

MGH-Online-Events ab September 2022



MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
MGH Euskirchen	Nordrhein-Westfalen	06.09.2022; jeden 1. Dienstag im Monat	17.00 Uhr	Austausch über Weißsein	Monatliches Treffen, um sich über Rassismus und weiße Vorherrschaft auszutauschen, eigene Privilegien und Vorurteile zu reflektieren und Weißsein als Konstrukt besser zu verstehen. Der Austausch soll insbesondere weißen Menschen einen Raum bieten, um zu lernen und zu experimentieren, einen würdevollen Umgang mit dem eigenen Weißsein zu finden.	Zoom	Bis spätestens einen Tag vor der Veranstaltung – um den Zoom-Link zuzusenden	Mail an: nkassan@drk-eu.de	
MGH AWOthek Südstadt Nürnberg	Bayern	05.09.2022	18:00-21:30 Uhr	Filmvorführung (kostenlos)	„Die Zukunft ist besser als ihr Ruf“, (Ein Film über Menschen, die etwas bewegen. Sie engagieren sich für lebendige politische Kultur, für nachhaltige Lösungen bei Lebensmittel und Bauen, für Klarheit im Denken über Wirtschaft, für soziale Gerechtigkeit.)			Anmeldung über MGH-Assistenz@awo-nbg.de oder Tel.: 0911-45060167	
MGH Bogen	Nordrhein-Westfalen	06.09./ 29.11.2022	19.30-21.00 Uhr	Fahrplan durch die Schwangerschaft	Ein digitaler Info-Abend für werdende Eltern Mutterschutz und Mutterschaftsgeld, Elterngeld und Elternzeit, Vaterschaftsanerkennung und Sorgerecht, Finanzielle Leistungen für Familien...	Zoom		Link wird nach Anmeldung unter 0281/28267 oder schrewe@skfwesel.de	
Mütterbüro NRW	NRW	21.09.2022	16.00-18.00 Uhr	Migrantinnen engagieren sich (doch)! – mit Prof. Dr. Anne Schührer	Migrantinnen sind im freiwilligen Engagement unterrepräsentiert, so das Ergebnis zahlreicher Studien. Auch wenn ein Ehrenamt vermeintlich allen offen steht, sind bei Menschen mit Zuwanderungsgeschichte Barrieren im Zugang zu beobachten. Gleichwohl kann ein Engagement Begegnungen und Kontakte ermöglichen, so dass sich die Frage stellt, wie der Zugang gelingen kann und wie passgenaue strukturelle Rahmenbedingungen aussehen könnten. Nach einem Input-Vortrag zum Stand der Forschung, Barrieren und Türöffner zum freiwilligen Engagement sowie besonderen Bedarfen von Frauen mit Zuwanderungsgeschichte soll im gemeinsamen Austausch überlegt werden, wie sich Mütter- und Familienzentren zu interkulturell geöffneten entwickeln können	Zoom		https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439	Ansprechpartnerin bei Rückfragen: sabine.kauffmann@muetterbuero-nrw.de / Tel. 02181 2839456 (9-12 Uhr)

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
Mütterbüro NRW	NRW	19.10.2022	16.00-18.00 Uhr	Traumaisensible Arbeit mit geflüchteten Frauen und Kindern – mit Tetiana Goncharuk	In diesem Workshop gibt Referentin Tetiana Goncharuk zahlreiche Beispiele aus der Praxis, um niedrigschwellig über Traumata im Zusammenhang mit Flucht aufzuklären: o Was ist ein Trauma und wie sehen seine Phasen aus? o Was muss man über die ukrainische Geschichte im Zusammenhang mit dem transgenerationalen Trauma wissen, um heute effektiver mit traumatisierten Flüchtlingen aus der Ukraine arbeiten zu können? o Wie kann man Menschen helfen, die durch Kriegereignisse traumatisiert sind? o Welche Netzwerke sollte ich als Einrichtung knüpfen, wenn ich mit traumatisierten Menschen zu tun habe?	Zoom		https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439	Ansprechpartnerin bei Rückfragen: sabine.kauffmann@muetterbuero-nrw.de / Tel. 02181 2839456 (9-12 Uhr)
Mütterbüro NRW	NRW	30.09.2022	10.00-12.00 Uhr	Erstens kommt es anders, zweitens als man denkt. Über Lust und Frust in Job und Ehrenamt – mit Dr. Sabine Puhl	Bei jedem Job, bei jeder Tätigkeit, die wir annehmen, gibt es Momente von Frust und Unzufriedenheit. Das ist völlig normal. Doch manchmal gibt es Situationen, da weiß ich gar nicht so genau, warum ich so genervt oder frustriert bin. Oder der Frust scheint sich in ein mitschwingendes Dauergefühl zu verwandeln. In diesem Seminar soll werden zunächst die Schlüsselfaktoren psychischer Belastungen im Arbeitskontext vorgestellt, um dann zu schauen, inwieweit man diese auf die Arbeit im Ehrenamt übertragen kann. Anschließend geht es darum, in einem gemeinsamen Austausch noch einmal die eigene Rolle genauer anzuschauen und zu klären. Denn hier liegt auf der einen Seite viel „Frustrpotenzial“ und auf der anderen eine tolle Chance. Denn bei klarer Sicht auf die eigene Rolle, sind wir in der Lage, realistisch und authentisch zu arbeiten / Beitrag zu leisten.	Zoom		https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439	Ansprechpartnerin bei Rückfragen: sabine.kauffmann@muetterbuero-nrw.de / Tel. 02181 2839456 (9-12 Uhr)
Mütterbüro NRW	NRW	28.11.2022	16.00-18.00 Uhr	Ehrenamtlich beim Deutschlernen unterstützen – mit Lourdes María Ros de Andrés	• Bei der Deutschförderung stehen Ehrenamtliche immer wieder vor der Herausforderung, sprachliche Komplexität sinnvoll zu reduzieren und einen möglichst natürlichen Kontext für sprachliche Situationen herzustellen. Mit ein paar methodischen Tricks geht es gleich viel leichter. • Nach einem Austausch über die Herausforderungen, die Sie erleben, werde ich Ihnen einige wichtige Grundsätze der Sprachvermittlung an die Hand geben, die Sie gleich ausprobieren.	Zoom		https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439	Ansprechpartnerin bei Rückfragen: sabine.kauffmann@muetterbuero-nrw.de / Tel. 02181 2839456 (9-12 Uhr)

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
Mütterbüro NRW	NRW	05.12.2022	16.00-18.00 Uhr	Nö! Schöner Nein sagen – mit Wiebke Wimmer	• Findest du es manchmal auch so schwer, NEIN zu sagen? Stellt du die Bedürfnisse anderer oft über deine eigenen? Willst du besser darin werden, klare Grenzen zu setzen? Wenn du eine oder mehrere Fragen mit JA beantwortet hast, dann bist du im Workshop „Nö! Schöner Nein sagen“ richtig. Mit Embodiment und angewandter Improvisation widmen wir uns dem NEIN aus vollem Herzen – für ein JA zu mehr Klarheit, Wertschätzung und Selbstfürsorge.	Zoom		https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439	Ansprechpartnerin bei Rückfragen: sabine.kauffmann@muetterbuero-nrw.de / Tel. 02181 2839456 (9-12 Uhr)
MGH Oase Bad Oldesloe	Schleswig Holstein	immer 14-tägig (evtl. ferienbedingter Ausfall, siehe HP)	19.30-20.30 Uhr	Frage & Antwort rund um Corona	Jeden 2. Montag ab dem 29.11. findet eine Gesprächsrunde mit der Infektionsbiologin (M.Sc.), Doktorandin und Wissenschaftskommunikatorin Johanna Ira Blase statt. "Corona begleitet uns jetzt schon bereits seit 2 Jahren. Wie lange wird das noch anhalten? Was passiert eigentlich bei der Booster Impfung mit unserem Körper? Wie kann man sich und seine Familie jetzt in der Erkältungszeit am besten schützen? Auch wenn wir das Virus seit so langer Zeit kennen, sind immer noch und immer wieder so viele offene Fragen, die hier in einem kleinen und geschützten Rahmen gestellt werden dürfen!	Zoom		Anmeldung per E-Mail an info@oase-oldesloe.de	
MGH Borken	Nordrhein-Westfalen	16.12.2022	17.00-20.00 Uhr	2. Vorlesung – Winter „Weihnachten weltweit“	Überall auf der Welt feiert man Weihnachten und überall gibt es andere Sitten und Gebräuche. Weihnachtsgeschichten u.a. aus Niederlanden, Finnland, Schottland, Norwegen werden vorgetragen und internationale Weihnachtslieder erfreuen das Herz.	Zoom		Zoom-Meeting beitreten https://eu01web.zoom.us/j/65765786271?pwd=eHlqY2REWkNiNUp0QmZpc3JWbIBFZz09 Meeting-ID: 657 3578 6271 Kenncode: 924076	
MGH Oldenburg	Niedersachsen	täglich	10.00-10.30 Uhr, Mo. Zusätzl. 15.00-15.30	Digitales Kaffeetrinken	Je nachdem sind unterschiedliche Menschen in unterschiedlicher Anzahl online und unterhalten sich zwanglos über Alles was so interessiert.	Skype	keine	Geben Sie Juh.link/kaffeetrinken direkt in die Adresszeile des Brwosers ein. Der Link führt direkt über einen Gastzugang zu Skype, man muss sich Skype nicht extra runterladen, nur den Namen eingeben und den Zugriff auf Mikrofon und Kamera erlauben.	
MGH Koblenz	Rheinland-Pfalz	dienstags	20.00-21.30 Uhr	Echt & Unverfälscht	Die Sozialpädagogin Nadine Willms lädt jeden Dienstag zu einem Gesprächskreis ein. Abends, wenn die Kinder (hoffentlich schlafen), können Sie sich ganz schnell dazuschalten. Nadine Willms wird echt & unverfälscht auf Ihre Themen eingehen und Sie dabei unterstützen, Kinder gesund durch die Krise zu begleiten.	Zoom	keine	Anmeldung an info@fbs-koblenz.de oder telefonisch unter 0261-35679	

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
MGH Norden	Niedersachsen	dienstags	11.00 Uhr	Teetrinken mit Alexa	Hier wird gemeinsam über tagesaktuelle Themen oder anderes von Interesse geplaudert	Zoom	keine	Zoom-Meeting beitreten: zoom.us/j/92580326303 Die folgende Meeting-ID und den Kenncode auf der Zoom Webseite eingeben. Meeting-ID: 925 8032 6303 Kenncode: Teetrinken	
MGH Frankfurt Gallus	Hessen	i.d.R jeden 2. Di. im Monat erscheint eine neue Folge	jederzeit	papa[plus] Papas* on Air, Podcast von Vätern für Väter	wechselnde Themen, die Väter* bewegen	Webseite, Spotify, achor.fm		Hier kann der Podcast u.a. abgerufen werden: https://www.kiz-gallus.de/category/das-mehrgenerationenhaus/papaplus/papapodcast/	
MGH Norden	Niedersachsen	jeden letzten Mittwoch im Monat	20.00 Uhr	Selbsthilfegruppe Lipödem	Hier treffen sich Betroffene zum gemeinsamen Austausch	Zoom	keine	Zoom-Meeting beitreten https://us06web.zoom.us/j/81522872976?pwd=eXZhNStvT3dpc3JzYjhNSDhHem9Gdz09 Meeting-ID: 815 2287 2976 Kenncode: Lipoedem	
MGH Norden	Niedersachsen	jeden letzten Donnerstag im Monat	15.30 Uhr	Digitales Demenzcafé	Der digitale Gesprächskreis „Demenzcafé“ im Mehrgenerationenhaus Norden richtet sich an Angehörige von demenziell Erkrankten. Dabei geht es um Erfahrungsaustausch, praktische Hilfen und emotionale Entlastung	Zoom	keine	Zoom-Meeting beitreten https://us06web.zoom.us/j/88264490818?pwd=TWxERGM05b1NCSnlzaTI5ZUJ4aJJCQT09 Meeting-ID: 882 6449 0818 Kenncode: Demenz	
MGH InFö e.V. Tübingen	Baden-Württemberg	freitags	10.30-12.00 Uhr	Deutsch Praktisch Online	Du möchtest dein Deutsch verbessern? Hier lernen wir neue Wörter und sprechen in einer kleinen Gruppe miteinander.	Skype		Anmelden unter: mgh@infoe-tuebingen.de	
MGH InFö e.V. Tübingen	Baden-Württemberg	montags, donnerstags und sonntags	16.00-17.00 Uhr	Yoga (in english)	Want to do something fun and active with other people? Join us to improve posture, strengthen your body and concentration, which will increase relaxation and lead to better sleep. No experience needed!	Zoom	keine	mgh@infoe-tuebingen.de	
MGH AWOthek Südstadt Nürnberg	Bayern	mittwochs	18.00 Uhr	Nachhilfe für Auszubildende im Gesundheitswesen	Das Angebot richtet sich an alle, bei denen Fragen und Nachhilfebedarf während der Pflegeausbildung aufkommen.	Zoom		Anmeldung und Zoomlink: Ilona.Christl@awo-nbg.de oder Tel.: 0911-45060172	
MGH AWOthek Südstadt Nürnberg	Bayern	donnerstags u. samstags	Do: 18.00-19:30 Uhr; Sa: 08.00-9:30 Uhr	Yoga für Körper, Geist und Seele	Digitale Yoga-Stunde	Skype		Anmeldung bei Natalya Pysmenna unter 0179/4899688, natalya.p09@gmail.com	

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
MGH Magdeburg "Familienhaus im Park"	Sachsen-Anhalt	montags, donnerstags und freitags		Infothek	Wir bieten jede Woche für Jung und Alt verschiedene Infovideos an. Diese werden auf den Sozialen Netzwerken, Instagram, Youtube und Facebook hochgeladen.	Internetzugang	keine	Homepage: https://familienhausmagdeburg.de/tv/ Facebook: https://www.facebook.com/familienhausmagdeburg/ Instagram: https://www.instagram.com/familienhausmagdeburg/?igshid=1tvzc5udup4nt Youtube: https://www.youtube.com/channel/UCQrOJMr3gtQsKJt3K6kwd5Q	
MGH MIZ Aschaffenburg	Bayern	donners-tags	9.30-11.00 Uhr	Sprachcafé	Offener Sprach- und Kulturtreff. Hier findet ein geselliger Austausch auf deutsch statt. Das Sprechen steht im Vordergrund, aber die Wünsche der TN werden berücksichtigt.	Skype	ja	Anmeldung an info@miz-ab.de	
MGH Rosenheim	Bayern	dienstags und donners-tags	19.30 Uhr	Online-Meditationskurs	Haben Sie sich schon mal Gedanken über Ihre Gedanken gemacht? Wir laden Sie herzlich ein, Ihre eigene, gedankenfreie Stille zu genießen. Es gibt einen Anfänger- und einen Fortgeschrittenen-Kurs	Zoom		Anmeldung unter christianrein@yahoo.de	
MGH Familienzentrum Baden-Baden	Baden-Württemberg	laufend in 2022		Was geht? Postings zu Pubertät, Liebe & Sexualität u. Online Sprechstunde	Auf dem Instagram-Account @familienzentrum_mgh finden Jugendliche regelmäßige Postings zu Pubertät, Liebe & Sexualität, und sie können im Rahmen unserer anonymen Online-Sprechstunde 1x im Monat mit uns in Kontakt treten – vertraulich versteht sich. Das Angebot wird von einer Sozialpädagogin und angehenden Sexualpädagogin betreut.	Instagram		Account: @familienzentrum_mgh	
MGH Königs Wusterhausen	Brandenburg	jederzeit abrufbar		Quiz Kennt ihr Königs-Wusterhausen?	Eine digitale Schnitzeljagd in Königs Wusterhausen	App "actionbound"	keine	Das Spiel findet man in der App	
MGH Hamburg-Altona	Hamburg	jederzeit abrufbar		Film vom Filmemacher Christian Hornung über Altona-Nord „Das schräge Herz“	Über Altona Nord Hamburg und Nachbarschaft		keine	https://www.buergertreff-altonanord.de/film	

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
MGH Kreuztal	Nordrhein-Westfalen	jederzeit abrufbar		DIGI-GYM	Fitness-Videos für zuhause. Es werden Übungen vorgeturnt, die speziell auf die Bedürfnisse von Senior*innen zugeschnitten sind.		keine	www.stadtteilbuero-fes-kreuztal.de/regelmaessige-angebote/sport-fitness-bewegung/online-seniorenfitness-zum-mitmachen/	

Zusammengestellt von der Fachlich-inhaltlichen Begleitung (FIB) in der Servicestelle Mehrgenerationenhaus des Bundesamts für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA)