

# Monatsprogramm Jänner 2024

**Herzlich alles Gute für ein frohes und friedliches Jahr 2024!**

**Feststehendes WOCHENPROGRAMM:**

**Tagescafé:** Montag bis Donnerstag, 15:00 bis 18:00.

**Offener Bücherschrank:** Montag bis Donnerstag 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!

**Zwergerl-, Wichtel-, Kindernachmittage:** Jeden Donnerstag, 15:00 bis 18:00 Uhr. Mit Spiel und Spaß kunterbunt durch den Nachmittag.

**Der Kasperl kommt!** – 31.01.2024 um 16:00 (jeden letzten Mittwoch im Monat!)

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

**NEU! Seniorinnen- und Seniorentreff:** 14-tägig, 10. und 24. Jän., 15:00 bis 17:00.

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

---

## **EINZELVERANSTALTUNGEN und NEUE KURSE**

**Donnerstag, 18. Jän., 14:30 bis 16:00**

**Workshop: ID-Austria**

ID Austria – brauche ich das? Wir erklären den Unterschied zwischen Handysignatur und ID Austria und schauen mit Ihnen gemeinsam, ob die Anwendung für Sie sinnvoll ist. Wenn ja, helfen wir bei der Erstellung.  
Information und Anmeldung: [mgh.waltendorf@gmx.at](mailto:mgh.waltendorf@gmx.at), 0680 4437604

---

**Freitag, 26. Jän., 15:00 bis 16:30**

**Erzählcafé Alt-Waltendorf**

In einer gemütlichen Runde erzählen wir einander, was uns zu Waltendorf und einem künftigen **Dorfplatz** einfällt und laden Sie herzlich auch nur zum Zuhören ein.



## Monatsprogramm Jänner 2024

**Donnerstag, 15:00 bis 18:00**

**Generationenwerkstatt**

Das Datum war bei der Erstellung des Programmes noch nicht fixiert. Wir ersuchen um Nachfrage ab 10.01.2024 unter [MGH.Waltendorf@gmx.at](mailto:MGH.Waltendorf@gmx.at) oder unter 0680 4437604. Die „Generationen Bastel- Bau- und Spielwerkstatt“ ist für Kinder, Eltern, Großeltern und alle, die gemeinsam Spaß am Basteln, Sägen, Hämmern, Bohren und Spielen haben!

**Mittwoch, 10. und 24. Jän., 19:00 bis 21:00**

**Workshop Lach-Yoga  
„Ins neue Jahr hineinlachen“**

Was erwarten wir uns vom Neuen Jahr? Gesundheit, Glück, Erfolg... Alles wunderbar und schön. Aber wie wichtig ist Humor und Heiterkeit? Wann hast du das letzte Mal so richtig aus vollem Herzen gelacht? In diesem Workshop lernen wir, uns mit der Lachyoga-Methode „ohne Grund“ ins Lachen zu bringen, um frische Energie und Freude zu tanken. Gemeinsam stärken wir uns mit Lachen und Heiterkeit fürs neue Jahr. Freue dich auf Stunden voller Freude, Kraft und Entspannung. Information: Mitzubringen sind Socken, Decke oder Matte. Mit Elfi-Lyan Seher, Verein LATIVIA, [www.herzlachen.com](http://www.herzlachen.com), Kosten: 15,00€.

Anmeldung erbeten unter 0680 4437604, E-Mail: [MGH.waltendorf@gmx.at](mailto:MGH.waltendorf@gmx.at).

### **FORTLAUFENDE KURSE**

**Für genauere Informationen zu den folgenden Veranstaltungen bitten wir um Kontaktaufnahme mit den Kursleiterinnen bzw. Kursleitern.**

**Gitarre-Liedbegleitungskurs:** Anfragen und Vereinbarung mit Adela Skrilecz, Tel.: 0699/11310219, E-Mail: [adelaskrilecz@yahoo.de](mailto:adelaskrilecz@yahoo.de)

### **MONTAG**

**Mo. 08., 15. 22. und 29. Jän., 10:30 bis 11:30**

**Gedächtnistraining**

Das Gedächtnis in Schwung halten für 50+. Mit Mag.<sup>a</sup> Martina Kolaric.  
Anmeldung: 0676 5446744

Anmeldungen bitte entweder während der Öffnungszeiten  
(Mo-Do 15:00 bis 18:00) im MGH, telefonisch unter 0680 44 37 604  
oder per E-Mail auf [MGH.Waltendorf@gmx.at](mailto:MGH.Waltendorf@gmx.at). Weitere Infos auf [www.mgh-waltendorf.at](http://www.mgh-waltendorf.at)





# Monatsprogramm Jänner 2024

## DIENSTAG

**Di. 09., 16., 23. und 30. Jän., zw. 10:00 und 12:00**

**Reiki**

Reiki bedeutet „universelle oder universale Lebensenergie“. Durch Reiki können Störzonen ausgeglichen, Schmerzen vermindert und die Lebenskraft gestärkt werden. **Terminvereinbarungen** sind für Dienstag zwischen 10:00 und 12:00 Uhr möglich, eine Sitzung dauert ca. **45min.** Kosten: eine Schnupperstunde 20,00€, jede weitere Stunde 40,00€. Information und Anmeldung: Beatrix Lahousen, 0699 11051810.

---

**Di. 09., 16. 23. und 30. Jän., 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](mailto:gerald.pelger@familienfoerderung.at).

---

**Di. 09., 16., 23. und 30. Jän., 18:00 bis 19:00**

**Wir singen!**

Mit Clementine Fuchs. Einstieg jederzeit möglich!

---

**Di. 09. 16., 23. und 30. Jän. 19:00 bis 20:30**

**Deutschkurs ~B1.2**

Wir üben Deutsch in entspannter Atmosphäre ohne Leistungsdruck, hören und sprechen viel, lernen intuitiv Grammatik und neue Wörter. Der Kurs wird an das Niveau der TeilnehmerInnen angepasst. Kosten: für 10 (+1 Schnupperstunde gratis) Einheiten à 90min 200€. Mit Judith Dremel, diplomierte Anglistin und Romanistin, Birkenbihl-Sprachlehrerin®. Kontakt und Anmeldung: 0650 7707017 oder [dremelj@chello.at](mailto:dremelj@chello.at).

---

## MITTWOCH

**Mi. 17. und 24. Jän., 14:30 bis 15:30**

**Englisch - Konversation**

Wöchentlicher Englischkurs für Alltagsenglisch mit Frank Newman.  
Kosten: 10€/Stunde. Information und Anmeldung: [mgh.waltendorf@gmx.at](mailto:mgh.waltendorf@gmx.at),  
0680 4437604 oder persönlich im MGH von Mo-Do zwischen 15:00-18:00 Uhr.

---





## Monatsprogramm Jänner 2024

**Mi. 10., 17., 24. und 31. Jän., 10:00 bis 12:00** **Offenes Babytreffen**

Erfahrungsaustausch über den Babyalltag. Jeden ersten Mittwoch im Monat mit Babybrunch. In Kooperation mit dem IF (Institut für Familienförderung). Nähere Informationen bei Nathalie Gries: 0664 88604109

---

**Mi. 10. und 24. Jän., 15:00 bis 17:00** **Seniorinnen- und Seniorentreff**

Geselliges Treffen am Nachmittag mit unterschiedlichen Themen.

---

### DONNERSTAG

**Do. 25. Jän.,** **10:00 bis 11:30** **Französisch**  
**11:30 bis 13:00** **Anfängerkurs, leicht Fortgeschrittene**  
**Fortgeschrittene**

Mit Stephanie Fina. 10 (+1 gratis) Einheiten zu je 1,5 Stunden für einen Beitrag von 100,00€.

---

**Do. 11., 18. und 25. Jän., 17:30 bis 18:30** **Qigong**

Für die Steigerung der Lebensenergie und das allgemeine Wohlbefinden. Mit Michaela Eichberger. 12 Einheiten zu einem Betrag von 100€. Anmeldung unter 0680 4437604 (Mo. bis Do. zwischen 15 und 18 Uhr) oder unter 0699 19112306 bei Michaela Eichberger.

---

### FREITAG

**Fr. 12., 19. und 26. Jän., 10:00 bis 11:30** **Gehirntraining**

Entspanntes Gedächtnistraining, Schulung in Aufmerksamkeit und Konzentration. Information und Anmeldung bei: Silke Herrich, Tel: 0660-5120632

---

**Fr. 12., 19. und 26. Jän., 15:30 bis 18:00** **Rainbows-Gruppe**

Hilfe für Kinder und Jugendliche in stürmischen Zeiten.

Information: Mag<sup>a</sup> Heike Hinterhofer, Tel.: 0660/69 96 426

E-Mail: [h.hinterhofer@stmk.rainbows.at](mailto:h.hinterhofer@stmk.rainbows.at)

---

Anmeldungen bitte entweder während der Öffnungszeiten  
(Mo-Do 15:00 bis 18:00) im MGH, telefonisch unter 0680 44 37 604  
oder per E-Mail auf [MGH.Waltendorf@gmx.at](mailto:MGH.Waltendorf@gmx.at). Weitere Infos auf [www.mgh-waltendorf.at](http://www.mgh-waltendorf.at)

