[Pustebote im Juni]

Welche Angebote wir im Juni für Sie bereit halten, erfahren Sie in unserem Pusteboten.

Wer lieber digital liest, dem empfehlen wir auf das untere Bild zu klicken. Dort erwartet Sie der Pustebote in digitaler Form als PDF.



PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Kulturelles, Bildung & Medien

Ihr seid zu Hause eingekesselt und könnt nicht raus? Seid aber digital ganz fit? Dann haben wir etwas für euch! Schaut doch mal auf Seite 2 vorbei.

Beratung

Ab dem 12.06. berät Sie wieder Frau Knöfel. Einen Termin können Sie sich bei ihr unter 0152/07776647 oder sabine.knoefel@web.de vereinbaren. Beratungen werden nur mit Mundschutz stattfinden.

Bewegung & Freizeit

Das Tanzcafé fällt zwar aus, doch der Kurs für Seniorengymnastik steht wieder für euch zur Verfügung!

Küchenpost

Auf Seite 4 sehen Sie, welche Gemüsesaison wir diesen Monat haben und was Sie daraus leckeres kochen können.

© Alina Hentschel

Der Pustebote im Juni

Die Pusteblume hat für Sie wieder offen! Einige Kurse dürfen unter bestimmten Bedingungen wieder laufen. Welche Kurse diesen Monat stattfinden und was Sie beachten müssen, lesen Sie auf Seite 11. Lesen Sie außerdem auf Seite 2, was Sie Neues am 19.06. erwartet! Außerdem gibt es ab Seite 7 wieder eine Geschichte von Armin.
Das heutige Titelbild stammt von Alina Hentschel und trägt den Titel „Gänse".
Haben Sie auch tolle Fotos, dann schicken Sie ihr Wunschcoverbild einfach an m.subklew@spi-ost.de.

Herausgegeben von AWO SPI gGmbH 1

www.spi-ost.de

[Tanzcafé am 04. Juni 2020 entfällt]

Aufgrund der Coronavirus-Pandemie (COVID-19) haben wir die schwierige Entscheidung getroffen, das Tanzcafé abzusagen.

Die bereits verkauften Karten behalten ihre Gültigkeit und ermöglichen Ihnen die Teilnahme am nächsten Tanzcafé.
Die Einschränkungen sozialer Kontakter ist derzeit lebenswichtig. Daher bitten wir um Ihr Verständnis für unsere Entscheidung, die zur Sicherheit unserer Mitarbeiter*innen und Gästen dient und eine weitere Ausbreitung des Virus verhindern soll.

Für Fragen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

Tel.: 0345 686948-10
Fax.: 0345 686948-28
E-Mail: m.subklew@spi-ost.de

---

www.spi-ost.de

Die Pusteblume ist wieder offen!

Ab dem 02. Juni darf die Pusteblume wieder öffnen. Bis zu 10 Personen dürfen sich in einem Kurs aufhalten. Folgende Kurse finden wieder statt:

- Tiffany Glaskunst (ab 02. Juni)
- Spielevormittag (ab 03. Juni)
- Handarbeit (ab 08. Juni)
- Seniorengymnastik (ab 09. Juni)
- Gehirnjogging (ab 10. Juni)
- Yoga (ab 10. Juni)
- Sozialberatungen bei Frau Knöfel (ab 12. Juni, nur mit Terminvereinbarung und Mundschutz)

Folgende Hinweise sollten Sie beim Betreten des Hauses beachten:

- Sie dürfen das Haus nur mit Tragen des Mund-Nasen-Schutzes betreten
- Bei Betreten und Hinausgehen immer die Hände desinfizieren – am Eingang neben der Tür finden Sie den Desinfektionsspender
- Sie müssen sich in Teilnehmerlisten eintragen
- In die Armbeuge Husten und Niesen, nicht in die Hand
- 1,5 Meter Abstand zu den Personen halten
- Betreten Sie nicht das Haus, wenn Sie sich fiebrig fühlen oder sich sonstige Erkältungszeichen aufweisen und kontaktieren Sie einen Arzt
- Bestenfalls die Türklinken nicht betätigen und die Türen offen lassen
- Für sportliche Aktivitäten müssen eigene Matten mitgebracht werden und bereit in Sportklamotten gekleidet eingetroffen werden, es darf sich nicht umgezogen werden

Pustebote im Mai

Welche Tipps und Tricks wir im Mai trotz der Coronakrise für Sie bereit halten, erfahren Sie in unserem Pusteboten.

Klicken Sie auf das untere Bild, so kommen Sie digital zum Pusteboten.



PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Kulturelles, Bildung & Medien

Sie brauchen nur ein Telefon oder ein Smartphone, um diese Angebote nutzen zu können. Schauen Sie auf Seite 2 vorbei, was für Angebote wir Ihnen anbieten.

Kreatives

Lasst euch nicht durch Langeweile unterkriegen – bastelt etwas für eure Frühlingsdekoration! Auf Seite 4 findet ihr eine Anleitung.

Bewegung & Freizeit

Sportlich aktiv könnt ihr nun auch ganz einfach zu Hause sein! Welche Haushaltsgegenstände ihr dafür braucht, seht ihr auf Seite 3.

Küchenpost

Wer einfach und vegan backen will, sollte unbedingt auf Seite 5 vorbeischauen!

© Alina Hentschel

Der Pustebote im Mai

Im Maiboten haben wir für euch sportliche Tipps, wir ihr auch zu Hause fit bleiben könnt. Außerdem hat Armin Trautwein wieder eine interessante Geschichte aus seinen damaligen Zeiten auf Seite 8 niedergeschrieben.
Bleibt gesund und geht fit durch den Mai!

Das heutige Titelbild stammt von Alina Hentschel und trägt den Titel „Rosa Schneeball".
Haben Sie auch tolle Fotos, dann schicken Sie ihr Wunschcoverbild einfach an m.subklew@spi-ost.de.

Herausgegeben von AWO SPI gGmbH 1

www.spi-ost.de

MGH vorläufig bis 03.05.2020 geschlossen

Liebe Besucherinnen und Besucher,

auch wenn das Haus für den Besucherverkehr zum heutigen Stand bis einschließlich 03.05.2020 geschlossen bleibt, ist das Team des Mehrgenerationenhauses für die Bürgerinnen und Bürger, sowie für freiwillig Engagierte da.

Herzliche Grüße aus dem Mehrgenerationenhaus

MGH-Team



---

www.spi-ost.de

[Pustebote im April]

Welche Tipps und Tricks wir im April trotz der Coronakrise für Sie bereit halten, erfahren Sie in unserem Pusteboten.

Klicken Sie auf das untere Bild, so kommen Sie digital zum Pusteboten.



PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Bewegung & Freizeit

Auf Seite 2 finden Sie verschiedene Übungen die Sie auch ganz einfach zu Hause anwenden können.

Kreatives

Du hast dir das ganze Klopapier angelagert, weißt aber nicht, was du mit den übrigen Klopapierrollen anfangen sollst? Dann schau dir eine Bastelanleitung auf Seite 3 an!

Beratung & Untern.

Auf Seite 4 gibt es Tipps zur Hygiene und zu Alternativen gegen Händeschütteln.

Küche

Du hast 10kg Nudeln zu Hause, weißt aber nicht, was du daraus kochen könntest? Auf Seite 5 gibt es ein leckeres Nudelrezept!

Der Pustebote im April

Die Corona-Ferien sind angetreten und viele Familien sind zu Hause beisammen. Im heutigen Pusteboten findet ihr Tipps zum Umgang der Hygiene und ein paar Beschäftigungsideen für zu Hause. Auf den letzten Seiten findet ihr außerdem wieder eine Geschichte von Armin Trautwein. Die Pusteblume bleibt bis auf weiteres geschlossen. Sollten Sie Fragen haben, wenden Sie sich bei Maria Subklew unter 0345 6869 4810. Bleiben Sie gesund! Das heutige Titelbild stammt von Alina Hentschel und trägt den Titel „Endlich Frühling".

Herausgegeben von AWO SPI gGmbH

Beitragsbild entfernen

---

www.spi-ost.de