

PROGRAMM DER SENIORENFÖRDERUNG MÜHLTAL

I. HALBJAHR (Jan.-Juli 2023)

Alle Veranstaltungen finden unter den dann geltenden Maßnahmen zur Pandemie statt.
Teilnahme an allen Veranstaltungen auf eigene Gefahr.

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

in der Seniorenförderung, Ober-Ramstädter Str. 18, Mühlthal, Tel.: 06151/14 17 -333

seniorenfoerderung@muehlthal.de

(Teilnahme an allen Veranstaltungen auf eigene Gefahr und unter notwendigen Corona-Auflagen)

Hilfe rund um Handy, Laptop und Computer

Montags von 14:30 Uhr – 16:00 Uhr können Sie mit Ihren Fragen und Problemen zum Thema Computer, Smartphone oder Laptop in die PC -Sprechstunde kommen und direkt am PC ausprobieren und üben. Termine sind: 16.01., 30.01., 13.02., 13.03., 27.03., 24.04., 19.06., 03.07. und 17.07.

Spezial-Sprechstunde am 27.02. mit dem Thema „Exel“
Eine telefonische Anmeldung zur Terminvergabe ist erforderlich!

SPIELE-NACHMITTAG

Jeden Montag von 14:30-17:00 Uhr kann Rommè o.ä. gespielt werden.

FITNESS FÜR DEN KOPF

Jeden Dienstag von 9:30 Uhr-11:00 Uhr kann mit zertifizierter Anleitung das Gedächtnis ganzheitlich trainiert werden.
Kosten 3.- €

KREATIVWERKSTATT

Jeden Dienstag von 14:00-17:00 Uhr ist jede/r Senior/in mit Interesse am Ausprobieren von verschiedenen Materialien wie Papier, Perlen o.ä. oder eigenen Ideen herzlich willkommen.

BOULE

Jeden Mittwoch um 10:00 Uhr treffen sich Interessierte zum Boulen an der Lazaruskirche auf dem Gelände der Nieder-Ramstädter-Diakonie. Nähere Auskünfte von Wolfgang Feldhaus, Tel. 06151/54171.

MITTAGSTISCH für Alleinstehende

Jeden Donnerstag wird gegen 10:30 Uhr nach Absprache gekocht und dann gemeinsam gegessen.
Zur besseren Planung bitte bis dienstags anmelden.

AUS DEM NAHEN OSTEN TEIL 2 ISRAEL – DAS HEILIGE LAND

Am 23.01. erfahren Sie von Christel Müller um 15:00 Uhr in der Seniorenförderung mit vielen Bildern mehr über das Heilige Land Israel. Lassen Sie sich in dieses fremde Land entführen.

Weitere Infos und Anmeldung bis zum 20.01. unter 06151/ 1417-333 oder seniorenfoerderung@muehlthal.de.

ENKELTRICK und FALSCHER POLIZISTEN – WIE SCHÜTZE ICH MICH VOR TRICKBETRÜGERN?

Am 08.03. ab 15.00 Uhr berichtet Polizeihauptkommissar Michael Fix von der Beratungsstelle des Polizeipräsidiums Südhessen über die aktuellsten Tricks der Betrüger an Haustür oder Telefon im Rahmen des Seniorentreffs der AWO im großen Saal des Bürgerzentrums Nieder-Ramstadt.

Informationen unter Tel. 06151/1417-333 oder seniorenfoerderung@muehlthal.de.

REPAIR CAFÉ

Repair Cafés sind Treffs, bei denen gemeinsam mit ehrenamtlichen Reparateuren defekte Alltagsgegenstände repariert werden. Bei Kaffee und Kuchen kann sich die Wartezeit vertrieben und gefachsimpelt werden. Die Termine dazu sind am 25.03. und 08.07. jeweils von 15:00 -17:00 Uhr.

VERKEHRSPRÄVENTIONSTAG

Sicher durch Mühlthal für alle Generationen

Am 14.04. gibt es Vorträge und Aktionen rund um das Thema Verkehr. Die Mitarbeiter*innen der Jugendverkehrsschule des Polizeipräsidiums Südhessen geben praktischen und theoretischen Tipps rund um Roller, Rollator, Fahrrad oder Auto. Weitere Informationen werden zeitnah in der Presse bekannt gegeben. Infos unter Tel. 06151/1417-333 oder seniorenfoerderung@muehlthal.de.

SCHNUPPERSTUNDE „FITNESS FÜR DEN KOPF“

Am 11.07. findet ab 14:30 Uhr im Rahmen des Seniorentreffs der ev. Kirche im Gemeindezentrum Traisa eine kostenlose Schnupperstunde statt, bei der die zertifizierte Gedächtnistrainerin Christel Müller einen Einblick über „Fitness für den Kopf“ gibt.

Weiter Infos unter Tel. 06151/ 1417-333 oder seniorenfoerderung@muehlthal.de.

„ÄLTER JA – WENIGER LOS - NEIN!“

GEMEINSAME RADTOUREN

Hier können sich Interessierte zum gemeinsamen Fahrradfahren nicht nur mit Pedeleks und/oder E-Bikes zu vorher abgesprochene Radtouren rund um unser schönes Mühlthal treffen. Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bei der Seniorenbeauftragte Christel Müller unter Tel. 06151/14 17 -333 oder seniorenfoerderung@muehlthal.de.

BENUTZUNG der WERKSTATT in der JUGEND- und SENIORENFÖRDERUNG

Reparaturen, Neugestaltung oder Basteln mit den Enkelkindern. Wenn Sie gerne werken, zuhause aber keinen Platz dazu haben, können Sie dazu die Werkstatt der Jugend- und Seniorenförderung nach vorheriger Absprache kostenfrei nutzen, Tel. 06151/14 17 -333 oder seniorenfoerderung@muehlthal.de.

BERATUNG zur WOHNRAUMANPASSUNG

Der Wunsch zu Hause in der vertrauten Umgebung zu leben kann oft schon mit einfachen Mitteln erreichbar sein. Bei einer Beratung zur Wohnraumanpassung informieren Sie geschulte ehrenamtliche Wohnberater kostenlos. Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt mit Christel Müller, Tel. 06151/14 17 - 333 auf.

SENIORENFASSTNACHT IN MÜHLTAL

Es werden keine persönlichen Einladungen mehr versendet.
12.02. Traisa
12.02. Nieder-Ramstadt, Trautheim, Frankenhausen,
Waschenbach
18.02. Nieder-Beerbach

SENIORENBERAT MÜHLTAL

Zu öffentlichen Sitzungen sind Interessierte gerne eingeladen. Termine im Internet unter www.muehlthal.de (Ratsinfosystem) o. 06151/14 17-333.

INFO Seniorenförderung Mühlthal

Seniorenbeauftragte Christel Müller
Ober-Ramstädter Str. 18
64367 Mühlthal
06151/14 17 - 333 (tel. Anmeldungen)
seniorenfoerderung@muehlthal.de

>Gerne steht ein FAHRDIENST zu allen Angeboten NACH ABSPRACHE zur Verfügung, Tel. 06151/14 17 -333<