

Offene Angebote

- **Frühstückstreff für Jung und Alt**

Ein leckeres Frühstück in Gemeinschaft genießen.

Anmeldung bis zum Vortag im MGH.

Immer am 2. Mittwoch und 3. bzw. 4. Dienstag im Monat (immer in der Woche vor dem Pizzabend).

Mi., 11.12., 9:30 Uhr

Di., 23.12., Fällt aus!

- **Spiele-Nachmittag für Jung und Alt**

Gemeinsam spielen und einen schönen Nachmittag bei Kaffee, Tee und Gebäck verbringen.

Findet zurzeit leider mangels Teilnahme nicht statt!

Wer hat Lust den Spielenachmittag wieder mit Leben zu füllen? Meldet euch gerne bei uns!

- **Offener Handarbeitstreff**

Nähen, Stricken, Häkeln, Sticken usw. Wir wollen uns treffen um Ideen auszutauschen, uns gegenseitig zu helfen uvm., Nähmaschinen, Häkel- und Stricknadeln, Material sind z.T. vorhanden oder man bringt sich eigenes Material mit.

Fällt aus!

- **Mittagstisch für Jung und Alt**

Mit netten Menschen gemeinsam zu Mittag essen, ob jung oder alt macht Spaß. Alle sind herzlich eingeladen. Anmeldung bis Donnerstag im MGH. Immer am 3. Freitag im Monat

Fällt aus!

- **Offener Suppen- und Eintopftag**

„Fünf sind geladen, zehn sind gekommen, gieß Wasser zur Suppe, heiß' alle willkommen.“ Alle die Lust und Hunger haben können in der Zeit zwischen 12 und 14 Uhr vorbeikommen. Weiterhin auch zum Mitnehmen möglich! Gerne mit Anmeldung, spontane Gäste sind aber auch willkommen!

Fällt aus!

- **Kamishibai zur Adventszeit**

Kamishibai ist eine traditionelle japanische Form des bildgestützten Erzählens, bei der die besondere Wirkung von Illustrationen auf Papierbögen ausgeht. Diese werden in einem kastenförmigen Holz- oder Kartonrahmen wie auf einer Tischbühne mit Flügeltüren präsentiert.

Di., 03.12., 10:00 Uhr

Offene Angebote

- **Offener Baby- und Krabbeltreff in Kooperation mit dem Familienzentrum PaNaMa e.V.**

Ein lockerer Treffpunkt für alle Eltern oder auch Großeltern mit Kleinkindern im Alter von 0 bis ca. 3 Jahren zum gemeinsamen Beisammensein, Spielen, Kontakte knüpfen und sich austauschen. Kostenfrei und unverbindlich!

Do., 9:30 – 11:00 Uhr (Letztes Treffen: 12.12)

- **Café „Klatsch“**

Wie wäre es mit leckeren selbstgebackenen Kuchen? Wir sitzen gemütlich beisammen und tauschen den neuesten Klatsch und Tratsch aus oder unterhalten uns über tolle Themen... Anmeldung wäre schön, eine spontane Teilnahme ist aber auch möglich. Kuchen solange der Vorrat reicht... Immer am 1. und 3. Donnerstag im Monat

Do., 05.12., 14:30 – 16:30 Uhr (Adventscafé)

Do., 19.12., Fällt aus!

- **Smartphone Sprechstunde**

In der Sprechstunde können sämtliche Fragen und Anliegen rund ums Smartphone, Digitalkamera, Tablet, etc. behandelt werden. Immer am 1. Mittwoch im Monat

Mi., 04.12., 16:00 – 17:00 Uhr

- **Kinderkino**

In Zusammenarbeit mit der Schülerfirma „TEAM-Schule Oerel, Abteilung KinoWerkstatt“ wird im MGH ein Film für Kinder gezeigt.

Fällt aus!

- **Pizzabend für Jung und Alt**

Gemeinsam Pizza backen und verzehren, einen netten Abend verbringen. Anmeldung bis mittags 12 Uhr im MGH. Immer am letzten Montag im Monat

Fällt aus!

- **Bürgermeistersprechstunde**

Unser Bürgermeister bietet eine offene Sprechstunde für unsere Bürger und Bürgerinnen an. Sollte es einmal zu Wartezeiten kommen stehen Getränke, Zeitschriften und Sitzgelegenheiten bereit. **Fällt aus!**

- **Bücherfreunde**

Eine Gruppe von Ehrenamtlichen, die sich sowohl im Bereich der Samtgemeindebücherei Geestequelle als auch für Projekte der Leseförderung von Kindern, Lesungen usw. im MGH Oerel engagiert. Infos in MGH und Bücherei.

Kurse

- **Hatha-Yoga**

mit dem Kneipp-Verein Bremervörde e.V.

Das körperorientierte Hatha-Yoga fördert durch einfache Körperhaltungen die Beweglichkeit aller Gelenke, insbesondere der Wirbelsäule. Yoga bewirkt eine Stärkung des gesamten Nervensystems und fördert die innere Harmonie – mehr Energie und Schaffensfreude für den Alltag!

Mo., 9:30 – 11:00 Uhr

Kontakt: Heidi Sorge 04766/1484

- **Tanzen Generation 50+/ Erlebnistanz**

Tanzen mit dem DRK Bremervörde:

Im Vordergrund dieses Kursangebots steht die Freude an der rhythmischen Bewegung, verbunden mit körperlicher und geistiger Fitness. Das Tanzen ist ein spezielles Angebot des Deutschen Roten Kreuzes für Menschen, die im besten Alter (50+) sind und ein Fitnessprogramm brauchen, das Spaß macht und dabei nicht überfordert. Immer am 2. und 4. Do. im Monat. Leitung: Reinhild Wieters-Hilck

Do., 12.12. (26.12. fällt aus), 14:00 – 16:00 Uhr



KURSE DER LEB GEESTEQUELLE:

- **Yoga**

Yoga ist ein sehr altes Übungssystem aus Indien, das hilft Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen.

Leitung: Sigrid Grotheer **Mo., 17:00 – 18:30 Uhr**

- **Gymnastik im Sitzen**

Das perfekte Bewegungsangebot / Workout für Menschen, die auch im Alter sportlich aktiv und fit bleiben möchten. Durch vielfältige Bewegungsabläufe wird die eigene Ausdauer, Koordination und Muskelkraft trainiert.

Ein Fitnessprogramm, das Spaß macht und dabei nicht überfordert! Leitung: Monika Konwiarz, Quereinsteigen nach Absprache möglich! **Letzter Termin 10.12., weiter 07.01.2025**

Di., 14:00 – 15:00 Uhr

und 15:00 – 16:00 Uhr

Weitere Informationen zu den Kursen und Anmeldung im MGH!

Weiteres

- **Frühstück für unsere Ehrenamtlichen**

Immer am Tag nach unserem 1. Frühstückstreff sind alle ehrenamtlichen HelferInnen des MGH's zum gemeinsamen Frühstück eingeladen. **Do., 12.12., 9:30 Uhr**

- **How to Deutsch**

... ist ein niedrigschwelliges Angebot für Geflüchtete und vermittelt die ersten Schritte der deutschen Sprache und den Umgang mit den Tücken und Gewohnheiten in Deutschland **jeden Di., 16:00 – 17:00 Uhr**

Pause vom 17.12. bis einschließlich 31.12.2024

- **Reparaturcafé Bremervörde-Oerel**

Ein Treffen, bei denen die Besucher die Möglichkeit haben in gemütlicher Atmosphäre **gemeinsam** mit den Initiatoren ihre kaputten Gegenstände wieder zu reparieren. Wartezeiten kann man bei einem Stück Kuchen und einer Tasse Kaffee überbrücken. Jeden 3. Samstag im Monat

Samstag, 14.12., 9:30 – 12:30 Uhr (Achtung anderer Termin! Annahmeschluss 12:00 Uhr)

- **Huntington Selbsthilfegruppe**

Sa., 11.01.2025, 14:30 Uhr

- **Offenes Haus**

Schaut doch einfach mal vorbei, auch wenn keine Veranstaltung stattfindet! Immer wenn unser Haus geöffnet ist, könnt ihr einfach auf einen Plausch oder Kaffee vorbeikommen oder die aktuelle Tageszeitung lesen! Auch gibt es immer wieder tolle Dinge auf unserem Nehmen- und Geben-Schrank zu finden!

Liebe Freunde des MGHs,

nun ist es wieder soweit und das Jahr neigt sich mit schnellen Schritten dem Ende entgegen. Wir blicken zurück auf ein Jahr toller Aktionen, leckerem gemeinsamen Essen und schöne gemeinsame Stunden mit anregendem Austausch.

Am Sonntag dem 01.12 ist das MGH nochmal mit einem Verkaufsstand voller Leckereien und kleiner Weihnachtsgeschenke beim „Tannenbaum aufstellen“ am Oereler Rathausplatz vertreten. Kommt gerne ab 16 Uhr vorbei.

Wir wünschen eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Rutsch in das Jahr 2025

Ramona, Anke und Annika

Beratung

- **Niedrigschwellige Lebens- und Erziehungsberatung, Hilfe bei Behördenangelegenheiten**

Sie haben ein Problem? Bei uns finden Sie Hilfe und Unterstützung in verschiedenen Lebensfragen, sei es z.B. in Erziehungsfragen, beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen, allgemeine Lebensberatung, Weitervermittlung an zuständige Institutionen etc.

Immer zu Bürozeiten oder nach Terminabsprache

Bücherei der Samtgemeinde Geestequelle

Dienstag: 12:30 – 14:00 Uhr
Mittwoch: 16:00 – 17:30 Uhr
Donnerstag: 16:00 – 17:30 Uhr
Samstag: 10:30 – 12:00 Uhr

Telefon: 04765/ 205 49 54 (innerhalb der Öffnungszeiten)



DRK Mehrgenerationenhaus (MGH) und Familienzentrum im Koopmannhof

Bohlenstraße 16, 27432 Oerel

Ihre Ansprechpartnerin: Ramona Riggers

In Vertretung: Anke Diedrich

Tel.: 04765 – 205 49 60 Fax: 04765 – 205 49 61

E-Mail: mgh-oerel@drk-bremervoerde.de

www.drk-bremervoerde.de

Bürozeiten: Mo. – Do., 9:30 – 12:00 Uhr

Gefördert vom:



Mehr Generationen Haus

Wir leben Zukunft vor

Oerel

DRK-Mehrgenerationenhaus und Familienzentrum im Koopmannhof Oerel



Dezember 2024