00 Euro

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Anmeldung und Information:

Pia Forkheim

Mainzer Straße 31

65375 Oestrich-Winkel



01778526651



info@forkheim-coaching.de



www.forkheim-coaching.de

Gedächtnistraining

„Wo habe ich bloß die Brille wieder hingelegt?“ Wenn Sie sich solche und ähnliche Fragen häufig stellen oder Sie Spaß am gemeinsamen Rätseln haben, dann sind Sie in dieser Gruppe genau richtig.

Hier wird unter Anleitung das Gehirn gefordert und somit gefördert, um die geistige Leistung aufrechtzuerhalten oder sogar zu verbessern- und nebenbei lernt man vielleicht noch das ein oder andere dazu und führt amüsante Gespräche. Ebenso kann man sich bei der Gelegenheit auch noch über andere Angebote informieren.

Termine: jeden Mittwoch
10:00 – 11:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kosten: 2,00 € / Stunde

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

PC-Kurse für Senioren

Mehrmals im Jahr werden dienstags vormittags und nachmittags PC-Kurse für Senioren*innen unter fachmännischer Anleitung angeboten.

Die Inhalte sind an den Kenntnisstand der Teilnehmer angepasst. Von der Nutzung und Handhabung des PC, die Einführung des Internets bis zum Umgang mit dem Office-Paket. Ob Anfänger oder Fortgeschrittener. Hier findet jeder den richtigen Kurs.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Termine: (I) Di. 09:00-10:30 Uhr
(II) Di. 11:00-12:30 Uhr
(III) Di. 13:00-14:30 Uhr

Kursbeginn: Frühjahr: 25.01. – 05.04.2022 (außer 01.03.)
Herbst: 13.09. – 22.11.2022 (außer 25.10.)

Wo: Mehrgenerationenhaus, Medienraum, 1. Stock

Kosten: 50,00 € / 10 Einheiten

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Mediensprechstunde - Di@Lotsen

Die Digitalisierung macht Vieles im Leben leichter. Per App Bilder und Nachrichten mit der Familie und Freunden teilen, Bankgeschäfte und Einkäufe online erledigen oder den eigenen Körper per Fitnessuhr überwachen. Speziell für Senior*innen und gerne auch für Interessierte aller Altersgruppen bieten Di@Lotsen, unsere Digitalbotschafter*innen, mit den Projekt „Digital im Alter“ eine Möglichkeit, teil dieser Entwicklung zu sein und aktuell informiert zu bleiben.

Wir laden herzlich zu regelmäßigen Infoveranstaltungen ein.

- Termin:** Beginn 17.02.2022,
i.d.R. jeden 3. Donnerstag eines Monats
15:00 – 17:00 Uhr
- Wo:** Mehrgenerationenhaus Bistro oder Medienraum
- Kosten:** kostenfrei

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Englischkurs für Senioren

Möchten Sie sich in lockerer Atmosphäre unter der Anleitung einer muttersprachlichen Dozentin fit für die nächste Ferienreise oder dem Besuch im Ausland machen? Haben Sie Interesse Ihren englischen Wortschatz gemeinsam in der Gruppe wieder aufzufrischen?

Wir orientieren uns an den Inhalten des Lehrbuches „Sterling Silver“ (ab Unit 15) und Ihrer individuellen Sprachgrundlagen. Im Mittelpunkt steht jedoch das freie Sprechen. Die grammatischen Inhalte werden in sinnvollen Zusammenhängen lernunterstützend vermittelt. Grundkenntnisse sind erforderlich.

Während der Schulferien finden keine Termine statt.

Termine: Mo. 10:00 – 11:30 Uhr

24.01.2022 – 04.04.2022 (nicht Rosenmontag)

05.09.2022 – 21.11.2022

(nicht in den Herbstferien)

Wo: Mehrgenerationenhaus, Bildungsraum, 1. Stock

Kosten: 90,00 Euro/ 10 Einheiten

Um vorherige Terminvereinbarung wird gebeten.

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Lernwerkstatt für Kinder und Jugendliche

In der Lernwerkstatt werden Kinder und Jugendliche mit Fluchtgeschichte aus Oestrich-Winkel in Kooperation mit Schülern der Internatsschule Hansenberg bei ihren Hausaufgaben, sowie bei der Prüfungsvorbereitung bei Schularbeiten ehrenamtlich betreut.

Termine: jeden Mittwoch, außer in den Schulferien

16:30 – 18:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Bildungsraum, 1. Stock

Information und Anmeldung:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de



Offener Treff



Was beinhaltet den Offenen Treff im MGH?

In unseren offenen Treffangeboten können Sie sich entspannen oder sich mit anderen Menschen austauschen.

Das Herz aller Mehrgenerationenhäuser schlägt im Offenen Treff, in unserem Fall ist der zentrale Ort unseres MGHs – das Bistro-Café. Hier kommen Menschen miteinander ins Gespräch und knüpfen erste Kontakte. Der Offene Treff ist Frühstückstreff-Ort, Mittagstisch und auch Caféstube, aber hier bieten wir auch u.a. einen Erzählsalon, Spieltreff, Treffpunkt der Generationen als Kulturraum und „Wohnzimmer“ für alle.

Hier können sich Interessierte und Engagierte mit ihren Erfahrungen und Fähigkeiten einbringen und zugleich vom Wissen und Können der anderen profitieren. Viele Projekte sowie Angebote des Mehrgenerationenhauses Oestrich-Winkel wurden und werden im geselligen Bereich des Offenen Treffs „geboren“.

Insgesamt gesehen bietet sich in unseren offenen Treffangeboten ebenfalls die Gelegenheit sich zu entspannen oder sich mit anderen Menschen austauschen, sich kennenzulernen.

Unser Bistro-Café – der MGH Mittelpunkt

Es ist das Herzstück und konstitutives Merkmal im Mehrgenerationenhaus, geplant ist eine tägliche Öffnung werktags von früh bis spät für alle Menschen – Jung und Alt.

Es soll Gestaltungs- und Treff-Ort für Menschen mit unterschiedlichen kulturellen, sprachlichen und, religiösen Hintergründen werden. Ebenso ist es ein Ort für bildungsgewohnte und bildungsferne Menschen, für gesunde und kranke Menschen.

Hier ermöglichen wir Partizipation als wesentliches Element von Integration - dafür braucht es Gelegenheitsstrukturen. Es ist ein Treff zwischen Privatheit und Öffentlichkeit - ein neuer halböffentlicher Raum als Gestaltungsrahmen zur Aktivierung der eigenen Aktivitätspotenziale sowie Kristallisationspunkt für Mischungen von sozialen und kulturellen Aktivitäten im Stadtteil und in der Region, die Generationen auf vielfältige Weise miteinander in Kontakt bringen.

Wir hoffen im Frühjahr 2022 mit einem Partner das Programm und Angebot des Bistros zu starten. Das Café- Angebot soll durch das freiwillige Engagement gestaltet werden.

Auch hier sind aktive Bäcker und Bäckerinnen gefragt unseren Raum mit Backduft zu verzaubern und Gäste anzulocken.

Sollten Sie Zeit, Interesse und kreative Ideen zur Gestaltung eines MGH-Zweckbetriebes des Cafés haben, so heißen wir Sie herzlich willkommen sich mit uns diesbezüglich bald auszutauschen, damit auch hier ein neuer Anlaufpunkt entsteht.

Neuigkeiten zum Start eines Café-Bistro-Betriebes im MGH Oestrich-Winkel entnehmen Sie dann bitte der lokalen Pressen oder aber melden Sie sich unter:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de



Stillcafé

Dieser Treff soll nicht nur ein Ort für Fragen, sondern auch ein Ort des Austauschs und der gegenseitigen Bestärkung sein. Authentisch und offen tauschen wir uns in einem geschützten Rahmen über die Herausforderungen und auch die besonderen Freuden einer Stillbeziehung aus. Gerne unterstützt sie eine ausgebildete Stillberaterin der La Leche Liga, praktisch beim Anlegen, Stillen und Stillfragen. Auch langzeitstillende Mutter-Kind-Paare sind herzlich willkommen, wie auch jede Mutter, die die Gemeinschaft und Unterhaltung der Gruppe genießen möchte.

- Termin:** Am 2. Mittwoch eines Monats um 10:00 Uhr
bei Bedarf: wöchentlich
- Wo:** Mehrgenerationenhaus, Mini-Maxi-Treff
- Kosten:** 4 € pro Teilnehmer

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Drop In(klusive) / Mini-Maxi-Treff

Jeden Dienstag betreut eine Familienberaterin die Eltern-Kind- Gruppe.

Dieser offene Treff ermöglicht eine Begegnung bei Gespräch und Spiel, sowie im Austausch einen positiven Blick auf das Familienleben zu legen. Die Klärung individueller Erziehungsfragen oder Familienkonflikte, sowie persönliches Coaching sind auf Anfrage auch nach Vereinbarung in Einzelberatungsgesprächen durch die Familienberaterin/ Elternbegleiterin möglich.

Termine: jeden Dienstag 09:00 – 11:00 Uhr und/oder
15:00 – 17:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, DropIn
Mini-Maxi-Treff, 1. Stock

Kooperationspartner:

Karl Kübel Stiftung
für Kind und Familie



HESSEN



Hessisches Ministerium
für Soziales und Integration

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de

Krabbeltreff

Ein weiterer offener Krabbeltreff für die ganz Kleinen (0-1 Jahre) ermöglicht den Eltern und Kindern miteinander beim Spielen neue Kontakte und Freundschaften zu knüpfen..

Die selbstorganisierten Gruppen trifft sich i.d.R. wöchentlich zum gemeinsamen Austausch und Kennenlernen im Mini-Maxi-Treff-Raum des Mehrgenerationenhauses Oestrich-Winkel.

Termine: jeden Donnerstag 15:30 – 17:00 Uhr
 jeden Freitag 10:00 – 12:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus,
 Mini-Maxi-Treff, 1. Stock

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Mädchentreff

Die Stadtjugendpflege bietet in Kooperation mit der „Kinder- und Jugendfarm Oestrich Winkel e.V.“ und dem Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel einen wöchentlichen Mädchentreff an.

Hier können Mädchen ab dem 5. Schuljahr in vielfältigen Aktivitäten sich untereinander austauschen, Musik hören und je nach Veranstaltungsort, backen, kochen, Stockbrot machen oder auch alkoholfreie Cocktails mixen.

Im Sommer trifft man sich auf der Kinder- und Jugendfarm am Elsterbach, im Winter im Mehrgenerationenhaus.

Termine: Di. 18:00–20:00 Uhr

Wo: MGH, Untergeschoss, Jugendraum,
bis zum 08.04.2022 und ab 31.10.2022
Sommersaison ab 25.04.2022 – 21.10.2022:
Kinder- und Jugendfarm am Elsterbach

Kooperationspartner:



Ansprechpartner und Information:

Daniela Ruthardt



stadtjugendpflege@oestrich-winkel.de

Café-International

Das Café International ist ein offener Treff für Menschen mit Migrationsgeschichte und Bürger*innen. Hier werden immer zu einem bestimmten Thema verschiedene Aktivitäten und Vieles mehr angeboten. Beispielsweise Kürbisse aushöhlen und Kürbissuppe kochen im Herbst.

In diesem Treff sollen Kontakte geknüpft und die Sprachkompetenz gestärkt werden. Ferner können hier Probleme im Alltag und insbesondere zu Integration besprochen werden. Des Weiteren können sich hier interessierte Bürger, die sich gerne für Menschen mit Migrationsgeschichte einsetzen möchten, informieren.

Termine: jeweils 15:00 – 17:00 Uhr am

Sa. 07.05.2022

Sa. 09.07.2022

Sa. 10.09.2022

Sa. 05.11.2022

Wo: Mehrgenerationenhaus

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Treffpunkt: Alleinerziehend

Treff für alleinerziehende Mütter und Väter

Die Herausforderungen des Alltags bedeuten für Alleinerziehende und allen Familienmitgliedern oftmals eine Gratwanderung zwischen Familie und Beruf. Das führt oft zu einem Gefühl der Überforderung.

Ein Austausch mit Gleichgesinnten kann helfen und stärken.

Jedes Treffen dient dem Kennenlernen, Austausch und gemeinsamen Spiel mit den Kindern. Bei gutem Wetter besteht die Möglichkeit draußen zu sein.

Die vom Kinderschutzbund Rheingau e.V. organisierten Treffen finden im Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel statt.

Man muss mit seinen Sorgen und Nöten nicht alleine bleiben. Schauen sie gerne vorbei!

Termine: der letzte Montag eines Monats außer
Februar (Rosenmontag und August MGH-Pause)
17:00 – 18:30 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Spieletreff

Der Spieletreff für Junggebliebene

Sie spielen gerne Gesellschaftsspiele und Karten? Sie möchten neue Spielbegeisterte kennenlernen?

Einmal monatlich findet in geselliger Runde ein Spieletreff spielbegeisterter Menschen statt. Sie können eigene Spiele mitbringen oder neue Spiele kennenlernen.

Schauen Sie rein. Gute Laune ist vorprogrammiert.

Termin: am 2. Dienstag im Monat
14:00 – ca. 16:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Bistro, Erdgeschoss

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Senioren Singkreis

Im Saal des Mehrgenerationenhauses Oestrich-Winkel findet an jedem 3. Dienstag im Monat um 16.00 Uhr der Singkreis für Senioren und Seniorinnen statt.

Im Mittelpunkt dieses Gesangsprojekts stehen in erster Linie das gemeinsame Singen alten Liedguts, rhythmisches Begleiten von Musikstücken und der Spaß am Gesang in der Gruppe. Die Teilnahme am Singkreis für Senioren ist kostenfrei.

Weitere Sängerinnen und Sänger sind jederzeit herzlich eingeladen.

Termine: am 3. Dienstag des Monats

16:00 – 17:00 Uhr

Kosten: kostenfrei

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de

Digitaler Stammtisch

Im digitalen Stammtisch werden via Videokonferenz aktuelle Themen im Umgang mit digitalen Medien erläutert und kontrovers diskutiert. Themen sind Digitale Kommunikation und soziale Netzwerke; Mobilität und Reisen; sowie digitale Helfer und künstliche Intelligenz. Auf eigene Themen und Ideen kann bei frühzeitiger Anmeldung eingegangen werden. Anschließend an die Konferenz können detaillierte Fragen zu eigenen Geräten und eigener Software gestellt und gemeinsam erarbeitet werden. Kompetente Betreuer geben Hilfe zur Selbsthilfe. Grundkenntnisse werden hierfür vorausgesetzt.

Termin: Termine entnehmen Sie der Presse und/oder sozialen Medien

Wo: Mehrgenerationenhaus, Medienraum, 1. Stock

Kooperationspartner:



Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Parlez-vous français?

Bavardons un peu!

Möchten Sie Ihre grundsätzlich guten Französischkenntnisse in einer lockeren Runde auffrischen?

Dann sind Sie hier richtig. Wir wollen in entspannter Atmosphäre unter fachkundiger Anleitung französisch sprechen, Neues lernen und uns gegebenenfalls neue Grammatikkenntnisse aneignen oder vorhandene auffrischen. Die Themen werden vorab gemeinsam festgelegt.

**Die Teilnehmeranzahl ist auf 3 bis 10 Personen beschränkt.
Um Anmeldung wird gebeten.**

Termin: Monatlich 2. und 4. Freitag
10:00 – 11:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Bildungsraum, 1. Stock

Kursleitung: Gabriele Schmitt

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Schreibwerkstatt – kreatives Schreiben

Sie glauben, dass Sie nicht schreiben können?- Irrtum jeder kann schreiben!

Es fängt mit dem ersten Wort auf einer leeren Seite an und endet damit, dass man nach einer oder manchmal auch 300 Seiten und mehr, den Schlusspunkt setzt.

Mit Schreiben kann man die Lust am Reimen, an der Sprache entdecken, oder in fantastische Fabelwelten und Galaxien reisen. Schreiben kann aber auch dazu beitragen, Lebenskrisen zu bewältigen, oder um den Kindern und Enkeln einen persönlichen Blick auf sein Leben zu hinterlassen.

Marc Twain sagt: „Schreiben ist ganz einfach. Man muss nur die falschen Wörter weglassen.“

Wir helfen Ihnen dabei. Jeder Weg fängt mit den ersten Schritt an und jedes Gedicht und jede Geschichte mit dem ersten Wort.

Termine: 10:00 – 12:00 Uhr

1. und 3. Freitag eines Monats

Wo: Mehrgenerationenhaus, Bildungsraum

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Repair-Café

Was macht man mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert? Oder mit dem Lieblingspullover mit Riss? Wegwerfen? - Nein!

Verschiedene ehrenamtliche „Fachleute“, wie Elektriker*innen, Näher*innen, Mechaniker*innen und Allrounder stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und geben Ihnen Hilfe zur Selbsthilfe.

Gäste bringen ihren gesäuberten, defekten Gegenstand mit und können in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen Ihren Gegenstand reparieren (lassen).

Mögliche Ersatz- und Anschlussteile, insbesondere Akkus und Batterien, müssen von den Besucher*innen besorgt werden. Um Bedienungsanleitungen wird gebeten, sofern vorhanden.

Wenn Sie selbst begeisterter, engagierter Bastler/Tüftler/Experte auf einem Fachgebiet sind - neue Mitstreiter sind herzlich willkommen.

Termine: am 1. Freitag des Monats,
15:00 – 18:00 Uhr (Annahmeschluss 17:00 Uhr)

Wo: Mehrgenerationenhaus, Kreativraum

Kosten: Spendenbasis

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de

MiniHerzchen e.V. Handarbeitstreff

Die Helfer*innen vom MiniHerzchen e.V. häkeln, stricken und nähen alles, was in Kliniken für Frühchen und Sternenkinder benötigt wird. In winzigen Größen und mit Ausgängen für Versorgungskabel wird alles so hergestellt, dass es im Klinikalltag nicht nur schön, sondern auch praktisch ist.

Wolle, Stoffe und Schnittmuster sind vorhanden. Nähmaschinen, Strick und Häkelnadeln sollten bitte mitgebracht werden. Weitere kreative Mitwirkende sind herzlich eingeladen!

Termine: am 1. Montag eines Monats ab Februar
17:00 – 19:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Kreativraum

Ansprechpartner und Kooperationspartner:

Kathrin Berheide

 k.berheide@miniherzchen.org

 www.miniherzchen.org



MiniHerzchen e.V.

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Bewegungsparcours-Aktivpark Rheingold

Besuchen Sie unseren Outdoor-Bewegungsparcours, auf den Radweg erreichbar, unterhalb der Rheingauer-Straße 103 in 65375 Oestrich-Winkel, Ortsteil Mittelheim, (siehe Karte im Klappentext).

Der Bewegungsparcours ist frei zugänglich und bildet ein kostenfreies, offenes Angebot für alle Bürger*innen und Touristen.

Nach einer Aufbauphase von zwei Jahren wurde dieses Aktivparkgelände mit 4 Geräten im September 2012 eröffnet. Viele Spenden- und Benefizaktionen, initiiert von der Stadt Oestrich-Winkel, dem MGH und dem Seniorenbeirat, haben dazu beigetragen, dass nun jedermann dieses Übungsgelände nutzen kann.

„Trapezius“ ist eines von vier Fitnessgeräten: Vorne Fahrrad zur Kräftigung der Beinmuskulatur; hinten Armbeuger zum Trainieren der Arm- und Nackenmuskulatur.

Ferner gibt es den „Twister, den „Double Airwalker“ und zur Entspannung die „Armrotation“.

Alle Übungen werden auch vor Ort an einer Tafel mit Bildern erläutert.

Schauen Sie vorbei, halten Sie sich fit!

Übrigens ist der Aktivpark nicht nur für Erwachsene und ältere Menschen, sondern auch für Jugendliche und Kinder geeignet.

Nordic Walking Gruppe

Bewegung und Begegnung

Weil es in der Gruppe einfach mehr Spaß macht !

Wir wollen Menschen zusammen bringen, denen Bewegung in der Natur wichtig ist. Eine Runde mit den Nordic-Walking-Stöcken in den Weinbergen fördert die Gesundheit und ist gut für die Seele.

Die reine Laufzeit wird ca. 1 Std. betragen. Tempo und Dauer richten sich nach der konditionellen Situation der Teilnehmer.

Wir betrachten uns als Freizeitgruppe die mobilisieren will, Spaß und Bewegung stehen dabei im absoluten Vordergrund.

Nordic-Walking-Stöcke sind selbst mitzubringen.

Termin: jeden Montag ab 04.07.2022
09:00 – ca. 10.30 Uhr

Treffpunkt: vor dem Mehrgenerationenhaus,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgg@oestrich-winkel.de

Öffentliche Ortsbeiratssitzungen

Der Ortsbeirat des Stadtteils Winkel lädt mehrmals im Jahr mittwochs ab 19:00 Uhr zu seiner öffentlichen Beiratssitzung im Multifunktionsraum des MGH ein.

Termine: jeweils 19:00 Uhr
26.01.2022,
30.03.2022,
06.07.2022,
14.09.2022,
26.10.2022,
30.11.2022

Wo: i.d.R. MGH, Erdgeschoss, Multifunktionsraum

Nähere Auskünfte und Information:

Ortsvorsteher Werner Fladung



werner.fladung@oestrich-winkel.de

Es sind die
Begegnungen
mit
Menschen,
die das
Leben
lebenswert machen.
[Guy de Maupassant]

Veranstaltungen



Smartphone-Workshop

Sie haben sich ein Smartphone oder Tablet zugelegt? Sie besitzen schon länger eins und können noch nicht richtig mit umgehen?

Dann bietet dieser Workshop sicherlich viele praxisnahe Informationen, Anleitungen und Kenntnisse für Interessierte, Neueinsteiger und Senioren*innen.

Der Workshop wird gestaltet von European Business School Studenten*innen in Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel. Inhaltlich wird möglichst frei von technischem „Kauderwelsch“ und Infos für Spezialisten, die Grundlagen und Anwendungen eines Mobilgerätes vermittelt.

Anmeldung ist erforderlich.

Termin: 28.01.2022 15:00 – 20:00 Uhr und
29.01.2022 10:00 – 15:00 Uhr
Herbsttermin entnehmen Sie bitte der Presse

Kosten: 30,00 €/ Teilnehmer

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Kreativer Filznachmittag

Filzen ist kinderleicht: Wolle wird dabei mit einer Filznadel oder mit Wasser und Seife so lange bearbeitet, bis die gewünschten Formen entstanden sind. So lassen sich aus bunter Wolle mit etwas Geduld und Geschick verschiedene dekorative und nützliche Dinge herstellen.

Die Filznachmittage sind offen für Jugendliche ab 12 Jahren sowie für Erwachsene. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Wolle in verschiedenen Farbtönen sowie sonstiges Material zum Filzen werden zur Verfügung gestellt.

Um Voranmeldung wird gebeten. Max. Teilnehmerzahl: 8

Termin: (I) 08.04.2022 Osterdeko
(II) 25.11.2022 Adventsbasteln
14:00 – 17:30 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Kreativraum

Kosten: 15,00 € / Teilnehmer
Materialpauschale

Anmeldung und Information:

Renate Schilling

 06723/601570

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Kreativer Bastelnachmittag für Kinder

Auf kreative Weise nähern sich Kinder zwischen 8 und 12 Jahren dem Jahreszyklus.

Ob Osterhase oder Tulpenblüte, Poolerlebnisse oder Kastanientierchen – der Kreativität werden keine Grenzen gesetzt.

Mit Garn, Stoff und Filz wird hier ein kindgerechter Zugang zum Heimwerken vermittelt unter geübter Leitung.

Termin (I) 13.04.2022 Frühlings-/Osterbasteln
Blüten, Hasen, Küken oder Schafe

(II) 26.10.2022 Herbstbasteln
Pilze, Kürbisse und Co.

15:00 – 17:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Gruppenraum

Kosten: 8,00 € / Teilnehmer
Materialpauschale

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mggh@oestrich-winkel.de

Babyführerschein für Großeltern

„Schreien stärkt die Lunge“.

„Wenn du es dauernd hochnimmst, verwöhnst du es.“ ...

Sie ahnen es, diese „guten Ratschläge“ sind längst überholt. Aber wie es richtig machen? Vor allem, wenn es im Alltag mit Ihrem Enkelkind anstrengend wird?

Als moderne Großeltern sind Sie offen für zeitgemäße Konzepte und möchten mehr Selbstvertrauen und Routine gewinnen, wenn Sie das Baby betreuen. Deshalb wurde diesen Kurs für Sie als „Babyführerschein“ konzipiert. Wir nehmen Sie bei der Hand und zeigen Ihnen, wie Sie sich sicherer fühlen und den Kontakt zu Ihrem Sonnenschein stärken können. Sie lernen, auf Ihre natürliche Kompetenz zu vertrauen und gelassener mit Ihrem Enkelkind umzugehen. In entspannter Runde können sie sich mit anderen Großeltern austauschen und Kontakte knüpfen, wenn Sie mögen.

Termin: lokale Presse und soziale Medien

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kooperationspartner:  aceki e.V.

Ansprechpartner und Information:

Karin Kalbantner-Wernicke und Dr. Thomas Wernicke



www.aceki.de

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Anmeldung

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,



06723/6036010



mggh@oestrich-winkel.de

Workshop - Der erste Eindruck zählt

Farb- und Stilberatung

Erfahren Sie im Workshop mit Frau Sabine Schmal, Inhaberin von „Lumicolore“, welcher Farbtyp Sie sind und wie Sie Ihren individuellen Stil durch typgerechte Kleidung und typgerechtes Make-up positiv unterstreichen können. Durch einfache Mittel und passende Kleidung, die sowohl ansprechend wirken als auch die Persönlichkeit widerspiegeln, kann der erste Eindruck verbessert und die Erfolgsaussichten auf dem Arbeitsmarkt verbessert werden.

Termin: 27.04.2022, 09:00 – 12:30 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Kooperationspartner:  **Bundesagentur für Arbeit**
Agentur für Arbeit Wiesbaden

Ansprechpartner und Information:

Stephanie Müller (BCA)

 0611/9494473

 wiesbaden.bca@arbeitsagentur.de

 www.arbeitsagentur.de/wiesbaden

Vorherige Terminvereinbarung ist erwünscht.

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

MGH-Tag der offenen Tür – mit „U 100 Party“

Wir laden herzlich ein zum Besuch der offiziellen Eröffnung unseres Mehrgenerationenhauses Oestrich-Winkel.

Kommen Sie vorbei und schauen Sie sich unsere Angebote und Räume näher an.

Erleben Sie unseren offenen Treff und nutzen Sie die Gelegenheit, die neuen Räumlichkeiten am neuen Standort sowie unsere umfangreiche Angebotspalette für Jung und Alt näher kennenzulernen.

Der offizielle Eröffnungstag endet mit einer „U100 Party“, zu der wir herzlich einladen.

Gerne stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Verfügung und freuen uns auf Sie, Ihre Fragen. Ideen und Anregungen nehmen wir gerne auf.

Termin: 21.05.2022

15:00 – 22:00 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus Haus und Außengelände



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

Flohmarkt der Generationen

Im Spätsommer 2022 findet auf dem Gelände des MGH-Außengelände ein „Flohmarkt der Generationen“ statt, bei dem jeder nach Voranmeldung und einer geringen Standgebühr teilnehmen kann.

Der Flohmarkt ist ausschließlich für private Anbieter.

Firmen und professionelle Anbieter können nicht teilnehmen.

Termin: 18.09.2022

Kosten: 5,00 Euro Standgebühr und ein Kuchen

Wo: Mehrgenerationenhaus Außengelände

Tische und anderes Standmaterial muss selbst mitgebracht werden.

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de

Reisebericht in Wort und Bild

Höhepunkte der antiken Seidenstraße in China

Eine außergewöhnliche Reiseroute auf der Seidenstraße von Urumqi über Turfan, Dunghuang, Lanzhou, Tianshui nach Xian. Spannende Bilder von den wichtigsten kulturhistorischen Höhepunkten der Seidenstraße sowie farbenprächtige Felslandschaften und eine Expedition zum höchsten Sandgipfel unserer Erde in der Wüste Badain Jaran. Kurzum, erleben Sie eine fantastische Kombination zwischen Kultur und Natur.

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Eine freiwillige Spende ist jedoch gerne gesehen.

Termine: Mi, 21.09.2022

19:30 Uhr

Wo: Mehrgenerationenhaus, Multifunktionsraum

Anmeldung und Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Lebendiger Adventskalender

01.12.2022

Wir läuten die Adventszeit ein. Das 1. Türchen öffnet sich!

Sie sind herzlich eingeladen zu einem kleinen, musikalischen Programm und anschließendem gemütlichem Beisammensein bei Glühwein und Apfelpunsch.

Bitte bringen Sie sich einen eigenen Becher für Glühwein oder Apfelpunsch mit.

Der „Lebendige Adventskalender“ besteht aus 23 verschiedenen adventlichen Kurz-Veranstaltungen im privaten, institutionellen und kirchlichen Umfeld, jeweils vom 01.12.-23.12.

Entdecken Sie weitere schöne Orte in Oestrich-Winkel, jeweils um 18:00 Uhr, mit Becher und guter Laune.

Termin 01.12.2022, 18:00 Uhr

Wo: MGH-Außengelände



Information:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

☎ 06723/6036010

✉ mgh@oestrich-winkel.de



Feedback

HOW TO SUPPORT YOUR friends' small business WITHOUT SPENDING ANY MONEY

@ADRIAADAMSCO

SHARE
THEIR
POST



LIKE
THEIR
POST



TAG A
FRIEND



COMMENT
SOMETHING
NICE



COMMENT
AN EMOJI



POST
A PIC
(especially if
you do purchase
something)

SHOUT
THEM
OUT



LEAVE A
REVIEW





IM NAMEN
DES RHEINGAU-TAUNUS-KREISES

wird dem

„Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel“

der Präventionspreis 2020

für herausragende Arbeit

verliehen

9. Dezember 2021

*(Frank Kilian)
Landrat*

Präventionspreis des Rheingau-Taunus-Kreises für unsere
MGH-Überraschungspost - DANKE -



Was Sie uns schon immer sagen wollten:

Liebe MGH-Gäste,

Auf dieser letzten Seite möchten wir Ihnen die Möglichkeit geben uns und unsere Arbeit anonym zu bewerten:

Über Ihre Mitarbeit freuen wir uns, da Ihre Rückmeldung uns hilft unsere Angebote zu verbessern, Neue bedarfsgerecht zu generieren und Missstände abzubauen. Lob nehmen wir ebenfalls gerne entgegen.

Ihr MGH-Team erreichen Sie wie folgt:

Büro des Mehrgenerationenhauses,
Bachweg 37 b, 65375 Oestrich-Winkel,

 06723/6036010

 mgh@oestrich-winkel.de

Abschließend gilt es hier ein weiteres Mal allen Freunden, Förderern, Mitarbeitern, Kooperationspartnern, Mitstreitern und freiwillig Engagierten



zu sagen für die:

- gewissenhafte Mitarbeit
- die verlässliche Kooperation
- vielen unzähligen ehrenamtlichen geleisteten Stunden im MGH
- das eingebrachte Know How
- den großzügigen Spenden/Spendern
- den vielen Ideen, neuen Impulsen und das entgegengebrachte Vertrauen.

Ohne dieses anhaltende Engagement wäre das Mehrgenerationenhaus –Familienzentrum- nicht zu dieser bürgernahen, bedarfsorientierten, sozialen Anlaufstelle für Jeden geworden. Inzwischen konnten viele soziale Versorgungslücken geschlossen werden und somit wurden zahlreiche Angebote zur Ermöglichung des selbstbestimmten Lebens für jedes Alter für unsere Kommune und die Region Rheingau, bereitgestellt.

Besten Dank, so soll es weitergehen!

Anreise mit dem Bus:

Mit Linie 181 bis Haltestelle
„Schule“



Mehr Generationen Haus

Miteinander – Füreinander

Bachweg 37 b

65375 Oestrich-Winkel

Anreise mit dem Bus:

Mit Linie 171 bis Haltestelle
„Brentanohaus“

Ausfahrt Rewe

Schiffsanlegestelle



Unser neuer Standort



Bachweg 37b



**Mehr
Generationen
Haus**

Miteinander – Füreinander

OESTRICH-WINKEL

**BEI UNS IST PLATZ FÜR
ALLE GENERATIONEN**



WWW.MEHRGENERATIONENHAEUSER.DE



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Familienzentren
HESSEN