

## MGH-Online-Events ab November 2022



MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
MGH Euskirchen	Nordrhein-Westfalen	<b>jeden 1. Dienstag im Monat</b>	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 zusenden zu können	Mail an: nkassan@drk-eu.de	
MGH Lohfelden	Hessen	<b>09.11.2022, 14.12.2022</b>	9.00-11.00 Uhr	Mama/Papa Café Runde	Es ist nicht immer einfach Eltern zu sein, zu wissen, was das Kind braucht, auch Oasezeiten für sich zu schaffen, als Eltern den eigenen Weg zu gehen, im Alltagschaos die Balance zu halten. Wir bieten dir Unterstützung an. Einmal im Monat findet unsere virtuelle Caférunde per webex statt. Hier kannst du dich mit anderen Müttern/Vätern austauschen. Geleitet wird der Austausch von Rebekka Pfeiffer, Gesundheitsbeauftragte des Arbeiter-Samariter-Bundes.	WebEx		Anmeldung unter 0561/400458585 oder per Mail: rebekka.pfeiffer@asb-nordhessen.de, der Link wird nach Anmeldung verschickt	
Mütterbüro NRW	NRW	<b>28.11.2022</b>	16.00-18.00 Uhr	Ehrenamtlich beim Deutschlernen unterstützen – mit Lourdes María Ros de Andrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>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.</li> </ul>	Zoom		<a href="https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439">https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439</a>	Ansprechpartnerin bei Rückfragen: sabine.kauffmann@muetterbuero-nrw.de / Tel. 02181 2839456 (9-12 Uhr)
MGH Bogen	Nordrhein-Westfalen	<b>29.11.2022</b>	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	

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
Mütterbüro NRW	NRW	<b>05.12.2022</b>	16.00-18.00 Uhr	Nö! Schöner Nein sagen – mit Wiebke Wimmer	• Findest du es manchmal auch so schwer, NEIN zu sagen? Stellst 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		<a href="https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439">https://www.eventbrite.com/cc/helfern-helfen-449439</a>	Ansprechpartnerin bei Rückfragen: sabine.kauffmann@muetterbuero-nrw.de / Tel. 02181 2839456 (9-12 Uhr)
MGH Borken	Nordrhein-Westfalen	<b>16.12.2022</b>	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 <a href="https://eu01web.zoom.us/j/65765786271?pwd=eHlqY2REWkNiNUp0QmZpc3JWb1BFZz09">https://eu01web.zoom.us/j/65765786271?pwd=eHlqY2REWkNiNUp0QmZpc3JWb1BFZz09</a> Meeting-ID: 657 3578 6271 Kenncode: 924076	
Die gute Stunde-Kultur im Dialog-gemeinnützige Initiative	Hessen	<b>jeden Mittwoch</b>	15:00 Uhr	"Die gute Stunde"	digitale Kulturveranstaltungen (Lesungen, Improvisationstheater-Theater, Musikalische Darbietungen etc.)	Zoom		Anmeldung per E-Mail <a href="mailto:gutestunde@humaq.org">gutestunde@humaq.org</a> . Dann erhalten Sie den Link für die Veranstaltung/en	<a href="https://diegutestunde.org/veranstaltungsplan/">https://diegutestunde.org/veranstaltungsplan/</a>
MGH Oase Bad Oldesloe	Schleswig Holstein	<b>immer 14-tägig (evtl. ferienbedingter Ausfall, siehe HP)</b>	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 <a href="mailto:info@oase-oldesloe.de">info@oase-oldesloe.de</a>	

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
MGH Oldenburg	Niedersachsen	<b>täglich</b>	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	<b>dienstags</b>	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 Norden	Niedersachsen	<b>dienstags</b>	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	<b>i.d.R jeden 2. Di. im Monat erscheint eine neue Folge</b>	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: <a href="https://www.kiz-gallus.de/category/das-mehrgenerationenhaus/papaplus/papapodcast/">https://www.kiz-gallus.de/category/das-mehrgenerationenhaus/papaplus/papapodcast/</a>	
MGH AWO Mainleus	Bayern	<b>jeden Donnerstag</b>	17:00-18:00 Uhr	Digital-Treff MedienCafé online	Themen und Teilnahmelink unter <a href="https://beate-oehrlein.de/news/">https://beate-oehrlein.de/news/</a>	Smartphone oder PC	keine		
MGH Norden	Niedersachsen	<b>jeden letzten Mittwoch im Monat</b>	20.00 Uhr	Selbsthilfegruppe Lipödem	Hier treffen sich Betroffene zum gemeinsamen Austausch	Zoom	keine	Zoom-Meeting beitreten <a href="https://us06web.zoom.us/j/81522872976?pwd=eXZhNSVtT3dpc3JzYjhnSDhHem9Gdz09">https://us06web.zoom.us/j/81522872976?pwd=eXZhNSVtT3dpc3JzYjhnSDhHem9Gdz09</a> Meeting-ID: 815 2287 2976 Kenncode: Lipoedem	

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
MGH Norden	Niedersachsen	<b>jeden letzten Donnerstag im Monat</b>	15.30 Uhr	Digitales Demenzcafé	Der digitale Gesprächskreis „Demenzcafe“ 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 <a href="https://us06web.zoom.us/j/88264490818?pwd=TWxERGO5b1NCSnlzaTI5ZUJ4aJJCQT09">https://us06web.zoom.us/j/88264490818?pwd=TWxERGO5b1NCSnlzaTI5ZUJ4aJJCQT09</a> Meeting-ID: 882 6449 0818 <del>Kenncode: Demenz</del>	
MGH InFö e.V. Tübingen	Baden-Württemberg	<b>freitags</b>	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: <a href="mailto:mgh@infoe-tuebingen.de">mgh@infoe-tuebingen.de</a>	
MGH InFö e.V. Tübingen	Baden-Württemberg	<b>montags, donnerstags und sonntags</b>	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	<a href="mailto:mgh@infoe-tuebingen.de">mgh@infoe-tuebingen.de</a>	
MGH AWOthek Südstadt Nürnberg	Bayern	<b>mittwochs</b>	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: <a href="mailto:Ilona.Christl@awo-nbg.de">Ilona.Christl@awo-nbg.de</a> oder Tel.: 0911-45060172	
MGH AWOthek Südstadt Nürnberg	Bayern	<b>donnerstags u. samstags</b>	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, <a href="mailto:natalya.p09@gmail.com">natalya.p09@gmail.com</a>	
MGH Magdeburg "Familienhaus im Park"	Sachsen-Anhalt	<b>montags, donnerstags und freitags</b>		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: <a href="https://familienhaus-magdeburg.de/tv/">https://familienhaus-magdeburg.de/tv/</a> Facebook: <a href="https://www.facebook.com/familienhausmagdeburg/">https://www.facebook.com/familienhausmagdeburg/</a> Instagram: <a href="https://www.instagram.com/familienhausmagdeburg/?igshid=1tvzc5udup4nt">https://www.instagram.com/familienhausmagdeburg/?igshid=1tvzc5udup4nt</a> Youtube: <a href="https://www.youtube.com/channel/UCQrOJMr3gtQsKJt3K6kwd5Q">https://www.youtube.com/channel/UCQrOJMr3gtQsKJt3K6kwd5Q</a>	
MGH MIZ Aschaffenburg	Bayern	<b>donnerstags</b>	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 <a href="mailto:info@miz-ab.de">info@miz-ab.de</a>	

MGH	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Titel	Inhalt	(Technische) Teilnahmevoraussetzung	Anmeldefrist	Anmeldung	Sonstiges
MGH Rosenheim	Bayern	<b>dienstags und donnerstags</b>	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	<b>laufend in 2022</b>		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	<b>jederzeit abrufbar</b>		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	<b>jederzeit abrufbar</b>		Film vom Filmemacher Christian Hornung über Altona-Nord „Das schräge Herz“	Über Altona Nord Hamburg und Nachbarschaft		keine	<a href="https://www.buergertreff-altonanord.de/film">https://www.buergertreff-altonanord.de/film</a>	
MGH Kreuztal	Nordrhein-Westfalen	<b>jederzeit abrufbar</b>		DIGI-GYM	Fitness-Videos für zuhause. Es werden Übungen vorgeturnt, die speziell auf die Bedürfnisse von Senior*innen zugeschnitten sind.		keine	<a href="http://www.stadtteilbuero-fes-kreuztal.de/regelmaessige-angebote/sport-fitness-bewegung/online-seniorenfitness-zum-mitmachen/">www.stadtteilbuero-fes-kreuztal.de/regelmaessige-angebote/sport-fitness-bewegung/online-seniorenfitness-zum-mitmachen/</a>	

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