

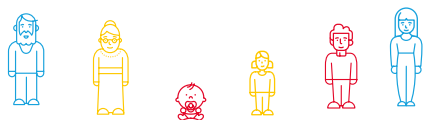
Mehrgenerationenhaus Karlsruhe und Kinder- und Familienzentrum

im Brunhilde-Baur-Haus Neureut



PROGRAMM 
JANUAR - APRIL 2024

HERZLICH WILLKOMMEN



Liebe LeserInnen,

etwas verspätet erreicht Sie das neue Programm 2024.

Wir haben nun so gut es ging die Zeit überbrückt bis zum Beginn der neuen Leitung unseres Mehrgenerationenhauses. Frau Dr. Anita Galuschek wird ab dem 01.03.2024 neue Ansprechpartnerin für Sie sein.

Ich freue mich, dass sie auf interessierte MitgestalterInnen und große und kleine BürgerInnen trifft.

Ein schönes neues Angebot werden wir ab dem 31.01.2024 haben. Den Familieneintopf. Lesen Sie mehr dazu auf Seite 10.

Ein herzliches Dankeschön an Sie alle, sowie Frau Layher, Frau von Stockert-Haus und Frau Reichert für Ihr Unterstützung und das Verständnis und eine herzliche Einladung am 01.03.2024 Frau Dr. Galuschek im Rahmen des MGH Cafés kennenzulernen..

Herzliche Grüße

Ihr

Michael Schröpfer

Vorstand Hardtstiftung

Impressum gem § 5 TMG

Hardtstiftung, Verein mit Körperschaftsrechten

Neureuter Hauptstraße 2 Tel.: +49 721 7082-0

76149 Karlsruhe

E-Mail: info@hardtstiftung.de

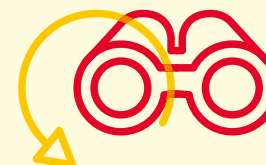
Vertretungsberechtigte Personen: Michael Schröpfer, Vorstand Hardtstiftung

Rechtsform: Verein mit Körperschaftsrechten



Inhalt

Herzlich Willkommen – Impressum	
1. Angebote in der Übersicht	4
2. Offener Treff	7
3. Eltern, Kinder und Familien	12
4. Bewegung, Sport, Gesundheit	18
5. Hilfe und Unterstützung	20
6. Bildung und Freizeit	22
7. Blick in den Stadtteil	24
8. Ehrenamt und Engagement	26





1. ÜBERSICHT DER ANGEBOTE

Angebot / Veranstaltung	Termine	Nähere Infos
Genießerfrühstück für Senioren	Jeden letzten Mittwoch im Monat von 9.00 – 11.00 Uhr 21.01., 28.02., 27.03., 24.04.2024 Anmeldung erforderlich!	S. 7
Mittagstisch für alle Generationen	Montag bis Freitag ab 11.45 Uhr	S. 7
Kaffee-Zeit für alle Generationen	Jeden Freitag von 14.00 – 17.00 Uhr	S. 7
Runder Tisch „Ehrenamt“	Jeden 1. Freitag im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr 02.02., 01.03.2024	S. 8
Stammtisch „Soziales Neureut“	Jeden 3. Freitag im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr 19.01., 16.02., 15.03., 19.04.2024	S. 8
„Mit Nadel(n) und Faden“ Strickrunde und Näh-Treff	Jeden Freitag ab 14.30 Uhr	S. 9
NEU: Familieneintopf	Mittwoch, 17.00 – 19.00 Uhr ab dem 31.01.2024	S. 10
Reparatur-Café	Mittwoch von 15.00 – 17.00 Uhr 10.01., 13.02., 13.03., 10.04.2024 Anmeldung mit Angabe des Reparaturbedarfs empfohlen!	S. 10
Offener Bücherschrank	Täglich während der Öffnungszeiten	S. 11
„Kaffee-Stühle“	Täglich während der Öffnungszeiten	S. 11
Startpunkt Elterncafé	Jeden Dienstag von 10.00 – 12.00 Uhr	S. 12

Jahresfest der Hardtstiftung am Sonntag dem 30.06.2024
10 Uhr Gottesdienst dann bis 17 Uhr in der Neureuter Hauptstraße 2.

Offizielle Verabschiedung von Herrn Schröpfer
und Einführung von Herrn Schrieb am 05.07.2024 im Brunhilde-Baur-Haus.
An diesem Tag entfällt der Mittagstisch und das Café.

1. ÜBERSICHT DER ANGEBOTE

Angebot / Veranstaltung	Termine	Nähere Infos
Kurs zur Geburtsvorbereitung	Frauenrunde (4x), donnerstags von 10.00 – 12.00 Uhr, danach finden gemeinsame Termine mit Partner statt (2 bis 3x donnerstags von 18.00 – 20.00/21.00 Uhr) Anmeldung erforderlich!	S. 13
Musik-Café für Familien	Samstag von 15.00 – 16.00 Uhr 13.01., 10.02., 09.03., 13.04.2024	S. 13
KiFaZ-Café und Offener Treff für Familien	Samstag von 12.00 – 15.00 Uhr (Für einzelne Angebote gelten geänderte Öffnungszeiten)	S. 14
NEU! STÄRKE Kurse mit Maren de Klerk	Herausforderungen meistern Facetten-reich	S. 14
Indoor-Spielplatz	Samstag von 14.00 – 16.00 Uhr 27.01., 10.02., 24.02., 09.03., 23.03., 06.04., 20.04.2024	S. 15
Flohmarkt der Babyklappe	Freitag und Samstag Freitag, 02.02. von 14.00 – 17.00 Uhr Samstag, 03.02. von 11.00 – 13.00 Uhr	S. 15
Kinder-Yoga	Samstag von 12.00 – 13.00 Uhr 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 24.02., 02.03., 09.03., 16.03., 23.03.2024 Anmeldung erforderlich!	S. 16
Familien-Spiele-Treff	Donnerstag von 15.30 – 17.00 Uhr	S. 17
„Karlsruhe spielt“	Save the month – kommt im Herbst	S. 17
Yoga-Kurse	Montag ab 18.00 / ab 19.30 Uhr Donnerstag ab 17.15 / ab 18.45 Uhr Anmeldung erforderlich!	S. 18
Academy Karlsruhe	Montag bis Freitag ab 18.15 Uhr	S. 19
Zen-Meditation	Mittwoch von 19.00 – 20.30 Uhr	S. 19
Gi Gong	Mittwoch von 10.00 – 11.00 Uhr	S. 19

1. ÜBERSICHT DER ANGEBOTE.

Angebot / Veranstaltung	Termine	Nähere Infos
Al-Anon, Alateen	Montag ab 18.00 Uhr	S. 20
Beratung für Senioren und Pfleger Angehörige	Montag und Donnerstag von 7.45 – 8.45 Uhr Mittwoch von 12.15 – 13.00 Uhr	S. 21
Frauentreff	Mittwoch von 14.00 – 16.00 Uhr	S. 21
Treffen für Pfleger Angehörige	Montag (1x/Monat) um 18.30 Uhr 05.02., 04.03., 02.04., 29.04.2024	S. 21
Internetcafé Neureut	Jeden 1. und 3. Montag im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr 05.02., 19.02., 04.03., 18.04.2024	S. 22
Quiltgruppe Neureut	Dienstag von 19.30 – 21.30 Uhr 20.02., 19.03.2024	S. 22
Gitarren- und Ukulele- Unterricht	Dienstag ab 15.00 Uhr Anmeldung für Schnupperstunden!	S. 23
Schüler- und Lernhilfe	Montag und Freitag von 14.00 – 16.00 Uhr (außer Schulferien) Anmeldung erforderlich!	S. 23
Steptanz und Line-Dance	Informationen unter: www.funtappers.de	S. 24
Offene Tonwerkstatt	Mittwochnachmittag Anmeldung erbeten!	S. 25
Neubürger*innentreffen	Samstag, 20.04.2024 von 10.00 – 12.00 Uhr	S. 25
Ehrenamt und Engagement	Rahmenbedingungen und aktuelle Einsatzmöglichkeiten	S. 26

Änderungen unseres Programms sind vorbehalten.
Aktuelle Veranstaltungshinweise unter www.mgh-ka.de

2. OFFENER TREFF



Genießerfrühstück für Senioren

Wann: Jeden letzten Mittwoch im Monat
Termine: 21.01., 28.02., 27.03., 24.04.2024
Uhrzeit: 9.00 – 11.00 Uhr
Ort: Mehrgenerationencafé
Kostenbeitrag: 5,00 €
Kontakt: info@mgh.de
**Anmeldung erforderlich bis zum Freitag
der vorangehenden Woche!**

Mittagstisch für alle Generationen

Wann: Montag bis Freitag
Uhrzeit: ab 11.45 Uhr
Ort: Mehrgenerationencafé

Den aktuellen Speiseplan finden Sie unter
www.mgh-ka.de.

Kaffee-Zeit für alle Generationen

Wann: Freitag
Uhrzeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Mehrgenerationencafé

Sie sind herzlich eingeladen zur Begegnung in gemütlicher Atmosphäre mit Kaffee und Kuchen aus der hauseigenen Konditorei der Produktionsschule. Darüber hinaus bieten wir ab 15.30 Uhr Kuchenverkauf außer Haus.

2. OFFENER TREFF

Runder Tisch „Ehrenamt“

Wann: Jeden 1. Freitag im Monat
Termine: 02.02. und 01.03.2024
Uhrzeit: 15.00 – 17.00 Uhr
Ort: Mehrgenerationencafé
Kontakt: info@mgh-ka.de

Sie haben Zeit und Lust, sich ehrenamtlich zu engagieren? Sie möchten Gesellschaft (mit-)gestalten und sind auf der Suche nach dem „ersten Schritt“? Sie haben ein Hobby, Talente, Fähigkeiten oder eine Projekt-idee, die Sie gerne gemeinsam mit anderen auf den Weg bringen möchten? Dann sind Sie herzlich eingeladen.

Der Runde Tisch „Ehrenamt“ ist Treffpunkt und Austauschmöglichkeit für alle, die Informationen, Anregungen, Kontakte und Mitstreiter*innen für ihr freiwilliges Engagement suchen.

***„Ehrenamt ist keine Arbeit, die nicht bezahlt wird.
Es ist Arbeit, die unbezahlbar ist.“***

Unbekannter Verfasser

Stammtisch „Soziales Neureut“

Wann: Jeden 3. Freitag im Monat
Termine: 19.01., 16.02., 15.03., 19.04.2024
Uhrzeit: 15.00 – 17.00 Uhr
Ort: Mehrgenerationencafé
Kontakt: info@mgh-ka.de

Was ist los im Quartier? Hier haben Sie die Möglichkeit, Informationen zu Angeboten im Stadtteil auszutauschen und sich mit anderen Akteur*innen zu vernetzen.

2. OFFENER TREFF

„Mit Nadel(n) und Faden“

Wann: Jeden Freitag im Rahmen der Kaffeezeit
Uhrzeit: ab 14.30 Uhr
Ort: Mehrgenerationencafé

Stricken, Häkeln, Nähen... Kommen Sie vorbei, bringen Sie Ihre eigenen Projekte mit, inspirieren Sie sich gegenseitig mit Anregungen, Ideen und Hilfestellungen. Wenn Sie Spaß an kreativem Gestalten in gemütlicher Runde haben, dann sind Sie herzlich eingeladen zu unseren offenen Handarbeitsrunden im Mehrgenerationencafé:

1. „Strick- und Häkelrunde“

Wir sind eine fröhliche Gruppe, die sich jeden Freitag ab 14.30 Uhr zum gemeinsamen Stricken bei Kaffee und Kuchen im Café trifft. Fragen Sie bei Interesse gerne nach (info@mgh-ka.de).

2. „Näh-Treff“

Das Angebot richtet sich an Einsteiger*innen und Anfänger*innen mit Grundkenntnissen. Lernen Sie einfache Nähprojekte kennen oder bringen Sie Ihre eigenen Ideen mit. Wir geben Anregungen und zeigen Ihnen, wie viel Spaß der Umgang mit der (eigenen) Nähmaschine macht.

Projekt „Lauf-Masche“

Eine Kooperation mit den „Barber-Angels e.V.“ („Friseur-Engel“): Wir stricken wärmende Accessoires (Mützen, Schals, Handschuhe Socken etc.) für bedürftige und obdachlose Menschen. Habt Ihr auch Lust, mit Eurem Hobby ein soziales Projekt zu unterstützen?

Dann wendet Euch für weitere Informationen gerne an unter: info@mgh-ka.de oder kommt einfach freitags in unserem Café vorbei.



2. OFFENER TREFF



„Familieneintopf“ kostenlos

Wann: jeden Mittwoch
Termine: ab 31.01.2024
Uhrzeit: 17.00 – 19.00 Uhr
Ort: Mehrgenerationencafé

Wir laden alle Familien mit Kindern ein zu einem Eintopf, der um 17 Uhr an den Tischen im Mehrgenerationencafé serviert wird. Nach einem gemeinsamen Beginn freuen wir uns über angeregte Gespräche. Wir freuen uns auf die Tischgemeinschaften. Das Essen ist kostenfrei denn gerade Familien wissen wie eng es finanziell werden kann. Wir freuen uns über Spenden, die als Beitrag in die Spendenkasse gehen oder über Zeitspenden beim Awasch und Aufdecken.

„Reparatur-Café“

Wann: Mittwoch
Termine: 10.01., 13.02., 13.03., 10.04.2024
Uhrzeit: 15.00 – 17.00 Uhr
Ort: Brunhilde-Baur-Saal
Kontakt: Info@Internetcafe-Neureut.de

**Aus organisatorischen Gründen
bitten wir um Anmeldung mit Angabe
des Reparaturbedarfs!**

Sie haben ein defektes Kleingerät oder einen beschädigten Gegenstand (Spielzeug) daheim? Kein Grund zum Wegwerfen.

Wir helfen Ihnen, die Ursache des Problems zu finden und reparieren mit Ihnen gemeinsam.

2. OFFENER TREFF

Öffentlicher Bücherschrank

Ort: Brunhilde-Baur-Haus, Foyer
Uhrzeit: täglich
(während der Öffnungszeiten)

Im Foyer des Brunhilde-Baur-Hauses stehen Ihnen zwei Bücherschränke mit Werken für alle Altersgruppen zur Verfügung.

Wer mag, kann jederzeit ein Buch mitnehmen oder vorbeibringen. Lesen dürfen Sie selbstverständlich zu Hause oder aber im Café. Das gelesene Buch wird entweder zurückgestellt oder im Tausch durch eines von daheim ersetzt. Beliebt sind Romane, Krimis, Bastelbücher, Koch- und Backbücher sowie Kinder- und Jugendliteratur.

Viel Spaß beim Stöbern und Schmökern!

Das „Kaffee-Stüble“

Ort: Brunhilde-Baur-Haus, Foyer
Uhrzeit: täglich
(während der Öffnungszeiten)

Das neue „Kaffee-Stüble“ befindet sich schräg gegenüber vom Mehrgenerationencafé (durch das Foyer, rechts vor dem Treppenaufgang). und ist täglich geöffnet. Dort finden Sie ein kleines Getränkeangebot (Kaffee, Wasserkocher und Kaltgetränke), das Sie gegen eine kleine Spende nutzen dürfen. Hier bietet sich die Möglichkeit, sich für kleine Gesprächsrunden und Spielenachmittage zu treffen oder auch mal in Ruhe ein Buch zu lesen.

Kommen Sie gerne einmal bei uns vorbei!



3. ELTERN, KINDER UND FAMILIEN

Startpunkt Elterncafé

Wann: Dienstag
Uhrzeit: 10.00 – 12.00 Uhr
Ort: Begegnungsappartement
Kontakt: Bettina Layher
Tel.: +49 721 626904-28
E-Mail: startpunkt@hardtstiftung.de



Das Startpunkt Elterncafé ist ein Angebot für Schwangere, Mütter und Väter und deren Kinder im Alter von 0 bis 3 Jahren. In gemütlicher Atmosphäre besteht die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen und sich zu informieren.

Darüber hinaus stehen regelmäßig Fachkräfte aus dem Netzwerk Frühe Prävention für Beratungsgespräche und konkrete Fragestellungen rund um das Thema „Eltern werden. Eltern sein“ zur Verfügung:

- 06. Februar** Stefanie Wallenfels (Beratungstelle Frühe Hilfen)
- 13. Februar** Dr. Eggert (Beratung Gesundheitsamt)
- 05. März** Judith Spinner (Beratungstelle Frühe Hilfen)
- 23. April** Frau Weis (Familienhebamme)



3. ELTERN, KINDER UND FAMILIEN

Kurs zur Geburtsvorbereitung

für Schwangere und Partner oder eine andere Begleitperson

Ein Geburtsvorbereitungskurs (geschlossene Gruppe) möchte einstimmen auf die Geburt und ihre Herausforderungen sowie auf die erste Lebenszeit mit dem neugeborenen Kind.

Wir treffen uns zunächst in der Frauenrunde (4x), donnerstags von 10.00 – 12.00 Uhr, danach finden gemeinsame Termine mit Partner statt (2 bis 3x) donnerstags 18.00 – 20.00/21.00 Uhr.

Ort: Begegnungsappartement.

Die Krankenkasse übernimmt die anfallenden Kosten für die Frauen.

Für Partner fällt ein Teilnehmerbeitrag von 60,00 € an.

Genaue Kursdaten, weitere Infos und Anmeldung bei:

Karin Lotz – Hebamme
Tel.: 0721/91538348 (mit AB)
E-Mail: ka-lotz@web.de

Musik-Café für Familien

Wann: Samstag
Termine: 13.01., 10.02., 09.03., 13.04.2024
Uhrzeit: 15.00 – 16.00 Uhr
Ort: Turnhalle
Kontakt: info@kifaz-neureut.de

Das Angebot richtet sich an (Groß-)Eltern mit (Enkel-)Kindern im Alter von 1 bis 4 Jahren: Mit Liedern, Instrumenten und Bewegungsspielen gehen wir durch das Jahr und sammeln erste Erfahrungen mit Musik.

Kommt gerne vorbei und macht einfach mit!

3. ELTERN, KINDER UND FAMILIEN

KiFaZ

Café und Offener Treff für Familien

Wann: Samstag (außer in den Schulferien)
Uhrzeit: 12.00 – 15.00 Uhr
Ort: Mehrgenerationencafé / Kaffee-Stühle
Kontakt: E-Mail: info@kifaz-neureut.de

Unser Café im Kinder- und Familienzentrum Brunhilde-Baur-Haus lädt Familien an den Samstagen zur Begegnung bei Kaffee und Gebäck ein. Parallel dazu findet Ihr in unserem Programm wechselnde Angebote, an denen Ihr im Rahmen unserer KiFaZ-Öffnungszeiten teilnehmen können. Wir freuen uns auf Euch!

Veränderte Öffnungszeiten haben wir an folgenden Terminen:

06. April 2024: 14.00 – 16.00 Uhr

Herausforderungen meistern

Ein STÄRKE-Angebot für Paare mit kleinen Kindern zur Stärkung der Paarebene, damit diese sich nicht in den Herausforderungen des Alltags zu sehr aus den Augen verlieren und die Konflikte nicht weiter zunehmen.

Samstag, 20.01.2024 von 14.30 – 18.30 Uhr,
Montag, 6.02.2024 von 9.30 – 12.00 Uhr und
Montag, 26.02.2024 von 19.30 – 22.00 Uhr
(hier werde ich jeweils mit der halben Gruppe arbeiten)
Samstag, 16.03.2024 von 14.30 – 18.30 Uhr

Mehr Infos bei Maren de Klerk, Tel.: 0721 499 0648
maren.deklerk@dialog-weise.de

Facetten-reich

Ein Folge-Angebot für TeilnehmerInnen vorheriger STÄRKE-Kurse, die erschöpft / überfordert sind und mit ihren Kindern eine bessere Eltern-Kind-Beziehung aufbauen wollen.

Monatlich am Montag ein Vormittagstermin 10.30 – 13 Uhr.
Montag, 19.02./ Montag, 18.03. / Montag, 15.04.2024

Mehr Infos bei Maren de Klerk, Tel.: 0721 499 0648
maren.deklerk@dialog-weise.de

3. ELTERN, KINDER UND FAMILIEN

Indoor-Spielplatz

Wann: Samstag
Termine: 27.01., 10.02., 24.02., 09.03.,
23.03., 06.04., 20.04.2024
Uhrzeit: 14.00 – 16.00 Uhr
Ort: Turnhalle der KiTa
Kontakt: info@kifaz-neureut.de

Familien sind eingeladen, die Weite des Turnraumes für vielseitige Bewegung zu nutzen. Spielgeräte stehen zur Verfügung.
Die Aufsichtspflicht liegt bei den Eltern.

Für dieses Angebot suchen wir:

Freiwillige / Elterninitiativen die Zeit und Lust haben, den Nachmittag
1x/Monat durch ihre Anwesenheit zu begleiten.

Sprecht uns auch gerne für weitere Öffnungszeiten an.

Flohmarkt der Babyklappe

Wann: Freitag und Samstag
Termine: 02.02.2024 von 14.00 – 17.00 Uhr
03.02.2024 von 11.00 – 13.00 Uhr,
Ort: Brunhilde-Baur-Haus
(Untergeschoss)

Das Team der Babyklappe lädt herzlich ein zum Bummeln und Stöbern in einer großen Auswahl an Kindersachen (Bekleidung, Spiele, Bücher) zu kleinen Preisen.

Parallel ist das Café geöffnet und bietet Kaffee und Kuchen für die Pause zwischendurch.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

3. ELTERN, KINDER UND FAMILIEN

Kinder-Yoga

Wann: Samstag
Termine: 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 24.02.,
02.03., 09.03., 16.03., 23.03. 2024
Uhrzeit: 12.00 – 13.00 Uhr
Ort: Begegnungsappartement, 2.OG
Kosten: 5,00 pro Termin
Kontakt/Anmeldung: info@kifaz-neureut.de

Die Teilnehmer*innenzahl ist auf 8 Personen begrenzt.
Bitte mitbringen: Unterlage (Yoga-Matta o. Handtuch),
bequeme Kleidung, Wasser zum Trinken.

Das Angebot richtet sich an Kinder im Alter von 4 bis 6 Jahren.

Kinder-Yoga macht nicht nur viel Spaß, sondern fördert das Miteinander und bietet körperliche Übungen ohne Wettbewerb und Leistungsdruck. Yoga wirkt beruhigend, kann Ängste und Stress abbauen und hilft dabei, soziale Kompetenzen zu stärken.

Während der Zeit ist das KiFaZ-Café für die Eltern bereits ab 12.00 Uhr geöffnet.

NEU: Der „Kinder-Yoga-Pass“



Mit dem Kinder-Yoga-Pass für 30,00€ habt Ihr die Möglichkeit, insgesamt 6x am Kinder-Yoga teilzunehmen. Das müssen keine aufeinanderfolgenden Termine sein:

Der Kinder-Yoga-Pass ist (ab Ausstellungsdatum) ein halbes Jahr gültig und kann auch gerne an Freunde ausgeliehen oder verschenkt werden.

3. ELTERN, KINDER UND FAMILIEN

„Familien-Spiele-Treff“

Wann: Donnerstag
Uhrzeit: 15.30 – 17.00 Uhr
Ort: Begegnungsappartement (2. OG)
Kontakt: info@kifaz-neureut.de

Dieses Angebot ist als Elterninitiative gestaltet und richtet sich an Familien mit Kindern im Alter von 3 bis 6 Jahren (mit Geschwisterkindern). Der Treff bietet die Möglichkeit, sich kennenzulernen, Spiele- und Betreuungsmöglichkeiten für die Kinder auf den Weg zu bringen oder einfach miteinander ins Gespräch zu kommen.

Wie sind 2024 wieder dabei: „Karlsruhe spielt“

Termin: im Herbst wird noch mitgeteilt
Uhrzeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Hardtstiftung, Neureuter Hauptstraße 2
Kontakt: info@kifaz-neureut.de

„Karlsruhe spielt“ ist ein Kooperationsprojekt des Kinderbüro mit zahlreichen Partner-Organisationen und Sozialen Einrichtungen. Im Herbst 2024 werden stadtweit wieder einige Straßen zu Spielstraßen umfunktioniert und damit auf eine ganz andere Weise belebt.

Auch wir sind wieder mit dabei: Auf dem Streckenabschnitt
Neureuter Hauptstraße 2 bis zum Großschneidersweg
warten tolle Aktionen auf Euch.



4. BEWEGUNG, SPORT, GESUNDHEIT

Yoga (Yoga-Kurse, Präventionskurse)

Ort: Seminarraum 3
Kosten: Bitte um Rücksprache, da zuschussfähig
Kontakt: Cordula Richter
Tel.: +49 173 8007976
E-Mail: zeitfueryogakarlsruhe@gmx.de

1. Kurs
für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Montag von 18.00 – 19.15 Uhr

2. Kurs
für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen
Montag von 19.30 – 20.15 Uhr

3. Kurs
zur Verbesserung von körperlichen Einschränkungen
Donnerstag von 17.15 – 18.30 Uhr

4. Kurs
für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen
Donnerstag von 18.45 – 20.00 Uhr

4. BEWEGUNG, SPORT, GESUNDHEIT

Academy Karlsruhe Selbstverteidigung, Kampfkunst und Gesundheit

Wann: Montag bis Freitag
Uhrzeit: ab 18.15 Uhr
Ort: Turnhalle der KiTa

Für das aktuelle Kursangebot besuchen Sie gerne die Homepage:
www.academy-karlsruhe.de

Zen-Meditation

Wann: Mittwoch
Uhrzeit: 19.00 – 20.30 Uhr
Ort: Begegnungsappartement (2. OG)
Kosten: werden pro Termin erhoben
Kontakt: Gosia Theobald
Tel.: +49 173 8331430
E-Mail: zen-ka@online.de

Um Anmeldung wird gebeten, da die Teilnehmendenzahl begrenzt ist.
Sitzmatten (Zabutons) und Meditationsbänkchen werden gestellt.

Qi-Gong

Wann: Mittwoch
Uhrzeit: 10.00 – 11.00 Uhr
Ort: Begegnungsappartement (2. OG)
Kosten: werden pro Termin erhoben
Kontakt: Barbara Estedt
Tel.: +49 152 26298842
E-Mail: b.estedt@yahoo.de



5. HILFE UND UNTERSTÜTZUNG

Al-Anon, Alateen

Wann: Montag
Uhrzeit: 18.00 Uhr
Ort: Seminarraum 1+2
Kontakt: Tel.: +49 7243 66717 oder
Mobil: +49 175 992808

Die Al-Anon Familiengruppen unterstützen all diejenigen, deren Leben jetzt oder in der Vergangenheit durch das Trinken eines anderen belastet worden ist, unabhängig davon, ob dasjenige noch trinkt, oder aufgehört hat. Alateen bietet Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, Erfahrung, Kraft und Hoffnung mit Gleichaltrigen zu teilen. Sie erfahren dort, wie andere mit der Situation umgehen und können so ihre eigenen Einstellungen und Verhaltensweisen ihrer Familie gegenüber verändern. In der Alateen-Präambel heißt es dazu: „Wenn wir auch unsere Eltern nicht ändern und kontrollieren können, so können wir uns doch von ihren Problemen lösen und sie weiterhin lieben“.

Zentrales Dienstbüro der Al-Anon Familiengruppen

Hofweg 58, 22085 Hamburg
Tel.: +49 40 226389700
Fax: +49 40 226389701
E-Mail: zdb@al-anon.de

Montag und Donnerstag: 15.00 – 17.00 Uhr
Dienstag: 15.00 – 19.00 Uhr
Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr

5. HILFE UND UNTERSTÜTZUNG

Diakonieverein Neureut e.V.

Kontakt: Petra Schuster
Tel.: +49 721 781464 oder
Mobil: +49 151 72433650
E-Mail: schuster@diakonieverein-neureut.de

1. Beratung (für Senioren*innen und Angehörige)

Wann: Montag und Donnerstag
Uhrzeit: 7.45 – 8.45 Uhr
Wann: Mittwoch
Uhrzeit: 12.15 – 13.00 Uhr

2. Frauennachmittag

Wann: Mittwoch
Uhrzeit: 14.00 – 16.00 Uhr
Ort: Begegnungsappartement, 2. OG
(barrierefreier Zugang)
Anmeldung erforderlich!

3. Treffen für Pflegende Angehörige

Wann: Montag (1x/Monat)
Termine: 05.02, 04.03., 02.04., 29.04.2024
Uhrzeit: 18.30 Uhr
Ort: Begegnungsappartement, 2. OG
Anmeldung erforderlich

Das Angebot richtet sich an alle Menschen, die - unabhängig von Alter und Konfession – ein offenes Ohr für ihre Probleme und momentane Lebenssituation suchen. Hier finden Sie eine Ansprechperson und auch die Informationen zu weiterführenden professionellen Hilfeleistungen. Die Beratung findet telefonisch oder persönlich im Rahmen eines Hausbesuches statt.



6. BILDUNG UND FREIZEIT

Internet-Café Neureut

Wann: Jeden 1. + 3. Montag im Monat
 Termine: 05.02., 19.02., 04.03., 18.04. 2024
 Uhrzeit: 15.00 – 17.00 Uhr
 Ort: Brunhilde-Baur-Saal
 Kontakt: Klaus Bremer, Mokhtar Belkoura
 E-Mail: info@internetcafe-neureut.de
www.internetcafe-neureut.de

Hier finden Sie kostenlos Beratung im Umgang mit Smartphone, Tablet und PC. Einmal im Monat erfahren Sie in thematischen Kurzvorträgen Spannendes aus der Welt der Digitalisierung.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
 Kommen Sie einfach vorbei!



Quiltgruppe Neureut

Wann: Jeden 3. Dienstag im Monat
 Termine: 20.02., 19.03.,
 Uhrzeit: 19.30 – 21.30 Uhr
 Ort: Seminarraum 3
 Ansprechperson: Christine Toussaint
 E-Mail: info@quiltlady.de

Anmeldung erbeten!

Einmal monatlich am Dienstagabend dreht sich bei uns alles um Patchwork und Quilten. Wir treffen uns im Brunhilde-Baur-Haus und arbeiten an unseren kleineren und größeren Projekten. Weitere Interessierte mit Näherfahrung dürfen gerne dazukommen.

6. BILDUNG UND FREIZEIT

„Einfach in die Saiten greifen“ Gitarren- und Ukulele-Unterricht

Wann: Dienstag
 Uhrzeit: ab 15.00 Uhr
 Ort: Seminarraum 2
 Kontakt: Peter Dümpelmann
 Tel.: +49 151 64848398
 E-Mail: pduempelmann@gmx.de



Sie möchten ihr Kind auf natürlichem Wege die Lieder lernen lassen, die es wirklich spielen will? Sie wollen Lagerfeuergitarrist/in werden?

Sie können die Texte ihrer Lieblingssongs auswendig und wissen nicht, wie man sie begleiten könnte? Sie möchten ihrem Freund oder ihrer Freundin ihren Lieblingssong vorsingen und sich selbst begleiten?

Oder nur einen lang gehegten Traum erfüllen. Melden Sie sich gerne telefonisch für eine **kostenlose Schnupperstunde** an.

Schüler- und Lernhilfe

Wann: Montag + Freitag (außer in den Schulferien)
 Termine: nach Vereinbarung
 Uhrzeit: 14.00 – 16.00 Uhr
 Ort: Seminarraum 1
 Kontakt: info@mgh-ka.de



Für dieses Angebot suchen wir:

Freiwillige mit Lehrbefähigung für die Unterrichtsfächer Deutsch, Mathematik und Naturwissenschaften

Kooperationsprojekt mit dem Corona-Programm „Lernen mit Rückenwind“



7. BLICK IN DEN STADTTEIL

Steptanz und Line-Dance bei den Fun Tappers

– jede Stilrichtung • jedes Level • jedes Alter –

Der Neureuter Steptanzverein Funtappers e.V.
bietet wieder Möglichkeiten für Einsteiger, das Steptanzen zu lernen.

Ein **Steptanz-Schnupperwochenende** gibt es
am 13./14. Januar 2024

In jeweils zwei Trainingsstunden lernen Interessierte erste
Steptanzschritte in echten Stepschuhen.

Alle, die gerne weitersteppen möchten, können ein
10stündiges Schnupperpaket buchen
ab Freitag, 26. Januar 2024 jeweils 18:30 – 19:30 Uhr

Auch **Modern Line Dance**

kann bei den Funtappers gelernt werden.

Einen **dreistündigen Schnupperkurs** gibt es am 28. Januar 2024.

Ein **regelmäßiger Kurs** findet **montags um 17.30 Uhr** statt.

Ein **Einstieg** ist jederzeit möglich

Für weitere Informationen und **Anmeldung**:

www.funtappers.de



7. BLICK IN DEN STADTTEIL

Offene Tonwerkstatt

Termin: Mittwoch

Uhrzeit: nachmittags

Ort: Bienwaldstraße 7, 76187 Karlsruhe

Kontakt: Andrea Riemer

Tel.: +49 172 5992424

E-Mail: andrea.riemer@arcor.de

Anmeldung erforderlich!

Hier kann nach Lust und Laune getöptert werden.
Anfänger*innen sowie Fortgeschrittene sind herzlich willkommen.
Die fertigen Produkte können nach der Trocken- und Brennzeit
(ca. 14 Tage) vor Ort abgeholt werden.

Neubürger*innen-Treffen

Termin: Samstag, 20.04.2024

Uhrzeit: 10.00 – 12.00 Uhr

Ort: Brunhilde-Baur-Haus

Kontakt: info@mgh-ka.de

Eingeladen sind alle (neu zugezogenen) Neureuter*innen, die sich
darüber informieren möchten, was Neureut zu bieten hat!
In gemütlicher Atmosphäre haben Sie Gelegenheit, neue Kontakte zu
knüpfen. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, sich mit dem Neur-
euter Ortsvorsteher zu unterhalten und mehr über das
Mehrgenerationenhaus Brunhilde-Baur-Haus zu erfahren.



8. EHRENAMT UND ENGAGEMENT

Haben Sie Interesse?

Die Vielfalt an Angeboten in Mehrgenerationenhäusern wie in Kinder- und Familienzentren ist u.a. den freiwillig Engagierten zu verdanken, die sich mit ihren Ressourcen, ihren Fähigkeiten und ihrer Zeit einbringen. Gemeinsam mit den Hauptamtlichen gestalten sie das Leben in den Mehrgenerationenhäusern und somit im Stadtteil mit.

Das ist ein großer Gewinn für alle Beteiligten!

Im Mehrgenerationenhaus Brunhilde-Baur-Haus haben Sie die Möglichkeit:

- ✓ ein eigenes Projekt zu gestalten
- ✓ sich in ein bestehendes Projekt einzubringen
- ✓ zu helfen, neue Ideen/Angebote umzusetzen

Dauer und Umfang Ihres Engagements bestimmen Sie.

In diesem Programmheft finden Sie bereits einige konkrete Anregungen für freiwilliges Engagement.

Zudem lädt der Runde Tisch „Ehrenamt“ (S.8) dazu ein, sich mit Gleichgesinnten zu vernetzen und Mitstreiter*innen für die Umsetzung eigener Ideen zu finden.

Nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf:

info@mgh-ka.de

info@kifaz-neureut.de

8. EHRENAMT UND ENGAGEMENT

Aktuelle Tätigkeitsfelder – Wir suchen Sie für...:

Spiele-Treff: Sie haben eine Schwäche für Gesellschaftsspiele und versammeln gerne Menschen um sich herum für gemeinsame Spielrunden. Sie sind ein Organisator für die Treffen und bieten auch neuen Interessent*innen die Möglichkeit, neue Spiele kennenzulernen oder selber Ideen einzubringen (1-2x / Monat, Uhrzeit frei wählbar).

Reparatur-Café: Als „Fachmenschen“ (Elektriker, Tischler, Uhrmachermeister usw.) gewinnen Sie Gleichgesinnte und unterstützen im Team andere Menschen bei der Reparatur kleinerer Geräte und Gegenstände nach dem Motto: „Reparieren statt wegwerfen“. (Mittwochnachmittag, 1x / Monat).

Tanz- und Bewegungsangebot für Senioren: Sie lieben Musik und Tanz und dürftendiese Begeisterung an andere Menschen (ggf. mit Einschränkung) weitergeben. Dabei sind Sie frei in der Ausgestaltung: Ob Tanzcafé, Rollatortanz, Seniorengymnastik, Line Dance - bringen Sie gerne Ihre Ideen und Anregungen ein (1x/Monat, nachmittags).

Näh-Treff: Sie haben Erfahrung im Nähen und Umgang mit der Nähmaschine, bringen Ideen mit für einfache Nähprojekte und unterstützen Einsteiger*innen bei ihren ersten Nähversuchen. (Freitagnachmittag, 1x/Monat).

Kreativ-Treff im KiFaZ-Café: Sie sind gerne kreativ tätig und haben am Wochenende 1 bis 2 Std. Zeit, um Bastel- und/oder Werkangebote für Familien zu organisieren. (Samstagnachmittag, 1 bis 2x / Monat).

Schüler- und Lernhilfe: Sie sind Lehrerin*in (gerne auch Student*in oder Rentner*in), die Kinder und Jugendliche dabei unterstützen möchten, (coronabedingte) Lernrückstände insbesondere in den Fächern Deutsch und Mathematik aufzuholen. Mit Ihrem Engagement sind Sie Teil des Programms „Lernen mit Rückenwind“.

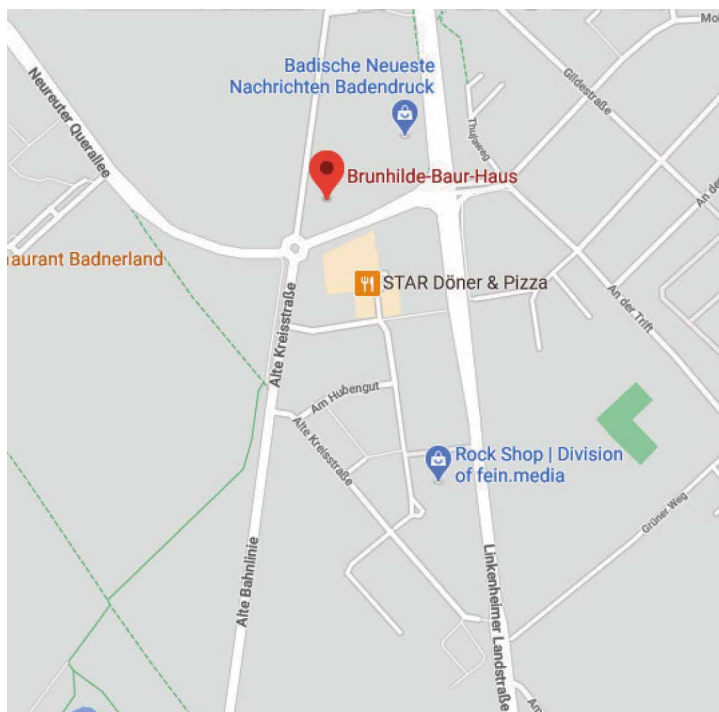
Linkenheimer Landstraße 133a
76149 Karlsruhe

info@mgh-ka.de
info@kifaz-neureut.de
Tel.: 0721 – 626904 10

Zufahrt von der Spöcker Straße
Buslinie: 72 und 73
Haltestelle: Neureut-Spöcker Straße

Mehrgenerationenhaus Karlsruhe
www.mgh-ka.de

So finden Sie uns



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION



LAG
Mehrgenerationenhäuser
Baden-Württemberg