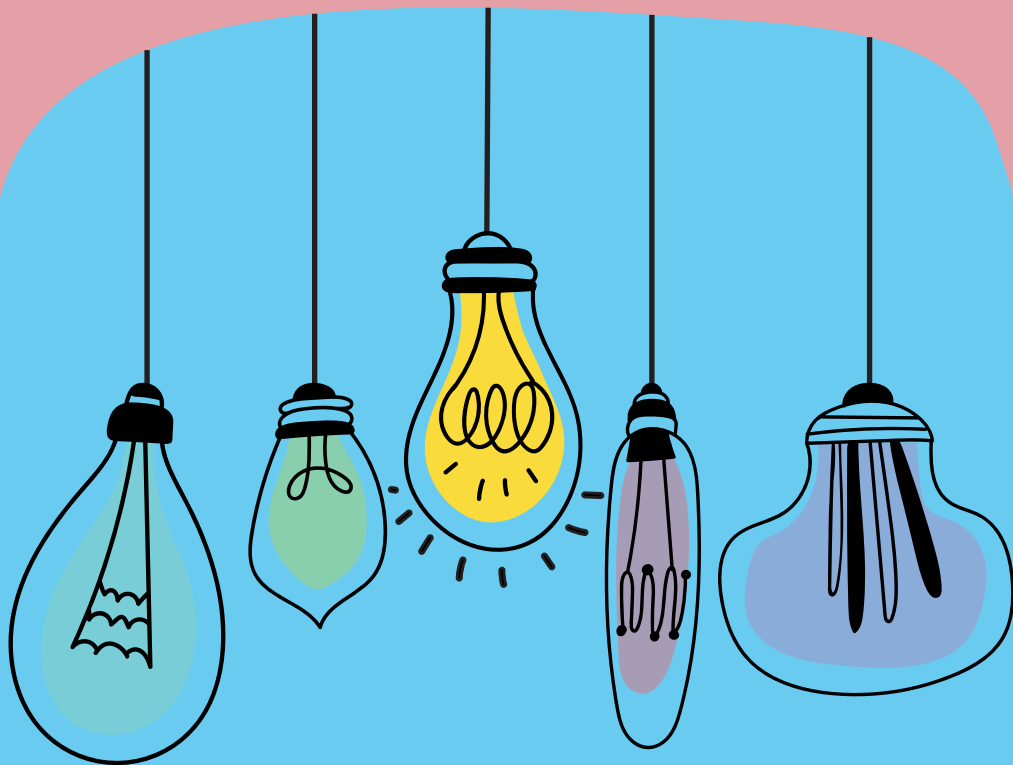




Mehr
Generationen
Haus



MITSPRACHE

PROGRAMM SEPTEMBER - DEZEMBER 2026

INHALT

HAUSFRAUENBUND IM MGH	4	OFFENER TREFF	21
		JAPANISCHE SPIELGRUPPE	23
		OASIS LATINOAMERICANO	24
		SIN „EÑE“, NO HAY MAÑANA	25
17. EUROPÄISCHES FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN	6	SINGGARTEN 1 FÜR KLEINKINDER (1,5 - 3,5 Jahre)	
KLAMOTTEN FÜR LIESELOTEN FRAUENSACHENMARKT	9	SINGGARTEN 2 FÜR KLEINKINDER (3 - 5 Jahre)	26
KINDERSACHEN FLOHMARKT	10	MUSIKGARTEN FÜR KLEINE LÄUFER (12 - 22 Monate)	27
FLOHMARKT FÜR TEENIES	11		
YOGA DES ATMENS UND MEDITATION – EINE EINFÜHRUNG	12		
INTERKULTURELLE PAARBERATUNG	13		
STRICKTREFF DA	14		
SPIEL- UND KRABELGRUPPE, BACKKURS FÜR KINDER	15		
BILINGUAL BABIES	16		
ANDERES BURNOUT CAFÉ DARMSTADT	17		
SPRACHCLUB DARMSTADT	18		
LERNE DEUTSCH!	19		
MiA – „MIGRANTINNEN EINFACH STARK IM ALLTAG“	20		

SERVICE

DIGITAL OHNE STRESS	28
UNTERVERMIETUNGEN	29
MONATSKURZ-ÜBERSICHT	30

SCHLIEßZEITEN:

Fr. 20.11., ab 13 Uhr.

Mo. 21.12.26 bis So. 10.01.27

Koordination **Fabiola Erwin:**
koordination@mgh-da.de /
Öffentlichkeitsarbeit -Koordination-
Silvia Vicente: pr@mgh-da.de /
Pressearbeit **Dorota Sedziwy:**
presse@mgh-da.de /
Mediengestaltung Printmedien **Micaela
Ruiz Vicente:** micaruizvi@gmail.com



Mitsprache

Im hochaktuellen Diskurs um demokratische Gefährdung geht es oftmals auch um Mitsprache. Wer mitsprechen möchte, braucht eine Stimme und muss diese auch einsetzen. Zur Mitsprache gehört aber auch Zuhören und das Anerkennen einer vielleicht anderen Meinung und Sichtweise.

Mitsprache in der Gemeinschaft bedeutet, Räume zu schaffen, in denen Vielfalt willkommen ist.

Unterschiedliche Erfahrungen, kulturelle Hintergründe und Lebensentwürfe bereichern unseren Alltag. Indem wir einander die Bühne geben, fördern wir Kreativität, Solidarität und Zusammenhalt. Kleine Rituale helfen dabei: regelmäßige Familienrunden, bei denen jede Person zwei Minuten Zeit hat, um etwas Wichtiges zu teilen; Nachbarschaftstreffen, bei denen Ideen für ein freundliches Miteinander gesammelt werden; oder offene Gesprächskreise in Vereinen und Gruppen, in denen konstruktives Feedback normal ist.

Damit unsere Meinungsbildung fundiert ist, ist es immer ratsam, uns zu fragen: Wem nützt dieses oder jenes Argument, das uns präsentiert wird?

Ebenso wichtig ist es, über die eigenen Überzeugungen nachzudenken, sie zu hinterfragen und zu überdenken.

Dazu ist es notwendig, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten, unsere Überzeugungen darzulegen und den anderen zuzuhören. Bei unseren Aktivitäten findest du Menschen, die zum Dialog bereit sind.

Besonders empfehlenswert ist es, die Filmvorführungen des Filmfestivals der Generationen zu besuchen und an den Diskussionen teilzunehmen, die im Anschluss an den Film stattfinden. Vielleicht möchtest du auch einige der Gruppen besuchen, die sich regelmäßig in unserem Haus treffen.

Wenn du möchtest, dann komm, mach mit und lass deiner Stimme Gehör verschaffen.

Ihr MGH Team



Geschäftsstelle

Die Geschäftsstelle wird für den ehrenamtlichen Bereich immer donnerstags von 10:00 bis 12:00 Uhr für Sie erreichbar sein. Irmtraud Volkmann ist dort Ihre Ansprechpartnerin. Gerne können Sie Ihre Wünsche auch per E-Mail oder über den Anrufbeantworter an uns richten.

☎ 06151 - 20615



Sprachkurse

🕒 **Französisch für Fortgeschrittene.**
Freitags, 10:30 - 11:30 Uhr

Französisch - Conversation
🕒 **Freitags, 11:45 - 13:30 Uhr**
👤 **Chantal Charpentier- Schmitz**



HAUSFRAUBUND IM MGH



Patchen und Quatschen

Nähen ist unsere Leidenschaft. Wir sind 6 Frauen vom Hausfrauenbund, die sich **jeden Mittwochabend von 18:30 bis 21:00 Uhr** im Mehrgenerationenhaus zum Patchworken und Klönen treffen.

Wir nähen Decken, Wandbehänge, Taschen und Portemonnaies und probieren neue Patchwork- und Quiltmuster aus.

Wir sammeln auch kleine Stoffreste aus Baumwolle. Wir hauchen verschiedenen Stoffen immer wieder neues Leben ein. Jede bringt ihre eigenen Ideen ein und so entstehen immer wieder unterschiedliche Dinge, die wir an

Freunde oder in der Familie verschenken.

In der Weihnachtszeit nähen wir natürlich auch Weihnachtsschmuck. Zweimal im Jahr fahren wir zu einem Nähwochenende in ein Seminarhaus. Dort lassen wir uns verwöhnen und haben endlich Zeit, von morgens bis abends zu nähen. Jede:r ist bei uns willkommen.

Voraussetzung sind Nähkenntnisse und eine eigene Nähmaschine.

Jeden Mittwoch bringen wir unsere eigenen Nähmaschinen, Schneidebretter, Rollschneider, Scheren, Stoffe und alles andere Zubehör mit.

17. EUROPÄISCHES FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN

Do., 29.10., „EIN KLEINES STÜCK VOM KUCHEN“

Bittersüßer Liebesfilm aus dem Iran

Regie: Maryam Moghadam &

Behtash Sanaeiha

Land: Iran 2024

Länge: 97 Min.



Mahin ist 70 Jahre alt und lebt allein in Teheran, der Hauptstadt des Iran. Sie ist Witwe, und ihre Tochter ist nach Europa gezogen. Seit einiger Zeit lädt sie ihre Freundinnen wieder zu sich nach Hause ein; sie unterhalten sich vor allem über das Vergehen der Jahre und über Männer. In Mahin reift der Wunsch, ihrem Liebesleben neuen Schwung zu verleihen. Auf der Suche nach einem neuen Partner entdeckt sie in einem Restaurant Faramarz, einen älteren

Taxifahrer. Was als vorsichtige erste Begegnung beginnt, geprägt von gegenseitigem Respekt und Sympathie, entwickelt sich im Laufe des Abends zu zärtlicher Zuneigung, begleitet von Wein, Musik und einem Stück Kuchen ... Diese zufällige Begegnung wird zu einer unvergesslichen Nacht mit einem überraschenden Ende. Ein kleines iranisches Filmjuwel über die Liebe im Alter, vor dem Hintergrund sozialer Kritik.

Do., 05.11., „CLOUDBURST“

Zwei liebende ältere Frauen auf der Flucht

Regie: Thom Fitzgerald

Land: USA / Kanada 2011

Länge: 93 Min., Englische

Originalfassung mit deutschen Untertiteln

Altersempfehlung: ab 14 Jahren



Stella und Dottie sind ein lesbisches Paar im fortgeschrittenen Alter, das seit vielen Jahren an der Grenze zu Kanada zusammenlebt – unauffällig, problemlos und glücklich. Dottie, die blind ist und Schwierigkeiten beim Gehen hat, soll auf Beschluss ihrer Enkelin in ein Pflegeheim eingewiesen werden. Doch Stella, entschlossen und kämpferisch, ist nicht bereit, dies zuzulassen. Sie entführt Dottie und macht sich mit ihr auf den Weg, um in Kanada zu heiraten. Unterwegs nehmen

die beiden älteren Frauen den Striptease-Tänzer Prentice mit, der per Anhalter unterwegs ist. Verfolgt von der Polizei und der Enkelin, aber vereint durch ihre Liebe, finden sie ihr Glück in der Fremde. Eine liebenswerte und unterhaltsame Version der Geschichte zweier Liebender auf der Flucht, die einer Gesellschaft mit altmodischen Vorstellungen über das Alter und die Frau entfliehen. Der Film gewann zahlreiche Publikumspreise und gilt als einer der besten lesbischen Filme.

Do., 12.11., „ES SIND DIE KLEINEN DINGE“

Lernen im Alter und ein Plädoyer für Gemeinschaft und Solidarität

Regie: Mélanie Auffret

Land: Frankreich 2023

Länge: 89 Min.

Altersempfehlung: ab 12 Jahren

Alice, die Bürgermeisterin eines kleinen Dorfes mitten in der französischen Bretagne, kümmert sich mit vollem Einsatz um Bedürfnisse der Einwohner ihrer Gemeinde. Außerdem unterrichtet sie an der Dorfschule, die wegen der geringen Schülerzahl kurz vor der Schließung steht. Und zu allem Überfluss taucht eines Tages der eigenartige Émile in ihrer Klasse auf, der wirklich lesen und schreiben lernen will! Für Alice ist das alles zu viel. Doch überraschenderweise bringt der neue Schüler nicht nur frischen Wind in den Schulalltag. Dank seiner Ideen und



Tricks, die ihm bereits geholfen hatten, seine Legasthenie zu verbergen und seinen Alltag zu meistern, entwickelt Alice gemeinsam mit ihm einen genialen Plan, um die Schule mit Hilfe der Dorfgemeinschaft zu retten. Zudem gewinnt das Dorfleben durch die eigenständig geführte Bäckerei wieder an Schwung. Und Émile fasst den Mut, seiner alten Bekannten Claudine einen Brief zu schreiben ... Eine erfrischende Komödie über das Lernen im reifen Alter, Neuanfänge und die Kraft der Gemeinschaft und Solidarität.

17. EUROPÄISCHES FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN

Wir laden alle herzlich zur 17. Ausgabe dieses Festivals ein, bei dem Spiel- und Dokumentarfilme zu Themen wie Alter, demografischer Wandel und sozialer Zusammenhalt gezeigt werden. Im Anschluss an die Vorführungen finden moderierte Diskussionsrunden mit dem Publikum statt, um Austausch und Teilhabe von Menschen fördern.

Daten & Filme:

Do. 29.10., „Ein kleines Stück vom Kuchen“

Do. 05.11., „Cloudburst“

Do. 12.11., „Es sind die kleinen Dinge“



EUROPÄISCHES
**FILMFESTIVAL
DER GENERATIONEN**



**jeweils Einlass 19:00 Uhr
Filmstart 19:30 Uhr**



Alle Filme mit Anmeldung unter
schreib.ans@mgh-da.de



Kostenlos, Spenden willkommen

KLAMOTTEN FÜR LIESELOTEN FRAUENSACHENMARKT

Wer braucht noch was Schönes und Warmes für Herbst und Winter? Oder habt ihr zu viel davon? Alles kann jetzt an die Frau* gebracht werden!

anmelden, ausschildern und vorbeibringen. Wir übernehmen das Anordnen und den Verkauf.

Das Konzept ist immer noch das Gleiche wie in den Vorjahren:

Anmeldung ab dem 06.10.



VOR ORT



**Termin: Freitag 23.10.,
18:00 - 21:00 Uhr**



Anmeldung ab dem 06.10. unter:



koordination@mgh-da.de

KINDERSACHEN FLOHMARKT

Auf der Suche nach besonderen Schnäppchen für die Kleinen? Oder sind die Kleinen schon größer und die schönen Sachen könnten noch Andere erfreuen?

Dann ab zu unserem Kindersachen-Flohmarkt!

Es werden Baby- und Kinderkleidung

für die Herbst- und Wintersaison angeboten.

Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt. Unser Buffet bietet Getränke, Süßes und Herzhaftes, auch zum Mitnehmen.

In der Veröffentlichung zu dieser Veranstaltung auf unserer Website findest du das Anmeldeformular.



**Termin: Samstag, 12.09.,
09:30 - 12:30 Uhr**



Tischvergabe und weitere
Informationen unter:
offener.treff@mgh-da.de

FLOHMARKT FÜR TEENIES (10 - 17 JAHRE)

Du hast coole Sachen im Schrank, die du nicht mehr brauchst? Oder suchst du nach günstigen Klamotten, Spielen oder Accessoires? Dann bist du hier genau richtig!

Beim Flohmarkt für Teenies kannst du verkaufen, tauschen oder einfach nach neuen Lieblingsstücken stöbern – alles von und für Jugendliche zwischen 10 und 17 Jahren.

Was gibt's?

- Kleidung, Schuhe, Accessoires
- Bücher, Spiele, Deko und vieles mehr

Wenn du mitmachen willst (als Verkäufer:in):

- Melde dich vorher an,
- Achte darauf, dass deine Sachen sauber und gut erhalten sind,
- Verkauf bitte selbst – deine Eltern dürfen dir helfen, aber du bist der Boss.



**Termin: Samstag, 12.09.,
14:00 - 17:00 Uhr**



Infos und Anmeldung:



offener.treff@mgH-da.de

YOGA DES ATMENS UND MEDITATION – EINE EINFÜHRUNG

Der Atem begleitet uns ein Leben lang – und doch nehmen wir uns selten Zeit, ihn bewusst wahrzunehmen.

In diesem Workshop entdecken wir einfache Atemübungen, die uns helfen, zur Ruhe zu kommen, Stress abzubauen und wieder mehr bei uns selbst anzukommen.

Diese Einführung im Yoga des Atmens ist offen für alle – ganz gleich, woher du kommst oder ob du bereits Erfahrung mit Yoga hast.

Mit sanften Bewegungen, Atemtechniken und einer kurzen Meditation schaffen wir gemeinsam einen Raum zum Ankommen, Durchatmen und Auftanken.



Der Workshop kann zugleich einen ersten Einblick in einen weiterführenden Kurs geben – den Art of Living Teil 1 Kurs –, in dem die vertiefte Atemtechnik der Sudarshan Kriya™ erlernt wird, um mehr Klarheit und Energie zu bekommen sowie Stress dauerhaft zu reduzieren.

Yogamatten sind vor Ort vorhanden. Für zusätzlichen Komfort in der Entspannung kannst du gerne ein Kissen und eine Decke mitbringen. Komm einfach in bequemer Kleidung – und erlaube dir, ganz entspannt da zu sein.



Termine: Do. 24.09., 08.10., 22.10., 19.11. und 17.12., 19:00 - 20:15 Uhr.



Die Termine können unabhängig voneinander besucht werden.



Kontakt: Béatrice Lachaussée
Anmeldung erforderlich unter:



01725150372 oder



bea.yoga@artofliving.de



Website für mehr Infos:
<https://www.artofliving.org/de-de/courses/art-of-living-part-one>



Beitrag: 5€

INTERKULTURELLE PAARBERATUNG

NEU

Eine Gesellschaft mit einem hohen Migrationsanteil, wie die deutsche, erfordert besondere Aufmerksamkeit für die Beziehungen zwischen Menschen, die sich dafür entscheiden, gemeinsam eine Familie zu gründen und im Alltag unterschiedliche kulturelle Prägungen, Werte, Kommunikationsweisen und Erwartungen aufeinandertreffen, die nicht immer zu harmonieren. Missverständnisse, Reibungen und Spannungen lösen sich aus. Dieser Beratungsraum wurde geschaffen, um genau solchen Herausforderungen mit Austausch, Begleitung und gegenseitigem Verständnis zu begegnen. Ziel ist es, interkulturelle Paare dabei zu unterstützen, ihre Unterschiede als Bereicherung zu erleben, Konflikte konstruktiv zu bewältigen und eine gemeinsame Basis für ihre Partnerschaft und ihr Familienleben zu entwickeln.



VOR ORT



Termine: Do. 8:00 - 10:00 Uhr



Kontakt: Joanna Peralta,
Sozialarbeiterin Diplom
Diversität und Inklusion M.A.
Beratungssprachen: Deutsch,
Spanisch
Schwerpunkte: Bikulturelle
Partnerschaft, Bikulturelle Erziehung
Anmeldung erforderlich:
ljpm.feliz@gmail.com
! Dauer: 60 Minuten
! Kosten: Auf Spendenbasis.
€ Empfohlene Mindestspende 25 €
pro Sitzung.

STRICKTREFF DA

Es handelt sich nicht um einen Kurs



Jede Person, die gerne strickt oder häkelt, ist zu unserem monatlichen Treffen herzlich eingeladen. In der Regel findet es am letzten Freitag des Monats statt. Die genauen Termine sind unten aufgeführt.

Stricken und Häkeln macht viel Spaß, aber es in Gesellschaft bei einer Tasse Tee oder Kaffee und in einer freundlichen Atmosphäre zu tun, macht es noch verlockender.



Termine: Freitags 25.09., 30.10. und 27.11. ab 15:00 Uhr



Kontakt: Hanna Englert



Anmeldung erforderlich:



wolligespende@gmx.de



Kosten: 3-5 € auf Spendenbasis

SPIEL- UND KRABBELGRUPPE

Babys entwickeln Interesse an anderen Kindern: sie beobachten, schauen und lernen. In Spiel und Krabbelgruppen sammeln die Kleinen erste soziale Kontakte zu Menschen, die nicht zu ihrer Familie gehören. Auch den Eltern tut der Kontakt, das gemeinsame

Erleben und der Austausch mit anderen Eltern und Kindern gut.

Eingeladen sind Babys und Kleinkinder von 0 bis 3 Jahren mit ihren Mamas und/ oder Papas.



**Termin: Montags,
16:30 - 18:00 Uhr**



Kontakt: Somya Ogorsolka



ot@mgh-da.de



Keine Anmeldung erforderlich



3€

1 Getränk inklusive

BACKKURS FÜR KINDER

Weihnachtliche Geschenkboxen

Für alle Kinder, die Weihnachten und Süßes lieben.

Backen macht Spaß, aber es ist noch motivierender, wenn wir damit Freunde

und Familie positiv überraschen wollen. Wir laden euch ein, gemeinsam kleine Köstlichkeiten zu backen und zu dekorieren, die wir in verlockende Geschenke verwandeln.



Termin: 28.11., 15:00-17:30 Uhr



Kontakt: Silvia Ledda

Für Kinder ab 7 Jahren



Anmeldungen:



Thekitchenlab24@gmail.com



40€ Inklusive Lebensmittel und Material

BILINGUAL BABIES



We are a multicultural and welcoming playgroup for parents who want to raise bilingual children or simply expose them to English. You don't need to be a native speaker, just an interest in sharing and enjoying the language with your little one is enough!

Our group is open to babies and young children. While the little ones play on the soft mats, the older ones keep busy with painting, jumping, and other activities. We all look after each other,

following the natural rhythm of the children.

Each session begins with free playtime, where English is our common language. Sometimes, we enjoy seasonal activities or share a special snack, and we always wrap up with a sing-along.

We organize ourselves through a WhatsApp group, where we coordinate activities and attendance together. Feel free to join and be part of our community, we'd love to have you!



**Termine: Freitags,
15:00 - 18:00 Uhr**



Kontakt: Estefania Diaz



Anmeldung erforderlich



bilingual.babies@mgh-da.de



4€

ANDERES BURNOUT CAFÉ DARMSTADT



Die Selbsthilfegruppe trifft sich monatlich. Es handelt sich um eine lösungsorientierte Selbsthilfe, die über den klassischen Austausch in Selbsthilfegruppen hinausgeht. Jedes Treffen hat ein Thema, zu dem Impulse gegeben und passende Übungen angeboten werden. Die Übungen ermöglichen Verhaltensänderungen. Es handelt sich um eine Gruppe, die Menschen über 18 Jahren mit Burnout oder Depression begleitet.

Es ist hilfreich, wenn Sie/Du uns per E-Mail kontaktieren/kontaktierst. Dies ist jedoch nicht unbedingt erforderlich.

Themen:

Fr., 04.09.: Selbstwertgefühl, Selbstachtung und Selbstliebe.

Fr., 02.10.: Gelassenheit und Mut.

Fr., 06.11.: Grenzen erkennen und setzen.

Fr., 04.12.: Ad-hoc-Selbsthilfe und Selbstfürsorge



Termine: 04.09., 02.10., 06.11. und 04.12., 19:00 - 21:15 Uhr



Kontakt: Marcus Ackermann
darmstadt@anderes-burnout.cafe.de
06151 3650602



Veranstaltungsübersicht

<https://anderes-burnout-cafe.de>



Kostenlos, Spenden für den organisierenden, gemeinnützigen Verband www.bvbud.de werden gerne angenommen

SPRACHCLUB DARMSTADT

Lass uns gemeinsam Deutsch sprechen!

Давайте говорить по-немецки вместе!

Haydi birlikte Almanca konuşalım!

Let's talk German together!

نم صحبت المان باهم ه بازار



VOR ORT



**Termin: Montags,
18:00 - 20:00 Uhr**



Kontakt: Andreas



Sprachclub_Darmstadt@gmx.de
facebook: Sprachclub Darmstadt



Kosten: 1€



**Finanziert von der
Europäischen Union**



In unseren Sprachkursen sind alle Erwachsenen willkommen, die kein bzw. nur ein wenig Deutsch sprechen, aber aktiv am Leben in Darmstadt teilnehmen und mehr Sicherheit im Alltag gewinnen möchten. Wir bieten den Anfänger:innen einen leichten Einstieg in die deutsche Sprache, Grundkenntnisse in Sprechen, Lesen, Schreiben und Verstehen. Während des Kurses bieten wir Kinderbetreuung im Nebenraum.

Unsere Deutschkurse finden zweimal pro Woche statt. Kursstufen: Vorstufe, A1, A2 und B1.

Unsere Kurse werden von AMIF gefördert, einem EU-Förderprogramm zur Finanzierung von Maßnahmen in den EU-Mitgliedstaaten.

Für die Teilnehmenden entstehen keine Kosten.

Man jederzeit in einen Kurs einsteigen, sofern es einen freien Platz gibt.



Termine: Montag - Freitag



Kontakt: Dorota und Ljubica

Anmeldung erforderlich

Extras: Es gibt eine kostenlose Kinderbetreuung

Alle Informationen zu diesem Angebot unter



lerne.deutsch@mgh-da.de
erfragen



Kostenlos

MiA – „MIGRANTINNEN EINFACH STARK IM ALLTAG“



MiA ist ein Kursangebot für Migrantinnen und geflüchtete Frauen ab 16 Jahre.

Dort sprechen sie über Themen, die für sie wichtig sind. Dabei können sie ihr Deutsch verbessern. An manchen Tagen gehen sie gemeinsam nach draußen, zum Beispiel um die Stadt kennen zu lernen. Oft gibt es in MiA-Kursen auch noch andere kreative Angebote, zum Beispiel nähen, singen oder malen. MiA ist ein Kursangebot, in dem Frauen sich gegenseitig stärken. Sie machen sich Mut. Sie lernen dazu und erfahren viel Neues.

Ein Kurs dauert 34 Stunden, verteilt über mehrere Wochen oder Monate. Sie können an bis zu drei Kursen teilnehmen.

Die Kurse finden einmal oder zweimal pro Woche statt. Während des Kurses bieten wir nach Bedarf Kinderbetreuung im Nebenraum.

Die Kurse werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert. Für die Teilnehmerinnen entstehen keine Kosten. Eine Anmeldung ist erforderlich!

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Termine: Montag - Donnerstag
Alle Informationen zu diesem
Angebot unter
lerne.deutsch@mgh-da.de
erfragen



Anmeldung erforderlich

Kontakt: Dorota und Ljubica

Extras: Kostenlose Kinderbetreuung

Kostenlos

In der Küche ist's am Schönsten...
Dieses Angebot gibt Zeit und Raum für Begegnung und Austausch und kann alles sein, was von den Besucher:innen gewünscht wird.

Ihr wünscht euch einen Ort, um eine Nachbarschaftsinitiative zu gründen? Um in Ruhe Kaffee zu trinken, Waffeln zu backen oder mit euren Kindern den Fußboden mit Holzschienen zu pflastern? Sich mit einem Buch aufs

Sofa fläzen oder eine Diskussionsrunde starten? Wer sich wünscht mit anderen Menschen initiativ zu werden, sich auszutauschen oder sich zu informieren ist hier ebenso willkommen wie Menschen, die sich einen Ort zum Entspannen und Genießen wünschen. Hier kann jeder Mensch seine eigenen Ideen oder Vorschläge einbringen und an der Gestaltung mitwirken. Unsere Wohnküche freut sich auf neue Gäste!



Mo. und Fr., 15:00 - 18:00 Uhr

Di. und Do., 9:00 - 12:00 Uhr

offener.treff@mgd-da.de

www.familien -willkommen.de

Darmstadt Wegweiser Familie und Beruf

familien-willkommen.de bietet Informationen für Familien, Firmen und Facheinrichtungen rund um die Themen **Familie, Beruf und Leben in Darmstadt**. Neben aktuellen Hinweisen zu Veranstaltungen und Angeboten für Familien finden sich Adressen und Anlaufstellen in Darmstadt gegliedert nach 14 Themenbereichen.

Besuch du die Website und informiere Dich!

Gegründet wurde das Portal im Mütterzentrum Darmstadt. Nach dem Wechsel der Trägerschaft zur Stadt Darmstadt ist es heute ein Kooperationsprojekt zwischen Frauenbüro und Mehrgenerationenhaus.

ONLINE GEDRUCKT VON

SAXOPRINT 

JAPANISCHE SPIELGRUPPE

Die Japanische Spielgruppe richtet sich an Kinder mit japanischer Muttersprache im Alter von 0 bis 6 Jahren. Die Kinder spielen, basteln, singen japanische Lieder und hören japanische Geschichten. Das Programm wird reihum von den Teilnehmer:innen organisiert.

日本語プレイグループは、0歳から6歳までの日本語を話す幼児を対象としています。おやつの後、工作、歌、日本語の絵本の読み聞かせなどを行います。毎回の企画は保護者が交代で担当します。



Termine / 開催日:
jeden ersten und dritten
Donnerstag im Monat,
15:00 - 18:00 Uhr

毎月第1、第3木曜日 15時～18時



Kontakt: Ayane Johchi
da.nihongo.sg@gmail.com



2€ pro Treffen

1 Getränk inbegriffen, für Kinder
bis 6 Jahre kostenlos

参加費用

2ユーロ

暖かい飲み物1杯が含まれます。

OASIS LATINOAMERICANO



Desde el 2022 venimos construyendo este espacio de encuentro como un lugar de esparcimiento, apoyo y crecimiento para niños, jóvenes y adultos enlazados a las culturas latinoamericanas.

En especial esta es una oferta para disfrutar de la gran variedad de expresiones orales y emocionales propias de nuestra lengua española. Y, nos brinda la oportunidad de regalarle a nuestros hijos una lengua de herencia y, con ella, transmitirles un bagaje cultural cuya resonancia abarca mucho más que el mundo de las palabras.

En cada encuentro, además de compartir una merienda, promovemos el desarrollo de diferentes habilidades. Algunas veces cantamos, otras bailamos. Hay días en los que nos divertimos horneando recetas alemanas o de algunos de nuestros países de origen. Algunas veces nos disfrazamos, o hacemos alguna manualidad o festejamos juntos algún evento local o internacional.

También nos encanta promover la lectura y solemos terminar nuestros encuentros leyendo de forma colectiva algún cuento corto, lectura de la cual participan activamente leyendo las niñas y los niños que ya saben hacerlo.

En síntesis, esta es una invitación para compartir nuestras experiencias que hacen parte de nuestro procesos migratorios.

A todos en este grupo nos alegra contar con vuestra presencia, o mejor dicho con vuestra compañía!



Termine: Jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat, 16:00 - 18:00 Uhr



Kontakt: Dailisbeth Bastardo und Mayte Vásquez



oasislatingoDA@gmail.com



2,50€

SIN „EÑE” NO HAY MAÑANA



Taller de escritura para niñas y niños

Este espacio busca fortalecer el lenguaje heredado, de modo divertido y creativo.

En las sesiones anteriores quedó claro que si algo no les falta a nuestros peques es imaginación! Pero siempre se pueden adquirir nuevas palabras! No todo está enfocado en „escribir”, también impulsamos el juego y el dibujo como herramientas válidas para contar historias. Si quienes participan, ya están más en la adolescencia que en la niñez, adaptamos las consignas a sus intereses y capacidades. Les esperamos!

Señoras y señores, a escribir!

La capacidad de escribir historias se construye. No hay quien no pueda adquirir herramientas para producir textos literarios. Además, escribir es una muy buena estrategia para la auto-reflexión y el fortalecimiento de nuestra autoestima. En cada encuentro ensayamos no solo una manera de disfrutar de la escritura, sino también un modo de valorar a las grandes plumas del mundo hispanohablante. No te prives de este disfrute!



**Fechas y horarios: Miércoles,
30.09., 28.10., 18.11. y 02.12.,
de 18:00 a 18:50**



Coordinan: Silvia Vicente y Patricia
García Pablos



Inscripciones: requeridas



Correo electrónico:
castellanoenDA@gmail.com



Precio: 6€



**Fechas y horarios: Miércoles,
30.09., 28.10., 18.11. y 02.12.,
de 19:00 a 20:30**



Coordinan: Silvia Vicente y Patricia
García Pablos



Inscripciones: requeridas



Correo electrónico:
castellanoenDA@gmail.com



Precio: 6€

SINGGARTEN FÜR KLEINKINDER

Der Singgarten ist ein musikalisches Angebot für Kinder vom Kleinkindalter bis zum Vorschulalter. Mit einfachen Instrumenten, wie Rasseln, Klangbausteinen und Trommeln werden die Kinder spielerisch an Musik herangeführt. Sie dürfen hier ohne Leistungserwartung Musik aufnehmen und selbst gestalten.

Im **Singgarten 1 (1,5 – 3,5 Jahre)** erweitern wir den Liederschatz aus dem Musikgarten. Es kommen nun einfache Großbewegungsspiele und Tänze hinzu. Die Kinder können bereits einfache Gesten nachahmen und beginnen mitzusingen. Sie schlüpfen in die Rollen von Tieren, hüpfen wie die kleinen Frösche oder tanzen wie die wilden Pferde.

Im **Singgarten 2 (3 – 5 Jahre)**

kommen nun komplexere Singspiele hinzu. Die Kinder können mittlerweile einfache Rhythmusfolgen mitspielen und Tonfolgen nachsingen. Wir singen einfache Kanons und begleiten die Jahreszeiten musikalisch. Das Gruppenerlebnis und der Einsatz von Instrumenten stehen im Mittelpunkt.

In unserem wöchentlichen Treffen bauen wir uns einen gemeinsamen Liederschatz auf. Bald schon wird das Musizieren zu einem festen Bestandteil eures Familienlebens werden.

Komm zu einer kostenlosen Schnupperstunde vorbei.



 **Singgarten 1: Mittwochs, 17:00 - 17:45 Uhr**

 **Singgarten 2: Mittwochs, 16:00 - 16:45 Uhr**

 Kontakt: Kassandra Kornett
 Im Herbst/Winter im MGH, zwischen Oster- und Herbstferien im Herrngarten.

Anmeldung erforderlich
musikgartendarmstadt@gmail.com
53€ pro Monat

MUSIKGARTEN FÜR KLEINE LÄUFER

Der Musikgarten für Kleine Läufer ist ein musikalisches Angebot für Babys in der „Sturm- und Drangphase“ (12-22 Monate). Dieser Kurs ist aktiver gestaltet, als der Musikgarten für Babys, denn die Kinder können oft schon laufen oder sehr schnell krabbeln. Sie trauen sich jetzt schon mal von Mama weg und gehen alleine los auf Entdeckungsreise. Im Musikgarten für Kleine Läufer lade ich euch und eure Babys zum musikalischen Spiel ein. Mit einfachen Instrumenten, wie Glöckchen, Klanghölzern, Rasseln und Trommeln werden die Kinder spielerisch an Musik herangeführt. Diese üben schon auf die kleinsten Babys eine starke Faszination aus und animieren sie dazu selbst Geräusche und Klänge zu erzeugen und zu erforschen. Die Kinder dürfen hier ohne Leistungserwartungen Musik aufnehmen und selbst gestalten. Bald schon wird das Musizieren zu einem

festen Bestandteil eures Familienlebens werden.

Langzeitstudien bestätigen inzwischen den positiven Einfluss von Musikerziehung auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes – auf die musikalische Begabung, das Sozialverhalten und das Lernen.

In unserem wöchentlichen Treffen bauen wir uns einen gemeinsamen Liederschatz auf, lernen Fingerspiele, Kniereiterspiele, Kinderlieder und Tänze.

Omas, Opas und Geschwisterkinder sind willkommen.

Komm zu einer kostenlosen Schnupperstunde vorbei.



Termine:

Mittwochs, 15:10 - 15:45 Uhr



Kontakt: Cassandra Kornett



Im Herbst/Winter im MGH, zwischen Oster- und Herbstferien im Herrngarten.

Anmeldung erforderlich



musikgartendarmstadt@gmail.com

42€ pro Monat

DIGITAL OHNE STRESS



Beratung für Senioren und alle Interessierten

Smartphone, Tablet oder Computer: Die digitale Welt kann manchmal ziemlich kompliziert sein. In einer entspannten Atmosphäre bringen wir dir die Grundlagen und Möglichkeiten moderner Technik näher. Gemeinsam entdecken wir, wie Du deine Geräte sicher und einfach nutzen kannst. Ob Nachrichten schreiben, Fotos teilen oder das Internet erkunden – wir gehen auf deine Fragen ein und finden Lösungen, die zu dir passen. Unser Ziel: Hürden abbauen, Sicherheit gewinnen

und Technik mit mehr Freude nutzen. Egal, ob du Einsteiger*in bist oder schon erste Erfahrungen hast – wir nehmen uns Zeit für dich!

Bei deinem ersten Termin möchten wir zunächst die Grundfunktionen und Möglichkeiten von Smartphones (Android, iPhone usw.) behandeln. Bei den folgenden Terminen können dann konkretere Bedürfnisse angesprochen, Themen wiederholt oder sogar andere Themenbereiche wie soziale Netzwerke, künstliche Intelligenz oder Sicherheit im Netz behandelt werden.



Termin: nach Vereinbarung



Ansprechpartner: Luke Bliedner



Anmeldung erforderlich



digital@mgh-da.de

oder telefonisch Montag und Mittwoch von 9:00 bis 12:00 Uhr unter 06151 295200



Teilnahme gegen Spende (Richtwert: 2 bis 5 €)





Für Euren Workshop, Euer Seminar oder Eure Familienfeier stellen wir Euch Räume, Beamer, Leinwand, und nach Rücksprache auch weitere Services zu Verfügung. Dadurch wollen wir die Vernetzung und die Schaffung von Kontakten mit anderen Institutionen fördern.

Kontakt:
koordination@mgh-da.de



SEPTEMBER

03.09.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 18:00	Seite 23
04.09.	Anderes Burnout Café Darmstadt: Selbstwert, Selbstachtung und Selbstliebe	19:00 - 21:15	Seite 17
10.09.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 24
12.09.	Kindersachen Flohmarkt	9:30 - 12:30	Seite 10
12.09.	Flohmarkt für Teenies	14.00 - 17:00	Seite 11
17.09.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 18:00	Seite 23
24.09.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 24
24.09.	Yoga des Atmens und Meditation	19:00 - 20:15	Seite 12
25.09.	Stricktreff DA	15:00 - 18:00	Seite 14
30.09.	Sin eñe no hay mañana (peques)	18:00 - 18:50	Seite 25
30.09.	Sin eñe no hay mañana (mayores)	19:00 - 20:30	Seite 25

OKTOBER

01.10.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 18:00	Seite 23
02.10.	Anderes Burnout Café Darmstad: Gelassenheit und Mut	19:00 - 21:15	Seite 17
08.10.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 24
08.10.	Yoga des Atmens und Meditation	19:00 - 20:15	Seite 12
15.10.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 18:00	Seite 23
22.10.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 24
22.10.	Yoga des Atmens und Meditation	19:00 - 20:15	Seite 12
23.10.	Klamotten für Lieselotten	18:00 - 21:00	Seite 9
28.10.	Sin eñe no hay mañana (peques)	18:00 - 18:50	Seite 25
28.10.	Sin eñe no hay mañana (mayores)	19:00 - 20:30	Seite 25
29.10.	Filmvorführung: Ein kleines Stück vom Kuchen	19:00 - 21:45	Seite 6
30.10.	Stricktreff DA	15:00 - 18:00	Seite 14

NOVEMBER

05.11.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 18:00	Seite 23
05.11.	Filmvorführung: Cloudburst	19:00 - 21:45	Seite 6
06.11.	Anderes Burnout Café Darmstadt: Grenzen erkennen und setzen	19:00 - 21:15	Seite 17
12.11.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 24
12.11.	Filmvorführung: Es sind die kleinen Dinge	19:00 - 21:45	Seite 7
18.11.	Sin eñe no hay mañana (peques)	18:00 - 18:50	Seite 25
18.11.	Sin eñe no hay mañana (mayores)	19:00 - 20:30	Seite 25
19.11.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 18:00	Seite 23
19.11.	Yoga des Atmens und Meditation	19:00 - 20:15	Seite 12
26.11.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 24
27.11.	Stricktreff DA	15:00 - 18:00	Seite 14
28.11.	Backkurs für Kinder	15:00 - 17:30	Seite 15

DEZEMBER

02.12.	Sin eñe no hay mañana (peques)	18:00 - 18:50	Seite 25
02.12.	Sin eñe no hay mañana (mayores)	19:00 - 20:30	Seite 25
04.12.	Anderes Burnout Café Darmstadt: Ad hoc Selbsthilfen und Selbstfürsorge	19:00 - 21:15	Seite 17
10.12.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 24
17.12.	Yoga des Atmens und Meditation	19:00 - 20:15	Seite 12

MGH HIGHLIGHTS



FLOHMARKT FÜR TEENIES

SAMSTAG 12.09.
14:00 - 17:00 Uhr



KLAMOTTEN FÜR LIESELOTEN

FREITAG 23.10.
18:00 - 21:00 Uhr



FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN

**DONNERSTAGS, 29.10., 05.11.,
und 12.11., 19:00 Uhr**