



**Mehr
Generationen
Haus**
Wir leben Zukunft vor
Falkensee

**Mehrgenerationenhaus Falkensee
Ruppiner Straße 15
Veranstaltungskalender Mai 2019**

Mehrgenerationenhaus Falkensee

Veranstaltungskalender Mai 2019

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
Woche vom 01.-05. Mai				
02.05.	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	9.30- 10.45Uhr
	Rückbildungskurs	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322-211211	11.30- 12.50Uhr
	Schulungsreihe Demenz „Hilfe beim Helfen“	Für Angehörige und Bekannte von Menschen mit Demenz. Wir bitten um Anmeldung. Betreuung Betroffener ist möglich.	Dipl.-Sozialpädagogin Else Schmidt Kontakt: 03322-284437 017610036611 else.schmidt@asb-falkensee.de	17.00 – 19.00 Uhr
03.05.	Stuhl-Yoga	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30- 11.45Uhr
	Patchwork-Falken	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00- 14.00Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik Betreuung Angehöriger ist möglich	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00- 11.15 Uhr
	Kanga	Training, Tanzen und Sport während und nach der Schwangerschaft, während dein Baby deine Nähe genießt	Frau Michalek Tel: 01743638636	12.30 Uhr
Woche vom 06.-12. Mai				
06.05.	Spielgruppe Hebammen	Junge Mütter kommen mit ihren Kindern vorbei, zum Spielen in angenehmer Atmosphäre	Franziska Reininghaus u. Monika Michels Kontakt: 03322211211	10.00- 12.00Uhr
	Geburtsvorbereitungskurs	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00 Uhr

Mehrgenerationenhaus Falkensee

Veranstaltungskalender Mai 2019

	Theatergruppe	Theatergruppe für jedermann/frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00-20.00Uhr
	Starke Eltern - Starke Kinder ®	Erwachsenenkurse für Eltern, die Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.00-20.00Uhr
07.05.	Rückbildungskurs	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322211211	10.00-13.00 Uhr
	Skat-Turnier	Senioren-Skat-Turnier	Einfach vorbeikommen und mitspielen	13.00-18.30Uhr
	Starke Eltern - Starke Kinder ®	Erwachsenenkurs: Kinder besser verstehen, „stark“ sein in der Erziehung	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.00-20.00Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45-19.45Uhr
08.05.	Fit dank Baby	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	9.30-12.45Uhr
	Strick-Frauen	Kaffee, Kuchen und Stricken	Einfach vorbeikommen	10.00-14.00Uhr
	Rommé-Treff	Senioren spielen Rommé bei Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mitspielen	14.00-17.00Uhr
	Senioren-Reisen	Erzählungen mit Spiel, Spaß, Kaffee und Kuchen	Dr. Brigitte Kühnlitz Kontakt:03322429209	14.30-16.30Uhr
	VDGN Beratung	Fragen rund um Mieterprobleme	Einfach vorbeikommen	15.00-18.00Uhr
	Schulungsreihe Demenz „Hilfe beim Helfen“	Für Angehörige und Bekannte von Menschen mit Demenz. Wir bitten um Anmeldung. Betreuung Betroffener ist möglich.	Dipl.-Sozialpädagogin Else Schmidt Kontakt: 03322-284437 017610036611 else.schmidt@asb-falkensee.de	17.00 – 19.00 Uhr
09.05.	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	9.30-10.45Uhr

	Rückbildungskurs	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322-211211	11.30- 12.50Uhr
	Gruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz	Austausch, Unterstützung und Information in angenehmer Atmosphäre. (Parallele Betreuungsmöglichkeit)	Dipl.-Sozialpädagogin Else Schmidt Kontakt: 017610036611	14:00- 16:00Uhr
10.05.	Stuhl-Yoga	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30-11.45Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik Betreuung Angehöriger ist möglich	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00- 11.15 Uhr
	Kanga	Training, Tanzen und Sport während und nach der Schwangerschaft, während dein Baby deine Nähe genießt	Frau Michalek Tel: 01743638636	12.30 Uhr
11.05.	Patchwork-Falken	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00- 17.00Uhr
	Argumentieren gegen Rechts	Diskussion und Vortrag	Herr Settels Tel: 033224283715 017610608919	10.00- 16.00 Uhr

Woche vom 13.-19. Mai

13.05.	Spielgruppe Hebammen	Junge Mütter kommen mit ihren Kindern vorbei, zum Spielen in angenehmer Atmosphäre	Franziska Reininghaus u. Monika Michels Kontakt: 03322211211	10.00- 12.00Uhr
	Tanzcafé	Seniorentanz mit Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mittanzen	14.30- 17.30Uhr
	Geburtsvorbereitungskurs	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00Uhr
	Starke Eltern - Starke Kinder ®	Erwachsenenkurs: Kinder besser verstehen, „stark“ sein in der Erziehung	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.00- 20.00Uhr

Mehrgenerationenhaus Falkensee

Veranstaltungskalender Mai 2019

	Theatergruppe	Theatergruppe für Jedermann / frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
14.05.	Rückbildungskurs	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322-211211	10.00- 13.00Uhr
	Skat-Turnier	Senioren-Skat-Turnier	Einfach vorbeikommen und mitspielen	13.30- 18.30Uhr
	Leben trotz Demenz	Selbsthilfegruppe für Menschen, die an Demenz erkrankt sind	Ansprechpartner Herr Goldstein, Emailadresse: lebertrotzdemenz@gmail.com	14.00 – 16.00 Uhr
	Starke Eltern - Starke Kinder ®	Erwachsenenkurs: Kinder besser verstehen, „stark“ sein in der Erziehung	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.00- 20.00Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45- 19.45Uhr
15.05.	Fit Dank Baby	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	9.30-12.45Uhr
	Rheuma-Liga		Einfach vorbeikommen	14.00 – 17.00 Uhr
	Rommé-Treff	Senioren spielen Rommé bei Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mitspielen	14.00- 17.00Uhr
	VDGN Beratung	Fragen rund um Mieterprobleme	Einfach vorbeikommen	15.00- 18.00Uhr
	Starke Eltern - Starke Kinder ®	Erwachsenenkurs: Kinder besser verstehen, „stark“ sein in der Erziehung	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	19.00- 21.00Uhr
16.05.	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	9.30-10.45Uhr
	Rückbildungskurs	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322-211211	11.30- 12.50Uhr
	Geburtsvorbereitungskurs	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00Uhr

17.05.	Stuhl-Yoga	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30-11.45Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik Betreuung Angehöriger ist möglich	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00- 11.15 Uhr
	Patchwork-Falken	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00- 14.00Uhr
	Kanga	Training, Tanzen und Sport während und nach der Schwangerschaft, während dein Baby deine Nähe genießt	Frau Michalek Tel: 01743638636	12.30 Uhr

Woche vom 20.-26. Mai

20.05.	Spielgruppe Hebammen	Junge Mütter kommen mit ihren Kindern vorbei, zum Spielen in angenehmer Atmosphäre	Franziska Reininghaus u. Monika Michels Kontakt: 03322211211	10.00- 12.00Uhr
	Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose	Monatliches Treffen von Betroffenen der Erkrankung MS	Einfach vorbeikommen	15.00- 17.00Uhr
	Geburtsvorbereitungskurs	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00Uhr
	Starke Eltern - Starke Kinder ®	Erwachsenenkurs: Kinder besser verstehen, „stark“ sein in der Erziehung	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.00- 20.00Uhr
	Theatergruppe	Theatergruppe für Jedermann / frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
21.05.	Skat-Turnier	Senioren-Skat-Turnier	Einfach vorbeikommen und mitspielen	13.30- 18.30Uhr
	Erzählcafé	Reden über das Alltagsgeschehen aus unserem Leben	Wolfgang Biernath Kontakt: 015110944236	14.30- 16.30Uhr
	Partnerschaft für Demokratie	Begleitausschuss – öffentliche Sitzung	Herr Settels Tel: 033224283715 017610608919	18.00- 20.00 Uhr

	Starke Eltern - Starke Kinder ®-Pubertät	Erwachsenenkurs: Kinder besser verstehen, „stark“ sein in der Erziehung	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.00-20.00Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45-19.45Uhr
22.05.	Fit Dank Baby	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	9.30-12.45Uhr
	Strick-Frauen	Kaffee, Kuchen und Stricken	Einfach vorbeikommen	10.00-14.00Uhr
	Rommé-Treff	Senioren spielen Rommé bei Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mitspielen	14.00-17.00Uhr
	VDGN Beratung	Fragen rund um Mieterprobleme	Einfach vorbeikommen	15.00-18.00Uhr
	Schulungsreihe Demenz „Hilfe beim Helfen“	Für Angehörige und Bekannte von Menschen mit Demenz. Wir bitten um Anmeldung. Betreuung Betroffener ist möglich.	Dipl.-Sozialpädagogin Else Schmidt Kontakt: 03322-284437 017610036611 else.schmidt@asb-falkensee.de	16.00 – 18.00 Uhr
23.05.	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	9.30-10.45Uhr
	Rückbildungskurs	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322211211	11.30-12.50Uhr
24.05.	Stuhl-Yoga	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30-11.45Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik Betreuung Angehöriger ist möglich	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00-11.15 Uhr
	Kanga	Training, Tanzen und Sport während und nach der Schwangerschaft, während dein Baby deine Nähe genießt	Frau Michalek Tel: 01743638636	12.30 Uhr

Mehrgenerationenhaus Falkensee

Veranstaltungskalender Mai 2019

Woche vom 27.-31. Mai

27.05.	Spielgruppe Hebammen	Junge Mütter kommen mit ihren Kindern vorbei, zum Spielen in angenehmer Atmosphäre	Franziska Reininghaus u. Monika Michels Kontakt: 03322211211	10.00- 12.00Uhr
	Parkinson	Selbsthilfe Gruppe mit Moderator zum Thema Parkinson	Herr Jakobi, Tel: 0163-2129252	14:30 Uhr
	Geburtsvorbereitungskurs	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00Uhr
	Theatergruppe	Theatergruppe für Jedermann / frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
28.05.	Rückbildungskurs	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322211211	10.00- 13.00Uhr
	Skat-Turnier	Senioren-Skat-Turnier	Einfach vorbeikommen und mitspielen	13.30- 18.30Uhr
	Leben trotz Demenz	Selbsthilfegruppe für Menschen, die an Demenz erkrankt sind	Ansprechpartner Herr Goldstein, Emailadresse: lebentrotzdemenz@gmail.com	14.00 – 16.00 Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45- 19.45Uhr
29.05.	Fit Dank Baby	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	11.30- 12.50Uhr
	Rheuma-Liga		Einfach vorbeikommen	14.00 – 17.00 Uhr
	Rommé-Treff	Senioren spielen Rommé bei Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mitspielen	14.00- 17.00Uhr
	VDGN Beratung	Fragen rund um Mieterprobleme	Einfach vorbeikommen	15.00- 18.00Uhr

Mehrgenerationenhaus Falkensee

Veranstaltungskalender Mai 2019

Schulungsreihe Demenz „Hilfe beim Helfen“

Für Angehörige und Bekannte von Menschen mit Demenz.
Wir bitten um Anmeldung.
Betreuung Betroffener ist möglich.

Dipl.-Sozialpädagogin Else Schmidt
Kontakt: 03322-284437
017610036611
else.schmidt@asb-falkensee.de

17.00 –
19.00 Uhr