

Monatsprogramm Oktober 2020

Feststehendes WOCHENPROGRAMM:

Tagescafé: Montag bis Freitag, 15:00 bis 18:00.

Offener Bücherschrank: Montag bis Freitag zwischen 15:00 und 18:00.

Bücher entleihen, kostenlos und unkompliziert!

Zusätzlich hat unsere Bücherzelle (alte Telefonzelle), aufgestellt am Zaun zur Volksschule Waltendorf, 24 Stunden für Sie geöffnet!

Zwergertreff und Kindernachmittag: Mittwoch und Donnerstag, 15:00 bis 18:00

Flexi-Days: Bei Bedarf individuelle Kinderbetreuung Montag bis Freitag, zwischen 15:00 und 18:00 Uhr.

Der Kasperl kommt! – 22. Oktober um 16:00 (jeden 3. Mittwoch im Monat!)

Offener Babytreff: Mittwoch von 10:00 bis 12:00 Uhr. Erfahrungsaustausch über den Babyalltag. (Näheres siehe Monatsprogramm!)

Stammtisch für Seniorinnen und Senioren: 15. Okt. 2020 von 15:30 bis 17:30

Kurzfristige Änderungen oder zusätzliche Programmpunkte können sich im Laufe eines Monats ergeben, bitte beachten Sie dazu den Aushang im MGH.

HINWEISE

Alle unsere Veranstaltungen finden unter den aktuell geltenden Sicherheitsbestimmungen statt: Eintreten mit M/N-Maske, Waschen bzw. Desinfektion der Hände und wir bitten darum, die Abstandsregel einzuhalten.

Wir desinfizieren am Tagesende alle gebrauchten Teile, wie Türklinken, Sessellehnen und WC-Spülknopf.

NEUES und EINZELVERANSTALTUNGEN

Dienstag, 27.10., bis Freitag, 30.10., 07:30 bis 14:30 Uhr

Herbstferienbetreuung:

Bunt wie der Herbst - Spiel, Spaß und Basteleien

Wir freuen uns, Ihnen ein Angebot für die neuen Herbstferien machen zu können und hoffen, Sie damit in diesen schwierigen Zeiten unterstützen zu können. Anmeldungen sind ab sofort möglich:

E-Mail: MGH.Waltendorf@gmx.at, zwischen 15:00 und 18:00 Uhr auch Mobil: 0680 4437604.

Max. 8 Kinder.

Monatsprogramm Oktober 2020

Mittwoch, 07. Okt., 15:00 bis 18:00

Spielesachmittag

Intergenerativer Spielesachmittag: Wir spielen gemeinsam, was uns einfällt. Herzlich willkommen zu einem kurzweiligen Nachmittag!

Donnerstag, 08. Okt., 18:30

Seminar: Entspannung und Stressabbau

Mit nur 5 Minuten am Tag zu mehr Entspannung und Ausgeglichenheit im Leben! Sie lernen mit einfachen Methoden, selbstverantwortlich mit Ihrer persönlichen Stresssituation im Alltags- und Berufsleben umzugehen. Mit Energetikerin und Dipl. Lebens- u. Sozialberaterin Judith Schnider **Anmeldung:** bis 01.10. erbeten an Frau Dr. Eleonore Hödl, dr.hoedl@aon.at, 0664 2142537

Mittwoch, 14. Okt., 19:00

Die Buchhandlungen in Graz von 1871 – 1971

Die Buchhandels-Landschaft von Graz war in vergangener Zeit so aufregend vielfältig, wie Sie es nicht für möglich gehalten hätten... Von und mit Helga Mitterhauser-Dubian

Donnerstag, 15. Okt., 18:30

Seminar: Gut beraten in Karenz

Wenn wir ein Baby erwarten: Was gibt's zu beachten? Mit Mad. Dr. Iris Murer, Juristin. **Anmeldung:** bis 07.10. erbeten an Fr. Dr. Eleonore Hödl, dr.hoedl@aon.at, 0664 2142537

Mittwoch, 21. Okt., 19:00 bis 20:30

Literaturblüten: Die Welt der Kelten

Susanne Niebler und Lilo Alberti bringen Mythen, Sagen und Sprüche aus der keltischen Welt.

Freitag, 30. Okt., 14:30 bis 16:30

Vortrag zur Resilienz

Anmeldung erbeten an Frau Dr. Eleonore Hödl, dr.hoedl@aon.at, 0664 2142537

FORTLAUFENDE KURSE MONTAG

**Mo., 05., 10. und 19. Okt., 09:00 bis 10:15
und 10:30 bis 11:45**

Qigong

Leichtes Training zur Erhaltung der Beweglichkeit. Kurs am Vormittag mit Carlo Bassi. **Anmeldung:** 0664, 4148925, carlo.bassi@shihatsu-graz.at. Kosten: 10 Einheiten zu einem Beitrag von 110,00 € (Preis pro Einheit 12,00€)

Mo. 05., 12. und 19. Okt., 10:30 bis 11:30

Gedächtnistraining

Das Gedächtnis in Schwung halten für 50+. Mit Mag.^a Martina Kolaric. **Anmeldung:** 0676 5446744

Mo. 05., 12. und 19. Okt., 15:30 bis 16:15

Lesestunde für Volksschulkinder

Mit Gertraud Eisenbach. Zwei Einheiten: 15:00 Uhr: Lesen mit Kindern mit Deutsch als Muttersprache und ab 15:45 Uhr: Lesen mit Kindern mit Deutsch als Zweitsprache.



Monatsprogramm Oktober 2020

Mo. 05., 12. und 19. Okt., 19:30 bis 20:30

Yoga im Herbst

Mit Mag. Karin Taschek, therapeutische Yogalehrerin. Kosten: 120€ für 10 Einheiten à 60 Minuten, Einzelstunde: 14,00€. Infos und Anmeldung: office@harmoniewerkstatt.at / 0676 3731071

DIENSTAG

Di. 06., 13. und 20. Okt., 14:00 bis 17:00

Proberaum

Miteinander und voneinander lernen und sich ausprobieren. Für Jugendliche und Kinder. Mit Dr. Gerald Pelger. Kontakt: 0664 887 34 514; gerald.pelger@familienfoerderung.at.

Di. 06., 13., 20. und 27. Okt., 15:15 bis 16:15

Deutsch-Konversation

Für Anfänger. Besser sprechen lernen. Kostenfrei. Mit Monika Maltezeanu.

Di., 06., 13., 20. und 27. Okt., 17:00 bis 18:30

Kroatisch im MGH

Kroatisch erinnert Sie an den Urlaub? Sie möchten mit Bekannten aus Kroatien plaudern? Entdecken Sie im Kurs die Sprache, die so vielfältig ist wie das Land! Für Anfänger oder Fortgeschrittene. Kosten: 10€ pro Einheit, weitere Informationen und Anmeldung unter: Ivana Bulić, 0660 7430147

Di. 06., 13., 20. und 27. Okt. 18:00 bis 19:15

Yoga für Jung & Alt

Es werden verschiedene Muskelgruppen gestärkt und Balanceübungen für einen gestärkten Fokus gemacht. Geeignet für Einsteiger und jene mit ein wenig Vorerfahrung. **Anmeldung:** bis spätestens 12:00 Uhr am Tag der Einheit, telefonisch unter 0681 84433411 (begrenzte Teilnehmerzahl). Bitte Bescheid geben, ob man eine eigene Yogamatte mitbringt oder eine leihen möchte! **Kosten:** 12€ pro Einheit, 4er Block: 40€, 8er Block: 70€. **Infos** auch unter: hello@waterlove.at. Mit Judith Fuchs.

MITTWOCH

Mi. 07., 14., 21. und 28. Okt., 10:00 bis 12:00

Offenes Babytreffen

Erfahrungsaustausch über den Babyalltag. Jeden ersten Mittwoch im Monat mit Babybrunch. In Kooperation mit Fratz Graz und dem IFF (Institut für Familienförderung). Bitte um vorherige Anmeldung im MGH bei Monika: 0664 4316144, da aufgrund der aktuellen Bestimmungen nur eine beschränkte Teilnehmerzahl möglich ist. Mit Monika Maltezeanu und Nathalie Gries.

Mi. 07., 14., 21. und 28. Okt., 15:00 bis 16:00

Englisch Konversation

Für leicht Fortgeschrittene. Den Wortschatz erweitern, neue Strukturen erarbeiten. Pro Stunde 10,00 €. Mit Ky Kessler, Native Speaker. **Mobil:** 0660 4628783



Monatsprogramm Oktober 2020

Mi. 07., 14., 21. und 28. Okt. 16:00 bis 17:00

Yoga für Jung & Alt

Es werden verschiedene Muskelgruppen gestärkt und Balanceübungen für einen gestärkten Fokus gemacht. Geeignet für Einsteiger und jene mit ein wenig Vorerfahrung.

Anmeldung: bis spätestens 12:00 Uhr am Tag der Einheit, telefonisch unter 0681 84433411 (begrenzte Teilnehmerzahl). Bitte Bescheid geben, ob man eine eigene Yogamatte mitbringt oder eine leihen möchte! **Kosten:** 12€ pro Einheit, 4er Block: 40€, 8er Block: 70€. **Infos** auch unter: hello@waterlove.at. Mit Judith Fuchs.

Mi., 07., 14., 21. und 28. Okt., 17:00 bis 18:30

Kroatisch im MGH

Kroatisch erinnert Sie an den Urlaub? Sie möchten mit Bekannten aus Kroatien plaudern? Entdecken Sie im Kurs die Sprache, die so vielfältig ist wie das Land! Für Anfänger oder Fortgeschrittene. **Kosten:** 10€ pro Einheit, weitere Informationen und Anmeldung unter: Ivana Bulić, 0660 7430147

DONNERSTAG

Do. 15. Okt., 15:30 bis 17:30

Stammtisch für Senioren!

Plaudereien am Nachmittag.

Do. 01., 08., 15., 22. und 29. Okt, 18:00 bis 19:00

Qigong

Für die Steigerung der Lebensenergie und das allgemeine Wohlbefinden. Mit Michaela Eichberger. 12 Einheiten zu einem Betrag von 100€. **Anmeldung:** im Mehrgenerationenhaus oder unter 0680 4437604 (zwischen 15 und 18 Uhr).

FREITAG

Fr. 02., 09., 16., 23. und 30. Okt., 10:00 bis 11:30

Gehirntraining

Entspanntes Gehirntraining in spielerischer Herangehensweise mit Betonung auf Körper- und Sinneserleben, Schulung in Aufmerksamkeit und Konzentration. Info und Anmeldung bei: Silke Herrich Tel: 0660-5120632

Fr. 16., 23. und 30. Okt., 15:00 bis 17:00

Rainbows-Gruppe

Gestärkt in die Zukunft – Professionelle Begleitung und Unterstützung für Kinder und Jugendliche nach Trennung / Scheidung. Geschlossener Kurs. Nachfrage bei Rainbows: 0316/67 87 83; www.rainbows.at/steiermark

Fr. 02., 09., 16., 23. und 30. Okt., 17:00 bis 18:00

Wir singen wieder!

Mit Silke Kindler.

