



**Mehr
Generationen
Haus**

Wir leben Zukunft vor

Falkensee

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

Datum:	Veranstaltung:		Ansprechpartner:	Wann
--------	----------------	--	------------------	------

Woche vom 01.-04. August

01.08.	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
02.08.	Tanzen im Sitzen	Eine altersgemäße Tanzdisziplin für Senioren, die im sitzen ihre Beweglichkeit erhalten und verbessern möchten.	Maike Biesgen Kontakt: 033224231970 Maike.biesgen@web.de	10.45- 11.45Uhr
	Kanga	Training, Tanzen und Sport während und nach der Schwangerschaft, während dein Baby deine Nähe genießt	Frau Michalek Tel: 01743638636	12.30 Uhr
03.08.	Patchwork-Falken	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00- 17.00Uhr

Woche vom 05.-11. August

05.08.	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
	Theatergruppe	Theatergruppe für jedermann/frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
06.08.	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

	Leben trotz Demenz	Selbsthilfegruppe für Menschen, die an Demenz erkrankt sind	Ansprechpartner Herr Goldstein, Emailadresse: lebertrotzdemenz@gmail.com	14.00 – 16.00 Uhr
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45-19.45Uhr
07.08.	Fit dank Baby	Fitnesskurs mit Baby	Laura Winsche, Kontakt: 015774366637	9.30-12.45Uhr
	Rheuma-Liga		Einfach vorbeikommen	14.00 – 17.00 Uhr
	Senioren-Reisen	Erzählungen mit Spiel, Spaß, Kaffee und Kuchen	Dr. Brigitte Kühnlenz Kontakt:03322429209	14.30-16.30Uhr
	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	18.00-20.00Uhr
08.08.	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
09.08.	Tanzen im Sitzen	Eine altersgemäße Tanzdisziplin für Senioren, die im sitzen ihre Beweglichkeit erhalten und verbessern möchten.	Maike Biesgen Kontakt: 033224231970 Maike.biesgen@web.de	10.45-11.45Uhr
	Patchwork-Falken	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00-17.00Uhr

Woche vom 12.-18. August

12.08.	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	fällt aus

	Geburtsvorbereitungskurs	Werdende Mütter bekommen Tipps und Tricks von Hebammen	Hebamme Monika Michels Kontakt: 03322200262	17.00- 19.00 Uhr
	Theatergruppe	Theatergruppe für jedermann/frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
	Starke Eltern - Starke Kinder ®	Nachtreffen s: Kinder besser verstehen, „stark“ sein in der Erziehung	Frau Christa Oßwald, Tel:015121188417, Email: starkeeltern-starkekinder@posteo.de	18.00- 20.00Uhr
13.08.	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
	Leben trotz Demenz	Selbsthilfegruppe für Menschen, die an Demenz erkrankt sind	Ansprechpartner Herr Goldstein, Emailadresse: lebentrotzdemenz@gmail.com	14.00 – 16.00 Uhr
14.08.	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
15.08.	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
16.08.	Tanzen im Sitzen	Eine altersgemäße Tanzdisziplin für Senioren, die im sitzen ihre Beweglichkeit erhalten und verbessern möchten.	Maike Biesgen Kontakt: 033224231970 Maike.biesgen@web.de	10.45- 11.45Uhr

Woche vom 19.-25. August

19.08.	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
	Theatergruppe	Theatergruppe für Jedermann / frau	Einfach vorbeikommen und mitspielen	18.00- 20.00Uhr
20.08.	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
	Wirbelsäulengymnastik	Muskelentspannung und Gymnastik	Physiotherapeutin Regina Heinrich-Hering Kontakt: 03322421633	18.45- 19.45Uhr
21.08.		Geschlossene Veranstaltung		
22.08.	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
23.08.	Tanzen im Sitzen	Eine altersgemäße Tanzdisziplin für Senioren, die im sitzen ihre Beweglichkeit erhalten und verbessern möchten.	Maike Biesgen Kontakt: 033224231970 Maike.biesgen@web.de	10.45- 11.45Uhr
	Patchwork-Falken	Senioren stricken zusammen	Einfach vorbeikommen	10.00- 14.00Uhr

Woche vom 26.-30. August

26.08.	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
27.08.	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	13.30- 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
28.08.	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
29.08.	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
30.08.	Tanzen im Sitzen	Eine altersgemäße Tanzdisziplin für Senioren, die im sitzen ihre Beweglichkeit erhalten und verbessern möchten.	Maike Biesgen Kontakt: 033224231970 Maike.biesgen@web.de	10.45- 11.45Uhr