

MGH – Angebote – Okt. bis Dez. 2024

- **Handy-Computer-Sprechstunde** MGH, Kirchstr. 20 **Montag bis Freitag 10:00 – 12:00 Uhr** **KOSTENLOSES ANGEBOT**
Sie haben Fragen zur digitalen Welt? z.B. Soziale Netzwerke im Internet – Miteinander in Kontakt bleiben oder Mediennutzung im Internet- Fotos, Musik und Videos etc. Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter Tel. 06044-9645814 oder 0151 40717297
- **Beratungs-Treff für Geflüchtete** MGH, Kirchstr. 20 **Montag 10:00 – 12:00 Uhr** **(ab 07. Oktober - 14-tägig)**
Beratung für Geflüchtete mit Steffi Schmidt und Haylina Eckhardt. Wir bieten z.B. Hilfe beim Ausfüllen wichtiger Formulare etc.
- **Interkulturelles-Frühstück** MGH, Kirchstr. 20 **Montag 09:00 – 11:00 Uhr** **(um telefonische Anmeldung wird gebeten)**
- **Spiele AG** KIZ/ JuZ, Vogelsbergstr. 162 **Montag 14:30 – 16:30 Uhr** **KOSTENLOSES ANGEBOT**
-Du bist dran- Jede Generation, jede Kultur hat ihre eigenen Spiele, egal ob Karten, Brettspiele oder Spiele im Freien.
- **RückenFit** MGH, Kirchstr. 20 **Montag 16:30 – 17:30 Uhr** **(4 Wochen-Kurs)**
2. Kurs: 07. Oktober – 28. Oktober **(weitere Termine auf Anfrage)** **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
- **PMR Entspannungskurs** MGH, Kirchstr. 20 **Montag 15:30 – 16:30 Uhr** **(4 Wochen Kurs)**
4. Kurs: 04. November – 25. November **(weitere Termine auf Anfrage)** **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
- **DigitalCafé** MGH, Kirchstr. 20 **Montag 18:00 – 19:30 Uhr** **14. Okt., 11. Nov., 09. Dezember**
(jeden 2. Montag im Monat) **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
- **Gemeinsam in Bewegung (Spaziergang)** **Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr** **(wetterabhängiges Angebot)**
Treffpunkt: MGH, Kirchstr. 20 **(Alle zwei Wochen ab 08. Oktober)** **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
Entdecken Sie Ihre Umgebung und knüpfen Sie neue Kontakte
- **Offene Sprechstunde** MGH, Kirchstr. 20 **Dienstag 13:30 – 15:00 Uhr** **15. Okt., 19. Nov., 17. Dezember**
Beratungsstelle der KVA-Vogelsbergkreis **(jeden 3. Dienstag im Monat)**
– **Kommunales Jobcenter** Wenn Sie Fragen zum Thema Bürgergeld, Aus- und Weiterbildung, Qualifizierung oder Sprachkurse haben, können Sie uns vor Ort ansprechen. Wir beraten Sie zu diesen Themen. Gerne nehmen wir Ihre Unterlagen entgegen. Es steht kostenfreie WLAN-Nutzung zur Verfügung. Kontakt: kva-regionalteam3@vogelsbergkreis.de

- **Interkulturelles Plauder-Café** MGH, Kirchstr.20 **Dienstag 15:00 – 17:00 Uhr** **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
 Haben Sie gerne Kontakt mit Menschen? Sind Sie offen für andere Kulturen?
- **Ernährungskurs** MGH, Kirchstr. 20 **Dienstag 16:00 – 17:00 Uhr** **(6 Wochen-Kurs)**
2. Kurs: 05. November – 10. Dezember **(weitere Termine auf Anfrage)** **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
 In dem Kurs zum Thema „Gesunde Ernährung: Wie geht das?“ möchten wir Ihnen die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung näherbringen.
- **Nordic Walking-Kurs** **Dienstag 17:00 – 18:00 Uhr** **(wetterabhängiges Angebot)**
 Treffpunkt: MGH, Kirchstr. 20 **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
- **Handy-Grundlagen und mehr** **Dienstag 17:30 – 19:00 Uhr** **(5 Wochen Kurs – 7,5 Stunden)**
2. Kurs: 15. Oktober – 12. November **(weitere Termine auf Anfrage)** **25,00 € p. P. (max. 10 Teilnehmende)**
- **DROP - IN & Krabbelclub** MGH, Kirchstr. 20 **Mittwoch 09:00 – 12:00 Uhr** **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
 Ein Willkommensort für Familie mit Kindern bis 3 Jahre ...ein Treff mit Frühstück für Mütter, Väter, Großeltern, Freunde
- **KID´s Spieletreff** MGH, Kirchstr. 20 **Mittwoch 15:00 – 17:00 Uhr** **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
 Ein Willkommensort für Familie mit Kindern ...ein Treff für Mütter, Väter, Großeltern, Freunde
- **Nähwerkstatt** MGH, Kirchstr. 20 **Termine auf Anfrage**
Anfängerkurs **Mittwoch 16:30 - 18:30 Uhr** **(4 Wochen-Kurs – 8 Stunden)**
Fortgeschrittenenkurs **Mittwoch 18:30 - 20:30 Uhr** **50,00 € p. P. (max. 4 Teilnehmende)**
- **Seniorentreff** MGH, Kirchstr. 20 **Donnerstag 14 - 17 Uhr**
- **Eltern-Kind-Kurs „Abenteuer-Parcours“** **Donnerstag 16:30 -17:30 Uhr** **(4 Wochen-Kurs)**
4. Kurs: 07. November – 28. November **(weitere Termine auf Anfrage)** **KOSTENLOSES ANGEBOT VOR ORT**
 Fitnessstudio “Go4SQUAT” Erbsengasse 6
- **Frauentreff** MGH, Kirchstr. 20 **Freitag von 14:00 – 17:00 Uhr**
- **Bügel- und Mangelservice** MGH, Kirchstr. 20 **Termine und Preise auf Anfrage** Tel. 06044-9645814 oder 0151 40717297
 Bringen Sie Ihre Bügelwäsche zu uns. Wir bieten diesen Service zur besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie Pflege und Familie an. Selbstverständlich dürfen Sie uns Ihre Wäsche auch bringen, wenn Sie einfach keine Lust zum Bügeln haben.
- **Im M4** Gebäude - Mühlgasse 4 stehen **Einzelberatungen** des **MGH** nach telefonischer Vereinbarung zur Verfügung.