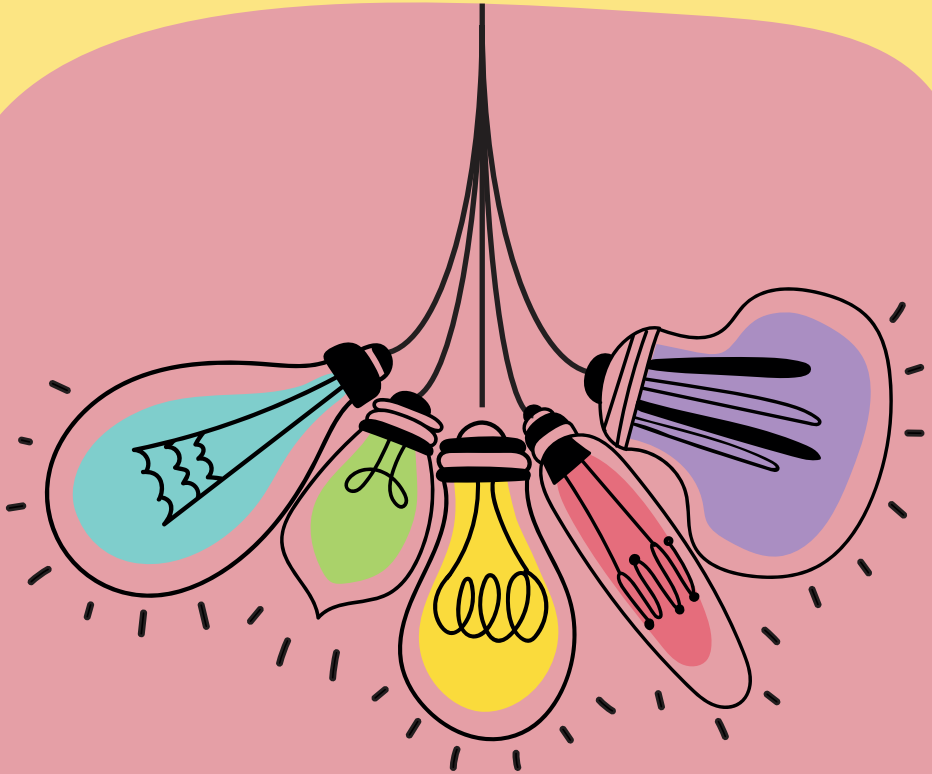




Mehr
Generationen
Haus



MITGESTALTUNG

PROGRAMM MAI - AUGUST 2026

INHALT

HAUSFRAUENBUND IM MGH	4	SINGGARTEN 1 FÜR KLEINKINDER (1,5 - 3,5 Jahre)	23
FÖRDERVEREIN	6	SINGGARTEN 2 FÜR KLEINKINDER (3 - 5 Jahre)	24
VOR ORT			
TANGO ALS WIEDERBEGEGNUNG TANGO ARGENTINO	7	SPRACHCLUB DARMSTADT	25
DAS YOGA DES ATMENS – EINE EINFÜHRUNG	8	LERNE DEUTSCH!	26
OFFENER TREFF	10	MiA – „MIGRANTINNEN EINFACH STARK IM ALLTAG“	27
ANDERES BURNOUT CAFÉ DARMSTADT	11	SERVICE	
BILINGUAL BABIES	12	DIGITAL OHNE STRESS	28
MUSIC TOGETHER® BABIES CLASS	13	UNTERVERMIETUNGEN	29
SPIEL- UND KRABELGRUPPE, WILLKOMMENS- BERATUNG	14	MONATSKURZ-ÜBERSICHT	30
KREATIVER BABYTREFF	15	SCHLIEßZEITEN: Fr. 01.05., Do. 14.05., Fr. 15.05., Mo. 25.05., Do. 04.06. und Fr. 05.06. SOMMERFERIEN: Mo. 13.07. bis Fr. 31.07.	
STRICKTREFF DA	17	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	
OASIS LATINOAMERICANO	18		
SIN „EÑE“, NO HAY MAÑANA	19		
JAPANISCHE SPIELGRUPPE	20		
MUSIKGARTEN FÜR KLEINE LÄUFER (12 - 22 Monate)	22		



Mitgestaltung

„Du kannst Kreativität nicht aufbrauchen. Je mehr du sie benutzt, desto mehr hast du.“

Maya Angelou, amerikanische Autorin und Bürgerrechtlerin.

Mitgestaltung: Welch ein schönes Wort! Dabei geht es nicht unbedingt um einen größeren Kontext in dem das Wort benutzt wird. Vor dem geistigen Auge erscheinen einem Menschen, die gemeinsam kreativ sind, die sich zusammentun, Ideen sprudeln lassen und sie gemeinsam umsetzen. Menschen, die nach Lösungen suchen und es alleine nicht schaffen würden oder vielleicht auch nur mehr Spaß in Gesellschaft haben; die was ausprobieren wollen und sich nicht scheuen dabei Fehler zu machen.

Wer hat keine Bilder aus der Kindheit im Kopf, in der wir eine Wand anmalten und uns dabei richtig dreckig machen durften oder im Nachbargarten alte

Decken und Kisten zusammentrugen um uns Hütten zu bauen, die leider nicht lange hielten, aber umso mehr Spaß machten, weil wir sie selber gebaut hatten und aus unseren eigenen Überlegungen heraus entstanden waren?! Ja, manchmal gab es auch Streit, aber auch Versöhnung, weil aus jeder guten Idee wieder eine neue entstand.

Es gibt so viele Möglichkeiten gemeinsam kreativ zu sein und aktiv etwas zu gestalten.

Im MGH gestalten wir selbstverständlich mit. Wie ein lebendiger und bunter Blumenstrauß aus Ideen und Möglichkeiten versuchen wir an der Gesellschaft mitzugestalten und freuen uns über jeden Beitrag, jedes Angebot und jede hilfreiche Hand. Und manchmal braucht es -wie damals in der Kindheit- für die Umsetzung eines neuen, schönen Projekts nur die einfache Frage: „Machst du mit?“

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**



HAUSFRAUENBUND 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.

www.hausfrauenbund-darmstadt.de
hausfrauenbund-darmstadt@web.de

FÖRDERVEREIN

Warum gibt es einen Förderverein?

Der Förderverein des MGH ist eine unverzichtbare Unterstützung für die Entwicklung unserer Aktivitäten. Zusätzlich zu den Ermäßigungen, die Mitglieder für jede unserer zahlreichen Aktivitäten erhalten, erhalten sie auch einen attraktiven Rabatt, wenn sie unsere Räumlichkeiten für Familienfeiern, Workshops oder private Konferenzen mieten möchten. Einige unserer Angebote sind kostenlos, bzw. kostenreduziert, z. B. der

Sprachclub, offene Treffs, Deutschkurse oder besondere Veranstaltungen wie das Filmfestival der Generationen, wo wir jedes Jahr Filme mit Publikumsgespräch anbieten. Wir möchten diese Möglichkeiten weiterhin anbieten und gleichzeitig neue fördern. Hierfür benötigen wir Ihre Unterstützung. Der jährliche Mitgliedsbeitrag beträgt 25 Euro. Wir hoffen, Sie schon bald als Partner:in gewinnen zu können!



Antrag auf Mitgliedschaft im
Förderverein des Mehrgenerationenhauses Darmstadt e.V.

Hiermit beantrage ich die Mitgliedschaft im Förderverein des
Mehrgenerationenhauses Darmstadt e.V.

Vorname, Name: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

Telefon: _____ E-Mail*: _____

Ich zahle einen freiwilligen Beitrag von € _____ im Jahr.

Ich zahle einen Mindestbeitrag von € 25,- im Jahr.

Über den Betrag wünsche ich jährlich eine Spendenquittung ja nein
(Zutreffendes bitte ankreuzen und ggf. eintragen)

Einzugsermächtigung:

Hiermit ermächtige ich den Förderverein des Mehrgenerationenhauses
Darmstadt e.V. widerruflich, den oben angegebenen Vereinsbeitrag jährlich zu
Lasten des folgenden Kontos mittels Lastschrift einzuziehen:

Kontoinhaber: _____

Name der Bank: _____

IBAN: _____

BIC: _____

Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____

TANGO ALS WIEDERBEGEGNUNG TANGO ARGENTINO

NEU

Anne-Marie Lucas tanzt und unterrichtet seit über 25 Jahren argentinischen Tango. Ihre Laufbahn als Tänzerin begann in Buenos Aires, wo sie viele Jahre lang intensiv studierte und sich künstlerisch weiterentwickelte. Sie arbeitete mit zahlreichen Lehrern zusammen, von denen sie insbesondere in den Bereichen Führung und Pädagogik geprägt wurde. Heute lebt und unterrichtet sie in Burgund (Frankreich) und kehrt regelmäßig nach Darmstadt zurück, um Tangokurse zu geben. Sie hat auch in der Schweiz, der Türkei und in Buenos Aires unterrichtet.

Sie vermittelt den Tango als Weg zurück zum eigenen Körper: einer Wiederbegegnung mit dem Gefühl und der Wahrnehmung. Erst daraus kann eine authentische Begegnung mit dem Partner entstehen.

Die spielerische Improvisation nimmt in ihrem Unterricht einen zentralen Platz ein.

Tango ist keine festgelegte Schrittfolge, sondern ein kreatives Spiel im Moment: der Musik, dem eigenen Körper und dem Partner lauschen.

Besonderes Augenmerk liegt auf der Körperachse im Tanz: jede Tänzerin und jeder Tänzer entwickelt eine eigene



stabile Achse und körperliche Eigenständigkeit. Gleichzeitig lernen beide, ihre Achsen miteinander zu teilen – mit Vertrauen, Hingabe und gegenseitigem Respekt. Improvisation statt Schrittfolgen. Verbindung statt Perfektion. Wie im Leben entsteht so eine harmonische Balance zwischen Eigenständigkeit und Verbindung.



Termine: Dienstags 28.07. und 25.08., 19:30 - 21:00 Uhr



Zielgruppe: Anfänger und Mittelstufe (Gemeinsame Gruppe – Einstieg jederzeit möglich)



Kontakt: Anne-Marie Lucas

Anmeldung erforderlich: Der Kurs findet ab 6 angemeldeten



Teilnehmer*innen statt

E-Mail: anitango@posteo.de



WhatsApp: +33 7 84 87 00 93,
+49 151 46616262



25€ pro Person, 45€ pro Paar

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 Schnupperstunde 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 eine vertiefte Atemtechnik erlernt wird.

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.

Man kann an einem der Termine teilnehmen, ohne an den anderen dabei zu sein. Man kann aber auch gerne an allen teilnehmen, wenn man möchte. Die Übungen werden wiederholt und die Workshops sind unabhängig voneinander aufgebaut.



DAS YOGA DES ATMENS – EINE EINFÜHRUNG

NEU



VOR ORT



**Termine: Donnerstags
28.05, 11.06. und 25.06.,
18:30 - 20:30 Uhr.**



Kontakt: Béatrice
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>



Kostenlos

OFFENER TREFF

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!



VOR ORT



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



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

offener.treff@mgd-da.de

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., 08.05.:** Wege aus dem Burnout.
- Fr., 12.06.:** Prokrastination überwinden.
- Fr., 14.08.:** Geeignete Kommunikationsmuster mit mir und anderen.



Termine: 08.05., 12.06. und 14.08., 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

BILINGUAL BABIES



VOR ORT

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@mgd-da.de



4€

MUSIC TOGETHER® BABIES CLASS MUSIKALISCHE FRÜHERZIEHUNG IN ENGLISCHER SPRACHE



Vielleicht fragen Sie sich, was Ihr Neugeborenes von einem Musikkurs mitnehmen kann und ab welchem Alter es davon profitieren sollte. Bei Music Together® wissen wir: es ist nie zu früh, Babys für den Kurs zu begeistern! Ihr kleiner Schatz ist ein geborener Musiker und bereit, von Geburt an Musik zu lernen.

Im Music Together Babies-Kurs für Babys von der Geburt bis zum 9. Monat (zu Semesterbeginn) lernen Sie viele spielerische und musikalische Aktivitäten kennen. Sie lernen außerdem, musikalische Verhaltensweisen Ihres Babys zu erkennen, um seine Entwicklung in dieser besonders aufnahmefähigen Phase zu fördern. Der Babykurs bietet noch weitere Vorteile! Singen und Tanzen mit Ihrem Baby stärkt Ihre Bindung. Und gemeinsam mit anderen Eltern von Neugeborenen zu musizieren, ist eine tolle Möglichkeit,

neue Freundschaften zu knüpfen – auch mit anderen Eltern, die genauso müde sind wie Sie!

Außer Unterricht bekommen die Familien das illustrierte Liederbuch mit Maracas Song Collection, CD, und Zugang zu unserer praktischen App. Der Kurs wird in englischer Sprache abgehalten, ist aber für Familien jeder Nationalität geeignet!

🕒 Termine: 08.05. bis 26.06. (8 Termine)

🕒 Freitags 11:30 - 12:30 Uhr

! Zielgruppe: Babys bis zum 9. Monat (oder bis sie mobil sind) und ihre Eltern

👤 Kontakt: Katarzyna (Kasia) Otczyk, mtinladadi@gmail.com

✉ www.musictogetheringriesheim.com
Anmeldung:

! <https://www.kikudoo.com/music-together-in-ladadi>

€ 120€ bei Anmeldung plus 40€ Service Fee vor Ort

SPIEL- UND KRABELGRUPPE

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

VOR ORT

WILLKOMMENSBERATUNG

Neu in Darmstadt? Beratung für neue Bürger:innen

Das MGH möchte neu zugezogenen Bürger:innen in Darmstadt helfen, sich in ihrer noch neuen Umgebung zurecht zu finden.

Welcome information
Asesoramiento de bienvenida
Консультация по приезду
Assessoramento de bem vinda

Bei Bedarf vermitteln wir an entsprechende Facheinrichtungen weiter.

Auf Wunsch können wir auf englisch, spanisch und portugiesisch beraten.



Termin nach Vereinbarung



Anmeldung erforderlich



schreib.ans@mgh-da.de



Dieser Service ist kostenlos

KREATIVER BABYTREFF



Ein entspanntes Come-Together-Angebot mit der Möglichkeit kreativ zu werden, für Mamas mit Baby bis 12 Monate: Es sind verschiedene Materialien wie Farben, Papier, Modelliermasse, etc. vorhanden, mit denen du über das kreative Schaffen sowohl in Kontakt mit dir selbst kommst, sowie Gemeinschaft und Austausch mit Anderen lebst.

Während der Zeit kann das Baby in der Trage, auf einer Decke am Boden oder im Maxi-Cosi einfach dabei sein. Die Mütter können im Stehen, am Tisch oder auf dem Boden sitzend aktiv werden. Ganz so, wie es am besten für dich und dein Baby passt.



- 🕒 **Termine: Freitags, 09:30 - 11:30 Uhr,**
- 🕒 **ab dem 03.07., 10:00 - 12:00 Uhr**
- ! Für Mütter mit Babys bis 12 Monate
- ! Anmeldung und Info: me-time@mgh-da.de
- € Kosten: 3,50 €

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



STRICKTREFF DA

Es handelt sich nicht um einen Kurs





VOR ORT


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 29.05., 26.06. und 28.08. ab 15:00 Uhr**

 Kontakt: Hanna Englert

 Anmeldung erforderlich:

 wolligespende@gmx.de

 Kosten: 3-5 € auf Spendenbasis

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



oasislatinoDA@gmail.com



2,50€

SIN „EÑE“, NO HAY MAÑANA

Este proyecto promueve la escritura en español/castellano en hispanohablantes residentes en Darmstadt, desde las y los peques de escuela primaria, hasta personas mayores, sin olvidarnos de adolescentes y jóvenes.

Se organizarán talleres creativos y motivadores y también se convocará a participar de concursos de escritura con el objetivo de editar materiales producidos en castellano/español por parte de quienes dominan esa lengua. No será necesario participar de los talleres para participar de estos concursos.

Deseamos impulsar el conocimiento de la literatura en nuestra lengua materna, por ello, estableceremos clubes de lectura, adaptados a la edad e intereses de quienes participen y dispondremos de una pequeña biblioteca con ejemplares en español.

Nos interesa también apoyar a personas enamoradas de nuestra lengua y que están estudiándola o ya la dominan, así que ofreceremos nuestras habilidades de „cuentacuentos“ en espacios como escuelas, bibliotecas u otras organizaciones.

Ya que la coordinación de todo este proyecto es compleja y muy variada, según sea la edad, el manejo del lenguaje o los intereses que se tengan,



sugerimos que nos escriban a nuestro correo (castellanoenDA@gmail.com), para poder darles información más específica.

¡Es bienvenida toda colaboración de quienes quieran sumarse en la organización de este proyecto! Desde ya, muchas gracias por ayudarnos a difundirlo. Ojalá que surjan plumas como las de Cervantes, Gabriela Mistral, García Márquez, Allende o Almudena Grandes dispuestas a escribir hermosos relatos!



**Termine: 13.05., 24.06. und
26.08., 18:30 - 21:00 Uhr**

Kontakt: Silvia und Patricia unter:
castellanoenDA@gmail.com

Anmeldung erforderlich!

€ Weitere Informationen auf Anfrage

Die japanische Eltern-Kind-Gruppe Darmstadt richtet sich an Kinder von 0 bis 6 Jahren.

Zweimal im Monat treffen sich Kinder mit japanischer Muttersprache in Begleitung der japanisch sprechenden Eltern. Die gesprochene Sprache während des Treffens ist Japanisch. Die Kinder spielen, basteln, singen japanische Lieder und hören gemeinsam japanische Geschichten. Die

Eltern haben Zeit sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen.

Neben freiem Spiel findet ein kleines gemeinsames Programm statt (z.B. Basteln mit Origami-Papier, singen und vorlesen jahreszeitlicher Lieder und Geschichten).

Das Programm wird reihum von den Teilnehmer:innen organisiert.



JAPANISCHE SPIELGRUPPE



VOR ORT



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。

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



musikgardendarmstadt@gmail.com

42€ pro Monat

SINGGARTEN 1 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.



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



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



Anmeldung erforderlich
musikgardendarmstadt@gmail.com
53€ pro Monat

SINGGARTEN 2 FÜR KLEINKINDER

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.



VOR ORT



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



Kontakt: Cassandra Kornett



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

Anmeldung erforderlich
musikgardendarmstadt@gmail.com
53€ pro Monat

SPRACHCLUB DARMSTADT

Lass uns gemeinsam Deutsch sprechen!

Давайте говорить по-немецки вместе!

Haydi birlikte Almanca konuşalm!

Let's talk German together!

نم صحبت المان باهم ه بزار



VOR ORT



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



Kontakt: Andreas



Sprachclub_Darmstadt@gmx.de
facebook: Sprachclub Darmstadt



Kosten: 1€

LERNE DEUTSCH!



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

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 €)

UNTERVERMIETUNGEN



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



MAI

07.05.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 17:00	Seite 20
Ab dem 08.05.	Kreativer Babytreff - Me-Time für die Mutter	9:30 - 11:30	Seite 15
Ab dem 08.05.	Music together Babies Class	11:30 - 12:30	Seite 13
08.05.	Anderes Burnout Café Darmstadt: Wege aus dem Burnout	19:00 - 21:15	Seite 11
13.05.	Sin "eñe", no hay mañana	18:30 - 21:00	Seite 19
21.05.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 17:00	Seite 20
28.05.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 18
28.05.	Das Yoga des Atmens – eine Einführung	18.30 - 20:30	Seite 8
29.05.	Stricktreff DA	15:00 - 18:00	Seite 17

JUNI

11.06.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 18
11.06.	Das Yoga des Atmens – eine Einführung	18:30 - 20:30	Seite 8
12.06.	Anderes Burnout Café Darmstadt: Prokrastination überwinden	19:00 - 21:15	Seite 11
18.06.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 17:00	Seite 20
24.06.	Sin "eñe", no hay mañana	18:30 - 21:00	Seite 19
25.06.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 18
25.06.	Das Yoga des Atmens – eine Einführung	18:30 - 20:30	Seite 8
26.06.	Stricktreff DA	15:00 - 18:00	Seite 17

JULI

02.07.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 17:00	Seite 20
Ab dem 03.07.	Kreativer Babytreff - Me-Time für die Mütter	10:00 - 12:00	Seite 15
09.07.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 18
28.07.	Tango als Wiederbegegnung Tango Argentino	19:30 - 21:00	Seite 7

AUGUST

06.08.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 17:00	Seite 20
13.08.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 18
14.08.	Anderes Burnout Café Darmstadt: Geeignete Kommunikationsmuster mit mir und anderen	19:00 - 21:15	Seite 11
20.08.	Japanische Spielgruppe	15:00 - 17:00	Seite 20
25.08.	Tango als Wiederbegegnung Tango Argentino	19:00 - 21:00	Seite 7
26.08.	Sin "eñe", no hay mañana	18:30 - 21:00	Seite 19
27.08.	Oasis Latinoamericano	16:00 - 18:00	Seite 18
28.08.	Stricktreff DA	15:00 - 18:00	Seite 17

MGH HIGHLIGHTS



DAS YOGA DES ATMENS

**DONNERSTAGS, 28.05., 11.06.
und 25.06., 18:30 - 20:30 Uhr**



TANGO ALS WIEDERBEGEGNUNG

**DIENSTAGS, 28.07. und 25.08.,
19:30 - 21:00 Uhr**



STRICKTREFF DA

**FREITAGS, 29.05., 26.06. und
28.08., ab 15:00 Uhr**