



Mehr Generationen Haus

Miteinander – Füreinander



MEHRGENERATIONENHAUS REGENSTAUF OKTOBER 2024

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE (NICHT IN DEN SCHULFERIEN)

<u>Hawaiianischer Tanz</u>	Montag 10:15—11:15 Uhr	<u>Englischkurse KAB</u>	Mittwoch 9:00—11:15 Uhr
<u>Qigong 50+</u>	Montag 15:00—16:00 Uhr	<u>Spieletreff (Brett & Kartenspiele)</u>	
Neu: <u>Malen, spielen, basteln für Kinder (6-10 J.)</u>			Mittwoch 14:00—19:00 Uhr
ab 23.09.	Montag 16:15—18:00 Uhr	<u>Vinyasa-Yoga</u>	Mittwoch 20:00—21:15 Uhr
<u>Trachtenverein (Kinder- & Jugendgruppe)</u>		<u>MAKS-Training</u>	Donnerstag 9:30-11:30 Uhr
(14-tägig)	Montag 17:00—18:00 Uhr	<u>Entspannungstraining:</u>	Freitag 10:30—11:30 Uhr
<u>Seniorengymnastik</u>	Dienstag 9:00—10:00 Uhr	<u>Tanzen für Kinder</u>	Freitag 13:30—16:00 Uhr
<u>Geburtsvorbereitung</u>	Dienstag 17:00—19:00 Uhr	<u>Fotoclub Kinder- & Jugendgruppe</u>	
<u>Probe Gesangverein</u>	Dienstagabends	(14-tägig)	Freitag 16:00—17:30 Uhr
<u>Rückbildungsgymnastik</u>	Mittwochvormittag	<u>Probe Musi Canti</u>	Freitagabends

Nähere Informationen & Anmeldung im MGH: (Tel. 09402 784623, E-Mail: mehrgenerationenhaus@regenstauf.de)

MONATLICHE ANGEBOTE

<u>Frühstück</u>	Dienstag 08. Oktober 2024, ab 09:00 Uhr, Kosten: 5,- €
<u>Reparaturtreff</u>	Dienstag 15. Oktober 2024 ab 17:00 Uhr
<u>Tanz in den Herbst</u>	Sonntag 13. Oktober ab 14:00 Uhr Eintritt frei, Speisen/Getränke lt. Aushang
<u>Alleinerziehendentreff</u>	Freitag 18. Oktober 2024 ab 15:30 Uhr, Kosten: freiw. Spende erbeten
<u>Französisch-Stammtisch</u>	bitte im MGH erfragen

Anmeldung (außer Tanzveranstaltung) bis eine Woche vor der Veranstaltung im Mehrgenerationenhaus (Tel. 09402 784623, E-Mail: mehrgenerationenhaus@regenstauf.de) erforderlich

BERATUNGSANGEBOTE

<u>Bildungsberatung:</u>	Beratung rund um Beruf und Weiterbildung beim Bildungsberater Torsten Tomenendal, Terminvereinbarung: 09401—525 522 oder torsten.tomenendal@vhs-regensburg-land.de
<u>Erstberatung in Trennungssituationen:</u>	Erste Hilfe, wenn die Beziehung zerbrochen ist, <i>keine Rechtsberatung</i> , Terminvereinbarung im Mehrgenerationenhaus (09402– 784623) oder mehrgenerationenhaus@regenstauf.de

FERIENBETREUUNG IN DEN HERBSTFERIEN

Mo. 28.10. – Do. 31.10.2024, Anmeldeschluss 07.10.2024, Buß- & Bettag: Mi. 20.11.2024
Kosten: 2,50 € die Stunde, 3,50 € Verpflegungspauschale
Anmeldung bis 09.10.2024



Nähere Informationen :

MehrGenerationenHaus Regenstauf

Hauptstr. 34, 93128 Regenstauf

Tel.: 09402-784623

mehrgenerationenhaus@regenstauf.de



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales





Mehr Generationen Haus

Miteinander – Füreinander



NEU UND BESONDERS IM OKTOBER 2024

NEUE ANGEBOTE AB OKTOBER 2024

MALEN, SPIELEN, BASTELN Tolle Ideen für Kinder von 6—10 J. jeden **Montag von 16:15 bis 17:45 Uhr**

Kosten: 2,- €

FINGERFITNESS FÜR SENIOREN Mit einfachen Übungen Hand- und Armapparat stärken & die Motorik verbessern
ab 15. Oktober 2x im Monat (15.10. & 22.10) Dienstag 9:30 bis 10:15 Uhr

Kosten: 2,- €

BEWEGUNGSTUNDE FÜR ELTERN & KIND Gemeinsame Bewegungsspiele & -lieder für Eltern/Großeltern & Kinder von 1,5—3J. **ab 18. Oktober jeden Freitag von 9:00 bis 10:00 Uhr**

Kosten: 2,- € pro Familie

Anmeldung jeweils bis 3 Tage vor Termin im MGH

EINMALIGE ANGEBOTE IM OKTOBER (Vor Anmeldung erforderlich)

HERBSTCAFÉ - selbstbestimmt im Alter wohnen

gemeinsam mit der „Ambulanten“ Pflegestation laden wir ein, sich bei Kaffee und Kuchen über dieses Thema zu informieren

Samstag, den 12. Oktober 2024, 14:00 Uhr Mehrgenerationenhaus, Dachgeschoss

VON BLEIBEN WAR NIE DIE REDE[®] - Erfahrungen einer Sterbebeamten

Lesung mit Gesang von und mit **Karin Simon**

Mittwoch, 16. Oktober 2024, 18:30 Uhr Mehrgenerationenhaus, Dachgeschoss

Eintritt frei — Spenden willkommen, Anmeldung im Mehrgenerationenhaus Regenstein

PATIENTENVERFÜGUNG, VORSORGE- UND BETREUUNGSVERFÜGUNG

Vortrag in Kooperation mit dem Krankenpflegeverein des Marktes & der Pfarrgemeinden Regenstein

Referent: Pfarrer Thomas Meier

Donnerstag, 31. Oktober 2024, 18:00 Uhr im Mehrgenerationenhaus, Dachgeschoss

Eintritt frei, Spenden willkommen, Getränke werden angeboten

FRAUENSACHE(N) - DER MÄDELSFLOHMARKT IM MGH

Verkauf von Kleidung ab Gr. 32, Schuhen, Schmuck, Accessoires & allem was frau braucht

Sonntag, 20. Oktober, 13:30 bis 16:00 Uhr im Mehrgenerationenhaus, Dachgeschoss

Tischgebühr: 10,- €, Tischvergabe: verwaltung.mgh@regenstauf.de



AUSFLÜGE

Vorankündigung: **Seniorenfahrt durch Regenstein** mit Herrn Bürgermeister Schindler

Mittwoch 06. November 2024 10:00 - 12:00 Uhr

Kosten: Die Fahrt ist kostenlos, **Anmeldung erforderlich** bis 30.10.2024 im MGH



Nähere Informationen :

MehrGenerationenHaus Regenstein

Hauptstr. 34, 93128 Regenstein

Tel.: 09402-784623

mehrgenerationenhaus@regenstauf.de



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

