



MGH - aktuell Januar 2017

Liebe MGH-aktuell Leserinnen und Leser,



ein spannendes und abwechslungsreiches Jahr liegt hinter uns. Sie alle haben mit dazu beigetragen, das Angebot des MGH wunderschön zu gestalten und das Haus mit Leben zu füllen. Dafür möchte sich das gesamte Team des MGH bedanken. Gemeinsam möchten wir auch das neue Jahr gestalten. Lassen sie sich überraschen, was wir im neuen Jahr geplant haben.

Das Team des MGH und des MGH aktuell wünscht allen Leserinnen und Lesern ein glückliches und gesundes neues Jahr 2017.

Vielen Dank für ihre Treue und ihre Hinweise und Beiträge für unser gemeinsames Heft.

Neues aus dem MGH und der KiTa:

Nikolausbesuch in der Kita...

Einen ganz besonderen Besuch vom Nikolaus erlebten die Kinder und ihre Familien, sowie einige Senioren aus Binsfeld am Fest des heiligen Nikolaus. Bei winterlichen Temperaturen kam er heuer am Nachmittag zu ihnen in den adventlich geschmückten Garten. Dort war im gemeinsamen Kreis die Stadt Myra aus großen Holzhäusern aufgebaut worden und veranschaulichte so die Geschichte vom Bischof Nikolaus für die Kinder.

Herzlichen Dank an dieser Stelle an Franz-Josef und seine Jungs (und alle die daran beteiligt waren), die die Holzhäuser für die Kita gesägt haben.

Schön, dass sich an diesem Tag so viele Gäste die Zeit genommen haben, mit uns gemeinsam diesen Nikolaustag zu erleben.

Das KiTa Team





Der Nikolaus in unserer KiTa.
Ein schöner Tag und viele vor Freude strahlende Kinder

Vortrag

„Dem Glück auf die Sprünge helfen“ – Lebenslernwerkstatt Selbsthilfe

Am Beispiel der Sucht – Selbsthilfe nehmen wir Einblick in das Selbsthilfewesen und den Gruppenalltag.

Das Prinzip der Sucht – Selbsthilfe basiert auf dem offenen Gespräch und der Begegnung. Die Gruppen und ehrenamtlichen Helfer/-innen motivieren durch die eigene Abstinenz, Wege in ein suchtmittelfreies Leben zu finden. Außerdem informieren sie über Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten – partnerschaftliche Zusammenarbeit mit Ärzten, Psychologen und Sozialarbeitern in Fachkliniken und Beratungsstellen ist dabei selbstverständlich. Ziel ist die Gesundheitsförderung und Wiedereingliederung der Suchtkranken in Familie, Beruf und Gesellschaft.

Referenten: Manfred Marold, Geschäftsführer Kreuzbund, Ina Schürmann, Gesundheits-/Präventionsberaterin

Wann: Mi. 26.01.2017 um 19.00 Uhr

Wo: MehrGenerationenHaus Binsfeld

Eintritt frei

Anmeldung erbeten bei Stefanie Heßdörfer unter Tel.: 09360/993454 oder mgh@binsfeld-ufr.de

Spontane Teilnahme ist möglich. Ob der Vortrag stattfindet erfahren Sie über die Ansagen des AB oder der Homepage.

Yoga-Kurs im MGH

Yoga gibt uns verschiedene Mittel an die Hand, um mit den Anforderungen des Berufslebens und Alltags umzugehen.

Abgesehen davon, dass Yoga unseren Körper dehnt und stärkt, unseren Geist öffnet und beruhigt, bringt Yoga auch unseren Hormonhaushalt in Balance und unterstützt unsere Organe.

Yoga fördert die Durchblutung, steigert Konzentration, Koordination und Leistungsfähigkeit, schärft die Sinne und unsere Wahrnehmung.

Die positiven Wirkungen von Yoga auf Körper, Geist und Seele, sind geradezu endlos.

Yoga ist geeignet für Jeden, in jedem Alter, probiere es aus.

Kurs-Beginn: Mittwoch, 11.01.17, 9.30 Uhr – 11.00 Uhr, 12 x

Ort: Sportheim Binsfeld

Preis: 65,- € (Mitglieder des TSV Binsfeld)

85,- € (Nichtmitglieder)

Anmeldung: Helga Scheuner, Tel.09360/9948276 oder unter: mgh@binsfeld-ufr.de

Kursleiterin: Fr. Kyra Krunig-Vogt

Sportfrauen:

Bevor die staade Zeit beginnt, wollen wir in Bewegung kommen, damit wir auch im neuen Jahr fit und in Form bleiben!

Auf vielfachen Wunsch findet der Kurs Bauch-Beine-Po seit November am Abend statt.

Wir treffen uns immer Mittwoch um 18:00 Uhr im Sportheim.

Für den Kurs sind folgende Dinge nötig:

Sportschuhe, Trainingskleidung, Handtuch und ein Getränk, sowie gute Laune!

Für weitere Informationen wendet Euch bitte an Gabi Stark unter 09360/990566.

Dorf- /Vereinsleben:

Kartenspielen:

Immer **mittwochs ab 14:00 Uhr** treffen sich Kartenspieler zum gemütlichen Beisammensein und karten im MGH. Wer Lust hat mitzuspielen ist herzlich eingeladen.

FFW- Übung:

Die monatliche FFW-Übung findet am **Montag, 02.01.2017** um **19:30 Uhr** am Feuerwehrhaus statt.

Brot aus dem MGH-Backofen:

Auch im Dezember wird der MGH-Backofen wieder angeschürt. Der Schornstein des Backhauses raucht wieder am **20.01.2017**. Wer ein Brot möchte, kann sich in die **Liste im MGH** eintragen. Ab sofort gibt es am Backtag auch leckeren Plotz!!!

Bücherkiste

Es besteht wieder die Möglichkeit zur Buchausleihe im MGH. Angeboten werden Bücher für Erwachsene, Kinder und Jugendliche. Die Ausleihe findet im „**Offenen Treff**“ statt. Es können auch individuelle Bücherwünsche über die Stadtbücherei Arnstein organisiert werden.

Bei Fragen bzw. Infos bitte an Maria Vetter wenden.

Ausleihzeiten: **Mittwochs 8:00-9:00 Uhr, Freitags 15:00-16:30 Uhr**

Senioren-Nachmittag:

Wir freuen uns, Ihnen mitteilen zu können, dass seit September wieder Seniorennachmittage stattfinden.

Es ergeht hiermit herzliche Einladung an alle Senioren zum nächsten Seniorennachmittag

am **Freitag, den 20.01.2017 um 14:30 Uhr**
im MehrGenerationenHaus Binsfeld.

Öffnungszeiten Pfarrbüro Müdesheim:

Die regelmäßigen Öffnungszeiten des **Pfarrbüros im Pfarrhaus Müdesheim** sind: Montag (09:00-11:00 Uhr) und Mittwoch (14:30-17:00 Uhr). Ferien und rechtzeitig bekannte Änderungen sind der Gottesdienstordnung zu entnehmen.

monatliche Pfarrbürostunde im MGH:

Hinweis

Fr. Wagner ist für Sie da.

Den genauen Termin entnehmen sie bitte der Gottesdienstordnung
Die Pfarrbürostunde findet im Sitzungszimmer – 1. Stock statt.

In eigener Sache:

Sie erreichen uns:

Küche:	09360/993446
MGH- Büro:	09360/993454
Kita:	09360/654
Kita- Büro:	09360/9939900
Helferkreis/Betreuungsgruppe:	Margarete Engel 01776963950

Mittagessen im MGH:

Über Anmeldungen 1 - 2 Tage vorher freut sich das Küchenteam unter Tel. 99 34 46 (MGH vormittags).

Der aktuelle Menüplan liegt bei Erna und im MGH aus.

Der Preis für ein Mittagessen liegt derzeit bei 5,50 Euro

MGH-Büro:

Änderung – Öffnungszeiten – MGH Büro

Ab Januar 2017 ist das MGH Büro geöffnet jeweils:

Di. 9.00 Uhr – 12.00 Uhr

Do. 9.00 Uhr -16.00 Uhr

Termine gerne auch nach Vereinbarung.

Ihr erreicht das MGH-Büro unter

Tel.: **09360/993454**,

Mail: mgh@binsfeld-ufr.de

MGH aktuell:

Gerne weisen wir auf kurz- und auch langfristige Veranstaltungen unserer Kooperationspartner hin.

Bitte Termine fürs nächste MGH-aktuell bis zum 15. des Monats bei Reinhold Gerhard abgeben (per Mail oder telefonisch).

Erreichbarkeit:

E-Mail: reinhold.gerhard@gmx.de

Tel.: 09360-713

Handy: 0175-7061305

"MGH aktuell" auch online:

Das "MGH aktuell" ist auch im Internet nachzulesen:

Unter <http://www.mgh.binsfeld-ufr.de/category/mgh-aktuell/> sind alle Termine, Informationen als PDF abgespeichert.

Über geeignete Smartphoneapps können Sie auch nebenstehenden QR-Code benutzen.

Dieser Code führt direkt auf die Downloadseite.



Mehr Generationen Haus Binsfeld

MGH-Homepage: www.mgh.binsfeld-ufr.de

Mail: mgh@binsfeld-ufr.de

Tel.: 09360/993454



- Termine im Überblick -

So 01.01.17			
Mo 02.01.17			19:30 FFw Übung
Di 03.01.17		14:00 Strickkreis	
Mi 04.01.17		14:00 Kartenspielen	18:00 Sport Frauen
Do 05.01.17			
Fr 06.01.17			
Sa 07.01.17			
So 08.01.17			
Mo 09.01.17			
Di 10.01.17		14:00 Strickkreis	
Mi 11.01.17	08:00 Bücherkiste 09:00 Krabbelstube 09:30 Yogakurs	14:00 Kartenspielen	18:00 Sport Frauen
Do 12.01.17			
Fr 13.01.17		14:00 Schulis 15:00 Bücherkiste	
Sa 14.01.17			
So 15.01.17			
Mo 16.01.17			
Di 17.01.17		14:00 Strickkreis	
Mi 18.01.17	08:00 Bücherkiste 09:00 Krabbelstube 09:30 Yogakurs	14:00 Kartenspielen	18:00 Sport Frauen
Do 19.01.17			
Fr 20.01.17	Brot backen 14:30 Seniorennachmittag	14:00 Schulis 15:00 Bücherkiste	
Sa 21.01.17			
So 22.01.17			
Mo 23.01.17			
Di 24.01.17		14:00 Strickkreis 14:00 Betreuungsnachmittag Retzstadt	
Mi 25.01.17	08:00 Bücherkiste 09:00 Krabbelstube 09:30 Yogakurs	14:00 Kartenspielen	18:00 Sport Frauen
Do 26.01.17			19:00 Vortrag - "Dem Glück auf die Sprünge helfen"
Fr 27.01.17		14:00 Schulis 15:00 Bücherkiste	
Sa 28.01.17			
So 29.01.17			
Mo 30.01.17			
Di 31.01.17		14:00 Strickkreis	



MehrGenerationenHaus Binsfeld

MGH-Homepage: www.mgh.binsfeld-ufr.de

Mail: mgh@binsfeld-ufr.de Tel.: 09360/993454

