



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

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

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
<b>Woche vom 01.-03. März</b>				
01.03.	<b>Stuhl-Yoga</b>	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30-11.45Uhr
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00-11.15
03.03.	<b>Puppentheater</b>	„Peter Hase“	Herr Meyer Kontakt: 01777428013	14:00 Uhr
<b>Woche vom 04.-10. März</b>				
04.03.	<b>Starke Eltern – Starke Kinder</b>	Erwachsenenkurse für Eltern, die Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	9.00-11.00Uhr
	<b>Spielgruppe Hebammen</b>	Junge Mütter kommen mit ihren Kindern vorbei, zum Spielen in angenehmer Atmosphäre	Franziska Reininghaus u. Monika Michels Kontakt: 03322211211	10.00-12.00Uhr
	<b>Geburtsvorbereitungskurs</b>	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00-19.00 Uhr
	<b>Theatergruppe</b>	Theatergruppe für jedermann/frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00-20.00Uhr
	<b>Starke Eltern – Starke Kinder</b>	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
05.03.	<b>Rückbildungskurs</b>	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322211211	10.00-13.00 Uhr
	<b>Skat-Turnier</b>	Senioren-Skat-Turnier	Einfach vorbeikommen und mitspielen	13.00-18.30Uhr
	<b>Starke Eltern – Starke Kinder</b>	Erwachsenenkurse für Eltern, die Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.00 – 20.00

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45- 19.45Uhr
<b>06.03.</b>	<b>Fit dank Baby</b>	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	9.30-12.45Uhr
	<b>Rommé-Treff</b>	Senioren spielen Rommé bei Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mitspielen	14.00- 17.00Uhr
	<b>Senioren-Reisen</b>	Erzählungen mit Spiel, Spaß, Kaffee und Kuchen	Dr. Brigitte Kühnlenz Kontakt:03322429209	14.30- 16.30Uhr
	<b>Starke Eltern – Starke Kinder</b>	Erwachsenenurse für Eltern, die Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.30 – 20.30
<b>07.03.</b>	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	9.30-10.45Uhr
	<b>Rückbildungskurs</b>	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322-211211	11.30- 12.50Uhr
<b>08.03.</b>	<b>Stuhl-Yoga</b>	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30-11.45Uhr
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00 - 11.15Uhr
	<b>Patchwork-Falken</b>	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00- 14.00Uhr
	<b>Englisch Stammtisch</b>	We're looking forward to seeing you there!	Mario Lehmann Kontakt: 01724659345 Email: mlehmann72@t-online.de	19.00- 20.00Uhr
<b>Woche vom 11.-17. März</b>				
<b>11.03.</b>	<b>Spielgruppe Hebammen</b>	Junge Mütter kommen mit ihren Kindern vorbei, zum Spielen in angenehmer Atmosphäre	Franziska Reininghaus u. Monika Michels Kontakt: 03322211211	10.00- 12.00Uhr
	<b>Tanzcafé</b>	Seniorentanz mit Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mittanzen	14.30- 17.30Uhr

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
	<b>Geburtsvorbereitungskurs</b>	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00Uhr
	<b>Starke Eltern – Starke Kinder</b>	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
	<b>Theatergruppe</b>	Theatergruppe für Jedermann/frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
<b>12.03.</b>	<b>Rückbildungskurs</b>	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322-211211	10.00- 13.00Uhr
	<b>Skat-Turnier</b>	Senioren-Skat-Turnier	Einfach vorbeikommen und mitspielen	13.30- 18.30Uhr
	<b>Leben trotz Demenz</b>	Selbsthilfegruppe für Menschen, die an Demenz erkrankt sind	Ansprechpartner Herr Goldstein, Emailadresse: lebertrotzdemenz@gmail.com	14.00- 16.00Uhr
	<b>Starke Eltern – Starke Kinder</b>	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
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45- 19.45Uhr
<b>13.03.</b>	<b>Fit Dank Baby</b>	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	9.30-12.45Uhr
	<b>Strick-Frauen</b>	Kaffee, Kuchen und Stricken	Einfach vorbeikommen	10.00- 14.00Uhr
	<b>Rommé-Treff</b>	Senioren spielen Rommé bei Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mitspielen	14.00- 17.00Uhr
	<b>VDGN Beratung</b>	Fragen rund um Mieterprobleme	Einfach vorbeikommen	15.00- 18.00Uhr
	<b>Starke Eltern - Starke Kinder ®</b>	Erwachsenenkurse für Eltern, die Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	19.00- 21.00Uhr

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
14.03.	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	9.30-10.45Uhr
	<b>Rückbildungskurs</b>	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322-211211	11.30- 12.50Uhr
	<b>Gruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz</b>	Austausch, Unterstützung und Information in angenehmer Atmosphäre. (Parallele Betreuungsmöglichkeit)	Dipl.-Sozialpädagogin Else Schmidt Kontakt: 017610036611	14:00- 16:00Uhr
15.03.	<b>Stuhl-Yoga</b>	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30-11.45Uhr
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00- 11.15Uhr
	<b>Starke Eltern - Starke Kinder ®</b>	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
16.03.	<b>Patchwork-Falken</b>	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00- 17.00Uhr
<b>Woche vom 18.-24. März</b>				
18.03.	<b>Spielgruppe Hebammen</b>	Junge Mütter kommen mit ihren Kindern vorbei, zum Spielen in angenehmer Atmosphäre	Franziska Reininghaus u. Monika Michels Kontakt: 03322211211	10.00- 12.00Uhr
	<b>Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose</b>	Monatliches Treffen von Betroffenen der Erkrankung MS	Einfach vorbeikommen	15.00- 17.00Uhr
	<b>Geburtsvorbereitungskurs</b>	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00Uhr
	<b>Theatergruppe</b>	Theatergruppe für jedermann/frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
	<b>Starke Eltern - Starke Kinder ®</b>	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

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
19.03.	<b>Rückbildungskurs</b>	Gymnastik (Babys können mitgebraucht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322-211211	10.00- 13.00Uhr
	<b>Skat-Turnier</b>	Senioren-Skat-Turnier	Einfach vorbeikommen und mitspielen	13.30- 18.30Uhr
	<b>Erzählcafé</b>	Reden über das Alltagsgeschehen aus unserem Leben	Wolfgang Biernath Kontakt: 015110944236	14.30- 16.30Uhr
	<b>Starke Eltern - Starke Kinder ®</b>	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
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45- 19.45Uhr
20.03.	<b>Fit Dank Baby</b>	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	9.30-12.45Uhr
	<b>Rommé-Treff</b>	Senioren spielen Rommé bei Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mitspielen	14.00- 17.00Uhr
	<b>Strick-Frauen</b>	Kaffee, Kuchen und Stricken	Einfach vorbeikommen	14.00- 17.00Uhr
	<b>VDGN Beratung</b>	Fragen rund um Mieterprobleme	Einfach vorbeikommen	15.00- 18.00Uhr
21.03.	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	9.30-10.45Uhr
	<b>Rückbildungskurs</b>	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322211211	11.30- 12.50Uhr
	<b>Puppentheater Kocka</b>	Informationen entnehmen Sie bitte den Aushängen	Ansprechpartner: ASB Mehrgenerationenhaus Falkensee	
22.03.	<b>Stuhl-Yoga</b>	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30-11.45Uhr
	<b>Patchwork Falken</b>	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00- 14.00Uhr

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00- 11.15Uhr
	<b>Starke Eltern - Starke Kinder ®</b>	Erwachsenenkurse für Eltern, die Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: <a href="mailto:starkeeltern-starkekinder@posteo.de">starkeeltern-starkekinder@posteo.de</a>	18.00- 20.00Uhr
	<b>Englisch Stammtisch</b>	We're looking forward to seeing you there!	Mario Lehmann Kontakt: 01724659345 Email: <a href="mailto:mlehmann72@t-online.de">mlehmann72@t-online.de</a>	19.00- 20.00Uhr
<b>Woche vom 25.-31. März</b>				
<b>25.03.</b>	<b>Spielgruppe Hebammen</b>	Junge Mütter kommen mit ihren Kindern vorbei, zum Spielen in angenehmer Atmosphäre	Franziska Reininghaus u. Monika Michels Kontakt: 03322211211	10.00- 12.00Uhr
	<b>Parkinson</b>			
	<b>Geburtsvorbereitungskurs</b>	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00Uhr
	<b>Starke Eltern - Starke Kinder ®</b>	Erwachsenenkurse für Eltern, die Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: <a href="mailto:starkeeltern-starkekinder@posteo.de">starkeeltern-starkekinder@posteo.de</a>	18.00- 20.00Uhr
	<b>Theatergruppe</b>	Theatergruppe für jedermann/frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
<b>26.03.</b>	<b>Rückbildungskurs</b>	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322211211	10.00- 13.00Uhr
	<b>Skat-Turnier</b>	Senioren-Skat-Turnier	Einfach vorbeikommen und mitspielen	13.30- 18.30Uhr
	<b>Leben trotz Demenz</b>	Selbsthilfegruppe für Menschen, die an Demenz erkrankt sind	Dipl.-Sozialpädagogin Else Schmidt Kontakt: 017610036611	14.00- 16.00Uhr
	<b>Starke Eltern – Starke Kinder ®</b>	Erwachsenenkurse für Eltern die Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: <a href="mailto:starkeeltern-starkekinder@posteo.de">starkeeltern-starkekinder@posteo.de</a>	18.00- 20.00Uhr

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45- 19.45Uhr
<b>27.03.</b>	<b>Fit Dank Baby</b>	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	09.30- 12.45Uhr
	<b>Strick-Frauen</b>	Kaffee, Kuchen und Stricken	Einfach vorbeikommen	10.00- 14.00Uhr
	<b>Rommé-Treff</b>	Senioren spielen Rommé bei Kaffee und Kuchen	Einfach vorbeikommen und mitspielen	14.00- 17.00Uhr
	<b>VDGN Beratung</b>	Fragen rund um Mieterprobleme	Einfach vorbeikommen	15.00- 18.00Uhr
<b>28.03.</b>	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	9.30- 10.45Uhr
	<b>Rückbildungskurs</b>	Gymnastik (Babys können mitgebracht werden)	Hebamme Franziska Reininghaus Kontakt: 03322211211	11.30- 12.50Uhr
<b>29.03.</b>	<b>Stuhl- Yoga</b>	Yoga für Senioren	Barbara Cornelsen Kontakt: 03026347555	9.30-11.45Uhr
	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	10.00 - 11.15Uhr