



Mehr  
Generationen  
Haus



# Schau durch den Spalt!

PROGRAMM SEPTEMBER - DEZEMBER 2025

# INHALT

HAUSFRAUENBUND IM MGH	4	JAPANISCHE SPIELGRUPPE	22
FÖRDERVEREIN	6	OASIS LATINOAMERICANO	23
<b>VOR ORT</b>		MUSIC TOGETHER® KURS	25
KINDERSACHEN FLOHMARKT	7	SINGGARTEN FÜR KLEINKINDER (1,5 - 3,5 Jahre) / (3 - 5 Jahre)	26
FLOHMARKT FÜR TEENIES	8	MUSIKGARTEN FÜR KLEINE LÄUFER (12 - 22 Monate)	27
KLAMOTTEN FÜR LIESELOTEN FRAUENSACHENMARKT	9		
16. EUROPÄISCHES FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN	10	<b>SERVICE</b>	
STRICKTREFF DA	13	DIGITAL OHNE STRESS	28
SPIEL- UND KRABELGRUPPE, WILLKOMMENS- BERATUNG	14	UNTERVERMIETUNGEN	29
BILINGUAL BABIES	15	MONATSKURZ-ÜBERSICHT	30
BACKKURS FÜR KINDER	16		
ANDERES BURNOUT CAFÉ DARMSTADT	17		
SPRACHCLUB DARMSTADT	18		
LERNE DEUTSCH!	19		
MiA – „MIGRANTINNEN EINFACH STARK IM ALLTAG“	20		
OFFENER TREFF	21		

## SCHLIEBZEITEN:

Fr., 03.10.

Mo., 22.12.25 bis So., 04.01.26

Koordination **Fabiola Erwin:**  
koordination@mgh-da.de /  
Öffentlichkeitsarbeit -Koordination-  
**Silvia Vicente:** pr@mgh-da.de /  
Pressearbeit **Dorota Sedziwy:**  
presse@mgh-da.de /  
Mediengestaltung Printmedien **Micaela  
Ruiz Vicente:** micaruizvi@gmail.com



Wir werden mit so viel Werbung und Informationen auf der Straße oder den sozialen Medien sowie voreingenommenen Meinungen aus Radio und Fernsehen bombardiert, dass wir selten unterscheiden können, was von dem, was wir hören, eine plausible Grundlage hat und was wir als falsch abtun sollten.

Um unseren Blick zu schärfen und tiefere Einsichten zu gewinnen, müssen wir oft einen Teil unseres Blickfelds „ausblenden“. Wie beim Fotografieren, treffen wir eine Auswahl, damit das Hauptziel (ein schönes Bild zu bekommen) erreicht wird. Aber es ist nicht einfach sich darauf zu konzentrieren, ohne von all diesen äußeren und meist negativen Einflüssen gestört zu werden. Irritierende Falschmeldungen und negative Einflüsse verwirren uns und liegen uns schwer auf der Seele. Doch die Augen und uns vor der Welt zu verschließen kann ist keine Lösung. Umso wichtiger ist es den Fokus auf die schönen und guten Dinge zu lenken, die uns und unser Leben ausmachen. Lassen wir uns von einem Baum nicht die Sicht auf den Wald verderben!

Deshalb arbeiten wir weiter daran, Räume für Interaktion und Wohlbefinden in einem Klima des größtmöglichen Respekts, der Solidarität und der Empathie zu schaffen. Auch in diesem Jahr werden wir im Rahmen des Filmfestivals der Generationen 3 Filme vorführen und jede Veranstaltung mit einer Diskussion abschließen. Um nachhaltige Praktiken zu fördern, werden wir, wie jedes Jahr, unsere Märkte für Kindersachen und für Frauenkleidung wiederholen.

Zum ersten Mal werden wir auch einen Flohmarkt mit Kleidung und interessanten Artikeln für junge Leute organisieren.

Natürlich kannst du auch weiterhin an den musikalischen, sprachlichen, kulinarischen, beratenden und kreativen Aktivitäten teilnehmen, die wir schon seit langem anbieten.

Wir sind auch immer offen für neue Initiativen. Und wir freuen uns über Mitwirkende, Neugierige, Hilfe und Unterstützung! Meldet euch einfach bei uns.

**Dein MGH-Team**



## Geschäftsstelle

Die Geschäftsstelle wird für den ehrenamtlichen Bereich immer donnerstags von 9:30 bis 12:00 Uhr für Sie erreichbar sein. Irmtraud Volkmann ist dort Ihre Ansprechpartnerin. Gerne können Sie Ihre Wünsche auch per E-Mail oder über den Anrufbeantworter an uns richten.

☎ 06151 - 20615



## Quer durch den Garten

Am Mittwoch, den 24. September 2025, um 12:00 Uhr laden wir Sie zu „Quer durch den Garten“ und zu einem Pflaumenkuchen ein. Wir bitten Sie, sich bis zum 15. September anzumelden.

- 🕒 **Termin: Mi., 24.09., 12:00 Uhr**
- ! Anmeldung bis 15.09. unter:
- ✉ [hausfrauenbund-darmstadt@web.de](mailto:hausfrauenbund-darmstadt@web.de)
- ☎ 06151 - 20615
- € Für Nichtmitglieder beträgt die Teilnahmegebühr 5,00 €.

## Sprachkurse

🕒 **Französisch für Fortgeschrittene.**  
**Freitags, 10:30 - 11:30 Uhr**

**Französisch - Conversation**  
🕒 **Freitags, 11:45 - 13:30 Uhr**  
👤 **Chantal Charpentier- Schmitz**



# HAUSFRAUENBUND IM MGH



## **Patschen und Quatchen**

Nähen ist unsere Leidenschaft. Wir sind 6 Frauen vom Hausfrauenbund, die sich **jeden Mittwochabend von 18:30 bis 21:00 Uhr** im Mehrgenerationenhaus zum Patchworken und Klönen treffen.

Wir nähen Decken, Wandbehänge, Taschen und Portemonnaies und probieren neue Patchwork- und Quiltmuster aus.

Wir sammeln auch kleine Stoffreste aus Baumwolle. Wir hauchen verschiedenen Stoffen immer wieder neues Leben ein. Jede bringt ihre eigenen Ideen ein und so entstehen immer wieder unterschiedliche Dinge, die wir an

Freunde oder in der Familie verschenken.

In der Weihnachtszeit nähen wir natürlich auch Weihnachtsschmuck. Zweimal im Jahr fahren wir zu einem Nähwochenende in ein Seminarhaus. Dort lassen wir uns verwöhnen und haben endlich Zeit, von morgens bis abends zu nähen. Jede:r ist bei uns willkommen.

Voraussetzung sind Nähkenntnisse und eine eigene Nähmaschine.

Jeden Mittwoch bringen wir unsere eigenen Nähmaschinen, Schneidebretter, Rollschneider, Scheren, Stoffe und alles andere Zubehör mit.

[www.hausfrauenbund-darmstadt.de](http://www.hausfrauenbund-darmstadt.de)  
[hausfrauenbund-darmstadt@web.de](mailto:hausfrauenbund-darmstadt@web.de)

# FÖRDERVEREIN

## Warum gibt es einen Förderverein?

Der Förderverein des MGH ist eine unverzichtbare Unterstützung für die Entwicklung unserer Aktivitäten. Zusätzlich zu den Ermäßigungen, die Mitglieder für jede unserer zahlreichen Aktivitäten erhalten, erhalten sie auch einen attraktiven Rabatt, wenn sie unsere Räumlichkeiten für Familienfeiern, Workshops oder private Konferenzen mieten möchten. Einige unserer Angebote sind kostenlos, bzw. kostenreduziert, z. B. der

Sprachclub, offene Treffs, Deutschkurse oder besondere Veranstaltungen wie das Filmfestival der Generationen, wo wir jedes Jahr Filme mit Publikumsgespräch anbieten. Wir möchten diese Möglichkeiten weiterhin anbieten und gleichzeitig neue fördern. Hierfür benötigen wir Ihre Unterstützung. Der jährliche Mitgliedsbeitrag beträgt 25 Euro. Wir hoffen, Sie schon bald als Partner:in gewinnen zu können!



Antrag auf Mitgliedschaft im  
Förderverein des Mehrgenerationenhauses Darmstadt e.V.

Hiermit beantrage ich die Mitgliedschaft im Förderverein des  
Mehrgenerationenhauses Darmstadt e.V.

Vorname, Name: \_\_\_\_\_  
Geburtsdatum: \_\_\_\_\_  
Adresse: \_\_\_\_\_  
Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail\*: \_\_\_\_\_

- Ich zahle einen freiwilligen Beitrag von € \_\_\_\_\_ im Jahr.  
 Ich zahle einen Mindestbeitrag von € 25,- im Jahr.

Über den Betrag wünsche ich jährlich eine Spendenquittung ja  nein   
(Zutreffendes bitte ankreuzen und ggf. eintragen)

## Einzugsermächtigung:

Hiermit ermächtige ich den Förderverein des Mehrgenerationenhauses Darmstadt e.V. widerruflich, den oben angegebenen Vereinsbeitrag jährlich zu Lasten des folgenden Kontos mittels Lastschrift einzuziehen:

Kontoinhaber: \_\_\_\_\_  
Name der Bank: \_\_\_\_\_  
IBAN: \_\_\_\_\_  
BIC: \_\_\_\_\_

Ort, Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

# KINDERSACHEN FLOHMARKT

Auf der Suche nach besonderen Schnäppchen für die Kleinen? Oder sind die Kleinen schon größer und die schönen Sachen könnten noch Andere erfreuen?

Dann ab zu unserem Kindersachen-Flohmarkt!

Es werden Baby- und Kinderkleidung

für die Herbst- und Wintersaison angeboten.

Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt. Unser Buffet bietet Getränke, Süßes und Herzhaftes, auch zum Mitnehmen.

In der Veröffentlichung zu dieser Veranstaltung auf unserer Website findest du das Anmeldeformular.



VOR ORT



**Termin: Samstag, 06.09.,  
09:30 - 12:30 Uhr**



Tischvergabe und weitere  
Informationen unter:



[offener.treff@mgH-da.de](mailto:offener.treff@mgH-da.de)

NEU

# FLOHMARKT FÜR TEENIES (10 - 17 JAHRE)

Du hast coole Sachen im Schrank, die du nicht mehr brauchst? Oder suchst du nach günstigen Klamotten, Spielen oder Accessoires? Dann bist du hier genau richtig!

Beim Flohmarkt für Teenies kannst du verkaufen, tauschen oder einfach nach neuen Lieblingsstücken stöbern – alles von und für Jugendliche zwischen 10 und 17 Jahren.

## Was gibt's?

- Kleidung, Schuhe, Accessoires
- Bücher, Spiele, Deko und vieles mehr

## Wenn du mitmachen willst (als Verkäufer:in):

- Melde dich vorher an,
- Achte darauf, dass deine Sachen sauber und gut erhalten sind,
- Verkauf bitte selbst – deine Eltern dürfen dir helfen, aber du bist der Boss.



VOR ORT



**Termin: Samstag, 06.09.,  
14:00 - 17:00 Uhr**

Infos und Anmeldung:  
offener.treff@mgH-da.de



# KLAMOTTEN FÜR LIESELOTEN FRAUENSACHENMARKT

Dieses Jahr findet der Markt für Frauenartikel fast zu Beginn des Herbstes statt.

Accessoires wie Mützen, Schals und Handschuhe, die Frauen im Herbst und Winter so gerne tragen, sowie Kleidung, Taschen und Schuhe kannst du auf unserem Markt kaufen oder verkaufen.

Das Konzept bleibt das gleiche wie in den Vorjahren: Anmelden, beschriften und mitbringen. Wir kümmern uns um die Organisation und den Verkauf. Ab dem 1. September werden Anmeldungen entgegengenommen.



VOR ORT



**Termin: Freitag, 19.09.,  
18:00 - 21:00 Uhr**



Anmeldung ab dem 01.09. unter:



[koordination@mgh-da.de](mailto:koordination@mgh-da.de)

## Do., 30.10., „DANCING QUEENS“

Reife Cheerleader trotzen Altersbeschwerden und Vorurteilen

**Regie:** Zara Hayes

**Land:** USA 2019

**Darsteller:** Diane Keaton, Jacki Weaver, Celia Weston, Alisha Boe, Pam Grier, etc,

**Altersempfehlung:** ab 12 Jahren



Als die alleinlebende Martha erfährt, dass sie Krebs hat, beschließt sie, in das Pflegeheim Sun Springs in der Nähe von Phoenix zu ziehen. Sie will ihren Lebensabend zurückgezogen und in Ruhe genießen. Doch das fällt ihr schwer, zumal ihre quirlige und redselige Nachbarin Sheryl ständig vor der Tür steht. Außerdem zwingen die Regeln der Residenz sie, an den Gruppenaktivitäten teilzunehmen. Doch statt Bingo oder Aquajogging will sie sich lieber ihren Jugendtraum erfüllen und eine eigene Gruppe von

Cheerleadern gründen. Gemeinsam mit Sheryl finden sie weitere Mitstreiterinnen, die mit großen Herzen und Lebenswillen ihren altersbedingten Einschränkungen trotzen. Zunächst belächelt und verspottet, holen sie sich einen jungen Coach, der ihnen bei der Vorbereitung auf ein großes Ereignis hilft...

Eine amüsante Komödie über ältere Frauen, die mit Hüften und Prothesen gegen Altersdiskriminierung und Jugendkult ankämpfen.

## Do., 06.11. „IN VOLLER BLÜTE“

Eine Reise zu sich selbst im hohen Alter

**Regie:** Oliver Parker

**Land:** Großbritannien 2023

**Darsteller:** Michael Caine, Glenda Jackson, Danielle Vitalis, Victor Oshin, Will Fletcher, etc.

**Altersempfehlung:** ab 14 Jahren



Im Sommer 2014 verlässt der 90-jährige Bernard Jordan sein

Pflegeheim in Südengland und reist mit seinem Gehwagen per Schiff in

# 16. EUROPÄISCHES FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN

Richtung Normandie. Er will sich dort zum 70. Jahrestag der Landung der Alliierten mit Kriegsveteranen treffen und seinen gefallenen Kameraden gedenken.

Zudem hat er eine letzte Mission zu erfüllen... Währenddessen beginnt zu Hause nicht nur die Heimleitung nach

ihm zu suchen, auch die Medien werden auf den „großen Ausbrecher“ aufmerksam.

Der letzte Auftritt zweier herausragender Schauspieler und zugleich ein warmherziger Film über Liebe und Würde im hohen Alter und ein Fanal gegen den Krieg: „Nie wieder ist jetzt“!

**Do., 13.11., „WAS IST SCHON NORMAL?“**

Komödie mit und nicht über Menschen mit Behinderung

**Regie: Artus**

**Land: Frankreich 2023**

**Darsteller: Artus, Clovis Cornillac, Marc Riso, Alice Belaïdi, Marie Colin, etc.**

**Altersempfehlung: ab 12 Jahren**



Nach einem Raubüberfall flüchten Paulo und sein Vater vor der Polizei und finden ausgerechnet in einem Reisebus Unterschlupf, der junge Erwachsene mit kognitiver und körperlicher Einschränkung an ihren Urlaubsort in die Berge bringen soll. Sie geben sich kurzerhand als der fehlende Mitreisende Sylvain und dessen Betreuer aus – eine fast perfekte Tarnung. Mit der Flucht vor der Polizei beginnt ein außergewöhnliches Abenteuer, das alle Beteiligten vor

ungeahnte Herausforderungen stellt – jede Menge Spaß und neue Freundschaften inklusive. Denn der Feelgood-Film spielt mit Klischeebildern und überwindet diese mit Charme und Leichtigkeit. Hierfür hat der bekannte französische Komiker Artus in seinem Debütfilm auf elf Laienschau­spieler zurückgegriffen, die ihre Rollen selbst mit entwickeln durften. In Frankreich war es 2024 der meistbesuchte Kinofilm.

# 16. EUROPÄISCHES FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN

Wir freuen uns, dass wir wieder mal beim Filmfestival der Generationen mit drei Filmen dabei sind!

Das Festival präsentiert aktuelle deutsche und internationale Spielfilme über das Alter, das Älterwerden und den demografischen Wandel. Dabei steht die Filmauswahl unter zwei Prämissen: Erstens sollen die Filme differenzierte Altersbilder vermitteln, die das Alter als eine entwicklungs-dynamische Lebensphase zeigt, mit vielfältigen Potenzialen und

Ressourcen für das Individuum und für die Gesellschaft. Die zweite Prämisse: Die Filme sollen Inhalte transportieren, die zur Anschlusskommunikation und zum Dialog mit dem Publikum einladen. Von der großen Leinwand herunter auf die realen Gegebenheiten vor Ort, in der Kommune, in meinem zu Hause, in meiner Welt.

Von daher sind die Publikumsgespräche im Anschluss an die Filmvorführungen zentraler Bestandteil des Festivalkonzepts.



## EUROPÄISCHES FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN

Daten & Filme:

**Do., 30.10., „Dancing Queens“**

**Do., 06.11., „In voller Blüte“**

**Do., 13.11., „Was ist schon normal?“**



**jeweils Einlass 19:00 Uhr  
Filmstart 19:30 Uhr**



Alle Filme mit Anmeldung unter  
[schreib.ans@mgh-da.de](mailto:schreib.ans@mgh-da.de)



Kostenlos, Spenden willkommen



# STRICKTREFF DA

## Es handelt sich nicht um einen Kurs

NEU



Jeder, der gerne strickt oder häkelt, ist herzlich eingeladen, zu unserem monatlichen Treffen am letzten Freitag im Monat ab 15 Uhr zu kommen.

Stricken oder Häkeln hat viel Charme, aber es in Gesellschaft bei einer Tasse Tee oder Kaffee und in einer freundlichen Atmosphäre zu tun, macht es noch verlockender.

VOR ORT

 **Termine: Jeden letzten Freitag im Monat ab 15:00 Uhr**

 Kontakt: Hanna Englert

 Anmeldung erforderlich:

 wolligespende@gmx.net

 Kosten: 3-5 € auf Spendenbasis

# SPIEL- UND KRABELGRUPPE

Babys entwickeln Interesse an anderen Kindern: sie beobachten, schauen und lernen. In Spiel und Krabbelgruppen sammeln die Kleinen erste soziale Kontakte zu Menschen, die nicht zu ihrer Familie gehören. Auch den Eltern tut der Kontakt, das gemeinsame

Erleben und der Austausch mit anderen Eltern und Kindern gut.

Eingeladen sind Babys und Kleinkinder von 0 bis 3 Jahren mit ihren Mamas und/ oder Papas.



**Termin: Montags,  
16:30 - 18:00 Uhr**



Kontakt: Paula



ot@mgh-da.de



Keine Anmeldung erforderlich



3€ (2€ für MGH Mitglieder) pro  
Treffen. 1 Getränk inklusive

VOR ORT

# WILLKOMMENSBERATUNG

Neu in Darmstadt? Beratung für neue Bürger:innen

Das MGH möchte neu zugezogenen Bürger:innen in Darmstadt helfen, sich in ihrer noch neuen Umgebung zurecht zu finden.

Welcome information  
Asesoramiento de bienvenida  
Консультация по приезду  
Assessoramento de bem vinda

Bei Bedarf vermitteln wir an entsprechende Facheinrichtungen weiter.

Auf Wunsch können wir auf englisch, spanisch und portugiesisch beraten.



Termin nach Vereinbarung



Anmeldung erforderlich



schreib.ans@mgh-da.de



Dieser Service ist kostenlos

# BILINGUAL BABIES



We are a multicultural and welcoming playgroup for parents who want to raise bilingual children or simply expose them to English. You don't need to be a native speaker, just an interest in sharing and enjoying the language with your little one is enough! Our group is open to babies and young children. While the little ones play on the soft mats, the older ones keep busy with painting, jumping, and other activities. We all look after each other,

following the natural rhythm of the children.

Each session begins with free playtime, where English is our common language. Sometimes, we enjoy seasonal activities or share a special snack, and we always wrap up with a sing-along.

We organize ourselves through a WhatsApp group, where we coordinate activities and attendance together. Feel free to join and be part of our community, we'd love to have you!



**Termine: Freitags,  
15:30 - 17:30 Uhr**



Kontakt: Estefania Diaz



Anmeldung erforderlich



[bilingual.babies@mgh-da.de](mailto:bilingual.babies@mgh-da.de)



4€ (3€ für Mitglieder)

# BACKKURS FÜR KINDER

## Weihnachtliche Geschenkboxen

Für alle Kinder, die Weihnachten und Süßes lieben.  
Backen macht Spaß, aber es ist noch motivierender, wenn wir damit Freunde

und Familie positiv überraschen wollen.  
Wir laden euch ein, gemeinsam kleine Köstlichkeiten zu backen und zu dekorieren, die wir in verlockende Geschenke verwandeln.



-  **Termin: 13.12., 14:30 - 17:30 Uhr**
-  Kontakt: Silvia Ledda  
Für Kinder ab 7 Jahren
-  Anmeldungen:
-  [Thekitchenlab24@gmail.com](mailto:Thekitchenlab24@gmail.com)
-  40€ Inklusive Lebensmittel und Material

# ANDERES BURNOUT CAFÉ DARMSTADT



Die Selbsthilfegruppe trifft sich monatlich. Es handelt sich um eine lösungsorientierte Selbsthilfe, die über den klassischen Austausch in Selbsthilfegruppen hinausgeht. Jedes Treffen hat ein Thema, zu dem Impulse gegeben und passende Übungen angeboten werden. Die Übungen ermöglichen Verhaltensänderungen. Es handelt sich um eine Gruppe, die Menschen über 18 Jahren mit Burnout oder Depression begleitet.

Es ist hilfreich, wenn Sie/Du uns per E-Mail kontaktieren/kontaktierst. Dies ist jedoch nicht unbedingt erforderlich.

## Themen:

**Fr., 05.09.:** Selbstwertgefühl. Selbstachtung und Selbstliebe.

**Fr., 10.10.:** Gelassenheit und Mut.

**Fr., 07.11.:** Grenzen erkennen und setzen.

**Fr., 05.12.:** Ad-hoc-Selbsthilfe und Selbstfürsorge.

**Termine: 05.09., 10.10., 07.11. und 05.12., 19:00 - 21:15 Uhr**

**Kontakt:** Marcus Ackermann  
darmstadt@anderes-burnout.cafe.de  
06151 3650602

**Veranstaltungsübersicht**  
<https://anderes-burnout-cafe.de>

**€** Kostenlos, Spenden für den organisierenden, gemeinnützigen Verband [www.bvbud.de](http://www.bvbud.de) werden gerne angenommen

# SPRACHCLUB DARMSTADT

Lass uns gemeinsam Deutsch sprechen!

Давайте говорить по-немецки вместе!

Haydi birlikte Almanca konuşalm!

Let's talk German together!

نم صحبت المان باهم ه بزار



VOR ORT



**Termin: Montags,  
18:00 - 20:00 Uhr**



Kontakt: Lisa



Sprachclub\_Darmstadt@gmx.de  
facebook: Sprachclub Darmstadt



Kosten: 1€



In unseren Sprachkursen sind alle Erwachsenen willkommen, die kein bzw. nur ein wenig Deutsch sprechen, aber aktiv am Leben in Darmstadt teilnehmen und mehr Sicherheit im Alltag gewinnen möchten. Wir bieten den Anfänger:innen einen leichten Einstieg in die deutsche Sprache, Grundkenntnisse in Sprechen, Lesen, Schreiben und Verstehen. Während des Kurses bieten wir Kinderbetreuung im

Nebenraum.

Unsere Deutschkurse finden zweimal pro Woche statt. Kursstufen: Vorstufe, A1 und A2.

Das Land Hessen fördert die Kurse im Rahmen des Landesprogramms „MitSprache – Deutsch4U“ statt. Für die Teilnehmenden entstehen keine Kosten. Man jederzeit in einen Kurs einsteigen, sofern es einen freien Platz gibt.



**Termine: Montag - Freitag**



Kontakt: Dorota und Ljubica



Anmeldung erforderlich

Extras: Es gibt eine kostenlose Kinderbetreuung

Alle Informationen zu diesem Angebot unter



**lerne.deutsch@mgh-da.de** erfragen



Kostenlos

# MiA – „MIGRANTINNEN EINFACH STARK IM ALLTAG“



VOR ORT

MiA ist ein Kursangebot für Migrantinnen und geflüchtete Frauen ab 16 Jahre.

Dort sprechen sie über Themen, die für sie wichtig sind. Dabei können sie ihr Deutsch verbessern. An manchen Tagen gehen sie gemeinsam nach draußen, zum Beispiel um die Stadt kennen zu lernen. Oft gibt es in MiA-Kursen auch noch andere kreative Angebote, zum Beispiel nähen, singen oder malen. MiA ist ein Kursangebot, in dem Frauen sich gegenseitig stärken. Sie machen sich Mut. Sie lernen dazu und erfahren viel Neues.

Ein Kurs dauert 34 Stunden, verteilt über mehrere Wochen oder Monate. Sie können an bis zu drei Kursen teilnehmen.

Die Kurse finden einmal oder zweimal pro Woche statt. Während des Kurses bieten wir nach Bedarf Kinderbetreuung im Nebenraum.

Die Kurse werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert. Für die Teilnehmerinnen entstehen keine Kosten. Eine Anmeldung ist erforderlich!

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



**Termine: Montag - Donnerstag**  
**Alle Informationen zu diesem Angebot unter**  
**lerne.deutsch@mgh-da.de**  
**erfragen**



Anmeldung erforderlich



Kontakt: Dorota und Ljubica



Extras: Es gibt eine kostenlose  
Kinderbetreuung



Kostenlos

# OFFENER TREFF

In der Küche ist's am Schönsten...  
Dieses Angebot gibt Zeit und Raum für  
Begegnung und Austausch und kann  
alles sein, was von den Besucher:innen  
gewünscht wird.

Ihr wünscht euch einen Ort, um eine  
Nachbarschaftsinitiative zu gründen?  
Um in Ruhe Kaffee zu trinken, Waffeln  
zu backen oder mit euren Kindern den  
Fußboden mit Holzschienen zu  
pflastern? Sich mit einem Buch aufs

Sofa fläzen oder eine Diskussionsrunde  
starten? Wer sich wünscht mit anderen  
Menschen initiativ zu werden, sich  
auszutauschen oder sich zu informieren  
ist hier ebenso willkommen wie  
Menschen, die sich einen Ort zum  
Entspannen und Genießen wünschen.  
Hier kann jeder Mensch seine eigenen  
Ideen oder Vorschläge einbringen und  
an der Gestaltung mitwirken. Unsere  
Wohnküche freut sich auf neue Gäste!



VOR ORT



**Mo. und Fr., 15:00 - 18:00 Uhr**



**Di. und Do., 9:00 - 12:00 Uhr**

[offener.treff@mgh-da.de](mailto:offener.treff@mgh-da.de)

# JAPANISCHE SPIELGRUPPE

Die japanische Eltern-Kind-Gruppe Darmstadt richtet sich an Kinder von 0 bis 6 Jahren.

Zweimal im Monat treffen sich Kinder mit japanischer Muttersprache in Begleitung der japanisch sprechenden Eltern. Die gesprochene Sprache während des Treffens ist Japanisch. Die Kinder spielen, basteln, singen japanische Lieder und hören gemeinsam japanische Geschichten. Die

Eltern haben Zeit sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen.

Neben freiem Spiel findet ein kleines gemeinsames Programm statt (z.B. Basteln mit Origami-Papier, singen und vorlesen jahreszeitlicher Lieder und Geschichten).

Das Programm wird reihum von den Teilnehmer:innen organisiert.



**Termine / 開催日:**  
**jeden ersten und dritten  
Donnerstag im Monat,  
15:00 - 18:00 Uhr**

毎月第1、第3木曜日 15時~18時

Kontakt: Erik Pyrozok

da.nihongo.sg@gmail.com

€ 4€ (3€ für MGH-Mitglieder) pro  
Treffen

1 Getränk inbegriffen, für Kinder bis  
12 Jahre kostenlos

参加費用

4ユーロ MGH会員 3ユーロ

暖かい飲み物1杯が含まれます。

# OASIS LATINOAMERICANO

Desde el 2022 venimos construyendo este espacio de encuentro como un lugar de esparcimiento, apoyo y crecimiento para niños, jóvenes y adultos enlazados a las culturas latinoamericanas.

En especial esta es una oferta para disfrutar de la gran variedad de expresiones orales y emocionales propias de nuestra lengua española. Y, nos brinda la oportunidad de regalarle a nuestros hijos una lengua de herencia y, con ella, transmitirles un bagaje cultural cuya resonancia abarca mucho más que el mundo de las palabras.

En cada encuentro, además de compartir una merienda, promovemos el desarrollo de diferentes habilidades. Algunas veces cantamos, otras bailamos. Hay días en los que nos divertimos horneando recetas alemanas o de algunos de nuestros países de

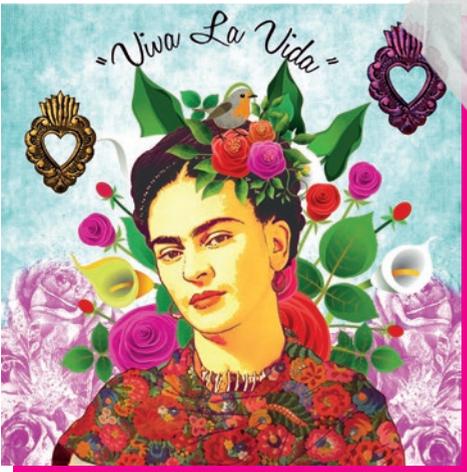
origen. Algunas veces nos disfrazamos, o hacemos alguna manualidad o festejamos juntos algún evento local o internacional.

También nos encanta promover la lectura y solemos terminar nuestros encuentros leyendo de forma colectiva algún cuento corto, lectura de la cual participan activamente leyendo las niñas y los niños que ya saben hacerlo.

En estos meses de buen clima, también podemos disfrutar del sol en nuestro pequeño espacio al aire libre,

En síntesis, esta es una invitación para compartir nuestras experiencias que hacen parte de nuestro procesos migratorios.

A todos en este grupo nos alegra contar con vuestra presencia, o mejor dicho con vuestra compañía!



**Termine: Jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat, 16:00 - 18:00 Uhr**



Kontakt: Dailisbeth Bastardo und Mayte Vásquez



[oasislatingoDA@gmail.com](mailto:oasislatingoDA@gmail.com)



2,50€

# www.familien -willkommen.de

## Darmstadt Wegweiser Familie und Beruf

familien-willkommen.de bietet Informationen für Familien, Firmen und Facheinrichtungen rund um die Themen **Familie, Beruf und Leben in Darmstadt**. Neben aktuellen Hinweisen zu Veranstaltungen und Angeboten für Familien finden sich Adressen und Anlaufstellen in Darmstadt gegliedert

nach 14 Themenbereichen.

### **Klick rein und informier Dich!**

Gegründet wurde das Portal im Mütterzentrum Darmstadt. Nach dem Wechsel der Trägerschaft zur Stadt Darmstadt ist es heute ein Kooperationsprojekt zwischen Frauenbüro und Mehrgenerationenhaus.

ONLINE GEDRUCKT VON

**SAXOPRINT**



# MUSIC TOGETHER® KURS MUSIKALISCHE FRÜHERZIEHUNG AUF ENGLISCH



Dies ist eine Aktivität zur musikalischen Früherziehung in englischer Sprache. Bei Music Together® dreht sich alles um die Verbindung: mit der Musik, mit Deinem Kind und mit gleichgesinnten Familien. Spielerisch und wertvoll: 45 Minuten voller Spaß (für alle!) mit nachhaltiger Lernwirkung. Gemeinsam singen, spielen und tanzen wir zu verschiedenen Liedern- vom zarten Wiegenlied bis zum wilden Jam. Die stressfreie Lernumgebung in altersgemischten Gruppen lässt jedes Kind auf ganz eigene Weise üben.



Fördere die musikalische Entwicklung Deiner Kinder und erlebe die bereichernde Wirkung der Musik mit uns!

Zielgruppe: 0-5 Jahre alte Kinder (mit Erwachsenen)

Außer Unterricht bekommen die Familien das illustrierte Liederbuch mit Flute Song Collection, CD und Zugang zu unserer praktischen App.

Der Kurs wird in englischer Sprache abgehalten, ist aber für Familien jeder Nationalität geeignet!



**Termine: von 20.10. bis 08.12.  
immer montags um 16:30 Uhr**



Kontakt: Katarzyna Otczyk, licenced and certified Teacher



Anmeldung: [mtinladadi@gmail.com](mailto:mtinladadi@gmail.com)



[www.musictogetheringriesheim.com](http://www.musictogetheringriesheim.com)



160 € für Familien mit 1 Kind

80 € für Geschwister

Geschwister bis zum 1 Jahr- gratis

# SINGGARTEN FÜR KLEINKINDER

Der Singgarten ist ein musikalisches Angebot für Kinder vom Kleinkindalter bis zum Vorschulalter. Mit einfachen Instrumenten, wie Rasseln, Klangbausteinen und Trommeln werden die Kinder spielerisch an Musik herangeführt. Sie dürfen hier ohne Leistungserwartung Musik aufnehmen und selbst gestalten.

Im **Singgarten 1 (1,5 – 3,5 Jahre)** erweitern wir den Liederschatz aus dem Musikgarten. Es kommen nun einfache Großbewegungsspiele und Tänze hinzu. Die Kinder können bereits einfache Gesten nachahmen und beginnen mitsingen. Sie schlüpfen in die Rollen von Tieren, hüpfen wie die kleinen Frösche oder tanzen wie die wilden Pferde.

Im **Singgarten 2 (3 – 5 Jahre)** kommen nun komplexere Singspiele hinzu. Die Kinder können mittlerweile einfache Rhythmusfolgen mitspielen und Tonfolgen nachsingen. Wir singen einfache Kanons und begleiten die Jahreszeiten musikalisch. Das Gruppenerlebnis und der Einsatz von Instrumenten stehen im Mittelpunkt.

In unserem wöchentlichen Treffen bauen wir uns einen gemeinsamen Liederschatz auf. Bald schon wird das Musizieren zu einem festen Bestandteil eures Familienlebens werden.

Komm zu einer kostenlosen Schnupperstunde vorbei.



🕒 **Singgarten 1: Mittwochs,  
17:00 - 17:45 Uhr**

🕒 **Singgarten 2: Mittwochs,  
16:00 - 16:45 Uhr**

👤 Kontakt: Cassandra Kornett  
! Im Herbst/Winter im MGH, zwischen  
Oster- und Herbstferien im  
Herrngarten.

Anmeldung erforderlich

✉ musikgardendarmstadt@gmail.com

€ 53€ pro Monat

# MUSIKGARTEN FÜR KLEINE LÄUFER

Der Musikgarten für Kleine Läufer ist ein musikalisches Angebot für Babys in der „Sturm- und Drangphase“ (12-22 Monate). Dieser Kurs ist aktiver gestaltet, als der Musikgarten für Babys, denn die Kinder können oft schon laufen oder sehr schnell krabbeln. Sie trauen sich jetzt schon mal von Mama weg und gehen alleine los auf Entdeckungsreise. Im Musikgarten für Kleine Läufer lade ich euch und eure Babys zum musikalischen Spiel ein. Mit einfachen Instrumenten, wie Glöckchen, Klanghölzern, Rasseln und Trommeln werden die Kinder spielerisch an Musik herangeführt. Diese üben schon auf die kleinsten Babys eine starke Faszination aus und animieren sie dazu selbst Geräusche und Klänge zu erzeugen und zu erforschen. Die Kinder dürfen hier ohne Leistungserwartungen Musik aufnehmen und selbst gestalten. Bald schon wird das Musizieren zu einem

festen Bestandteil eures Familienlebens werden.

Langzeitstudien bestätigen inzwischen den positiven Einfluss von Musikerziehung auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes – auf die musikalische Begabung, das Sozialverhalten und das Lernen.

In unserem wöchentlichen Treffen bauen wir uns einen gemeinsamen Liederschatz auf, lernen Fingerspiele, Kniereiterspiele, Kinderlieder und Tänze.

Omas, Opas und Geschwisterkinder sind willkommen.

Komm zu einer kostenlosen Schnupperstunde vorbei.



## **Termine:**

**Mittwochs, 15:10 - 15:45 Uhr**



Kontakt: Cassandra Kornett



Der Kurs findet in den Räumen des MGH statt und ab Mitte April im Herrngarten.



Anmeldung erforderlich

[musikgartendarmstadt@gmail.com](mailto:musikgartendarmstadt@gmail.com)



42€ pro Monat



## Beratung für Senioren und alle Interessierten

Smartphone, Tablet oder Computer: Die digitale Welt kann manchmal ziemlich kompliziert sein. In einer entspannten Atmosphäre bringen wir dir die Grundlagen und Möglichkeiten moderner Technik näher. Gemeinsam entdecken wir, wie Du deine Geräte sicher und einfach nutzen kannst. Ob Nachrichten schreiben, Fotos teilen oder das Internet erkunden – wir gehen auf deine Fragen ein und finden Lösungen, die zu dir passen. Unser Ziel: Hürden abbauen, Sicherheit gewinnen

und Technik mit mehr Freude nutzen. Egal, ob du Einsteiger\*in bist oder schon erste Erfahrungen hast – wir nehmen uns Zeit für dich!

Bei deinem ersten Termin möchten wir zunächst die Grundfunktionen und Möglichkeiten von Smartphones (Android, iPhone usw.) behandeln. Bei den folgenden Terminen können dann konkretere Bedürfnisse angesprochen, Themen wiederholt oder sogar andere Themenbereiche wie soziale Netzwerke, künstliche Intelligenz oder Sicherheit im Netz behandelt werden.



**Termin: nach Vereinbarung**



Ansprechpartner: Luke Bliedtner



Anmeldung erforderlich



digital@mgh-da.de

oder telefonisch Montag und Mittwoch von 9:00 bis 12:00 Uhr



unter 06151 295200



Teilnahme gegen Spende  
(Richtwert: 2 bis 5 €)



# UNTERVERMIETUNGEN



Für Euren Workshop, Euer Seminar oder Eure Familienfeier stellen wir Euch Räume, Beamer, Leinwand, und nach Rücksprache auch weitere Services zu Verfügung. Dadurch wollen wir die Vernetzung und die Schaffung von Kontakten mit anderen Institutionen fördern.

**Kontakt:**  
[koordination@mgh-da.de](mailto:koordination@mgh-da.de)



# MONATS-KURZÜBERSICHT

## SEPTEMBER

04.09.	<b>Japanische Spielgruppe</b>	15:00 - 18:00	Seite 22
05.09.	<b>Anderes Burnout Café Darmstadt: Selbstwert, Selbstachtung und Selbstliebe</b>	19:00 - 21:15	Seite 17
06.09.	<b>Kindersachen Flohmarkt</b>	9:30 - 12:30	Seite 7
06.09.	<b>Flohmarkt für Teenies</b>	14.00 - 17:00	Seite 8
11.09.	<b>Oasis Latinoamericano</b>	16:00 - 18:00	Seite 23
18.09.	<b>Japanische Spielgruppe</b>	15:00 - 18:00	Seite 22
19.09.	<b>Klamotten für Lieselotten</b>	18:00 - 21:00	Seite 9
24.09.	<b>Quer durch den Garten (Angebot des HFB)</b>	12:00	Seite 4
25.09.	<b>Oasis Latinoamericano</b>	16:00 - 18:00	Seite 23
26.09.	<b>Stricktreff DA</b>	15:00	Seite 13

## OKTOBER

02.10.	<b>Japanische Spielgruppe</b>	15:00 - 18:00	Seite 22
09.10.	<b>Oasis Latinoamericano</b>	16:00 - 18:00	Seite 23
10.10.	<b>Anderes Burnout Café Darmstadt: Gelassenheit und Mut (inkl. Themenplanung für das Folgejahr)</b>	19:00 - 21:15	Seite 17
16.10.	<b>Japanische Spielgruppe</b>	15:00 - 18:00	Seite 22
20.10.	<b>Music Together</b>	16:30 - 17:15	Seite 25
23.10.	<b>Oasis Latinoamericano</b>	16:00 - 18:00	Seite 23
30.10.	<b>Filmvorführung: Dancing Queens</b>	19:00 - 21:45	Seite 10
31.10.	<b>Stricktreff DA</b>	15:00	Seite 13

## NOVEMBER

06.11.	<b>Japanische Spielgruppe</b>	15:00 - 18:00	Seite 22
06.11.	<b>Filmvorführung: In voller Blüte</b>	19:00 - 21:45	Seite 10
07.11.	<b>Anderes Burnout Café Darmstadt: Grenzen erkennen und setzen</b>	19:00 - 21:15	Seite 17
13.11.	<b>Oasis Latinoamericano</b>	16:00 - 18:00	Seite 23
13.11.	<b>Filmvorführung: Was ist schon normal?</b>	19:00 - 21:45	Seite 11
20.11.	<b>Japanische Spielgruppe</b>	15:00 - 18:00	Seite 22
27.11.	<b>Oasis Latinoamericano</b>	16:00 - 18:00	Seite 23
28.11.	<b>Stricktreff DA</b>	15:00	Seite 13

## DEZEMBER

02.12.	<b>Japanische Spielgruppe</b>	15:00 - 18:00	Seite 22
05.12.	<b>Anderes Burnout Café Darmstadt: Ad hoc Selbsthilfen und Selbstfürsorge</b>	19:00 - 21:15	Seite 17
11.12.	<b>Oasis Latinoamericano</b>	16:00 - 18:00	Seite 23
18.12.	<b>Japanische Spielgruppe</b>	15:00 - 18:00	Seite 22
13.12.	<b>Weihnachtlicher Backkurs für Kinder</b>	14:30 - 17:30	Seite 16

# MGH HIGHLIGHTS



## FLOHMARKT FÜR TEENIES (10-17 JAHRE)

SAMSTAG, 06.09.,  
14:00 - 17:00 Uhr



## 16. EUROPÄISCHES FILMFESTIVAL DER GENERATIONEN

30.10., 06.11., 13.11., 19:00 Uhr



## DIGITAL OHNE STRESS

TERMIN  
nach Vereinbarung