

DAS Mehrgenerationenhaus PROGRAMM



Die Babymassage

Der absolute Wohlfühltermin und ganz bestimmt das Wochenhighlight schon am Anfang der Woche. Was für die Großen gut - ist für die Kleinsten bestimmt noch viel besser. In diesem Kurs können sich alle perfekt entspannen und sich treiben lassen.

Was für ein Wochenstart!

KONTAKT: Birgit Hoebel

Tel.: 0176-12606378

birgit.hoebel@sos-kinderdorf.de

WANN: 11:00 bis 12:00 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: 5,00 € pro Veranstaltung

Die Eltern-Kind-Gruppe

Der Montag kann kommen!

Die Kinder können krabbeln und spielen und die Mamas und Papas starten gleich mit in die neue Woche mit neuem Schwung und Elan...

KONTAKT: Clarissa Methner

Tel.: 0160-90786655

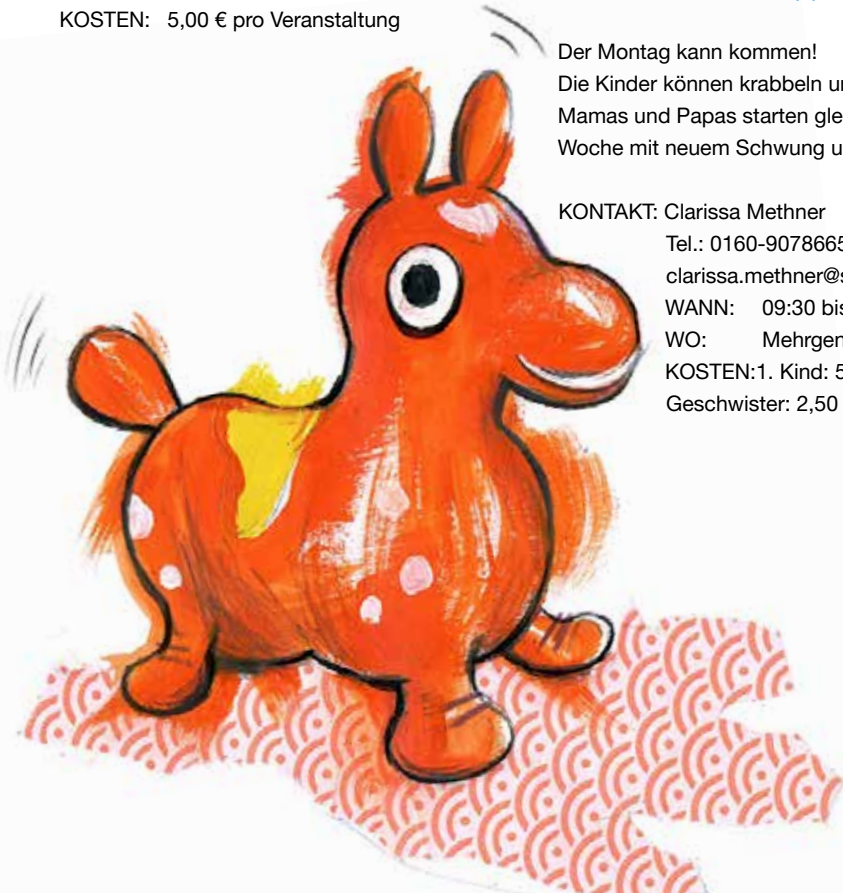
clarissa.methner@sos-kinderdorf.de

WANN: 09:30 bis 10:30 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: 1. Kind: 5,00 € / 10 Termine

Geschwister: 2,50 € / 10 Termine



Am Nachmittag ..

Die Spielgruppe - Väter mit Kindern

In dieser Gruppe stehen die Väter mit ihren Kindern im Mittelpunkt. Es wird gespielt, gesungen, gebastelt und ganz nebenbei hat man zwischen den Papas viel Austausch, Infos und Beratung...

KONTAKT: Julian Kleiß

Tel.: 0172-5363008

Tel.: 0211-7584888-0

WANN: ab 16:30 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus/UG

KOSTEN: 10 Termine à 5,00 € (10er Karte)

Geschwister: 2,50 €

Einstieg laufend möglich!

Der Zwergen Kochkurs

Hier werden die Kleinsten an die große, weite Welt des Kochens in Begleitung herangeführt. Unsere Jüngsten platzen fast vor Stolz, wenn sie nach ca. einer Stunde das Selbstgekochte präsentieren können!

KONTAKT: Clarissa Methner

Tel.: 0160-90786655

clarissa.methner@sos-kinderdorf.de

ALTER: 2 bis 4 Jahre

WANN: 15:30 bis 16:30 Uhr

WO: Gesundheitswerkstatt

KOSTEN: 5,00 € pro Veranstaltung

25,- € / 5 Termine



Am Abend...



Fitnessstraining für alle

Endlich mal wieder etwas für sich tun...

Jedes Fitnesslevel ist herzlich willkommen!

Mit Musik und Entspannungsteil unter Anleitung lassen wir den Montag Abend ausklingen.

KONTAKT: Claudia Stelzmann

0163-5692921

Claudia.Pyka@gmx.net

WANN: 18:30 bis 19:30 Uhr

WO: Veranstaltungszentrum

KOSTEN: 4,80 €/Woche p.P.

Zeit für mich

Ein Austausch für Frauen - wir kochen, backen, sitzen zusammen und lassen den Alltag hinter uns. Komm vorbei wir freuen uns auf dich!

KONTAKT: Gisela Siebert

Tel.: 0173-5477326

WANN: 20:00 bis 22:00 Uhr

WO: Stadtteiltreff,

Matthias-Erzberger-Str. 19

40535 Düsseldorf

KOSTEN: kostenlos

Der Spieltreff

Hier wird gesungen, gespielt, gebastelt und danach kann sich die Begleitung prima bei einer Waffel und Kaffee stärken.

KONTAKT: Katharina Phlipsen
Tel.: 0160-90786499
katharina.phlipsen@sos-kinderdorf.de
WANN: 10:30 bis 12:00 Uhr
WO: Mehrgenerationenhaus
KOSTEN: kostenlos



Vielfalt im Austausch - ein inklusiver Treff

Ein offenes und inklusives Treffen in unserem Café des Mehrgenerationenhauses. Wir schaffen einen Raum in dem sich Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen, Fähigkeiten und Erfahrungen austauschen und zusammenkommen können.

KONTAKT: Katharina Phlipsen & Clarissa Methner
Tel.: 0160-90786499
katharina.phlipsen@sos-kinderdorf.de
WANN: 09:00 bis 10:30 Uhr
WO: Mehrgenerationenhaus / Café Hell-Ga
KOSTEN: kostenlos



Ein paar Worte zur Inklusion...

Inklusion heißt:

Alle Menschen dürfen mitmachen.
Egal wie sie sind.
Zum Beispiel in der Schule, bei der Arbeit oder in der Freizeit.
Und beim Treffen mit anderen Menschen.

Inklusion hat ein Ziel:

Alle Menschen sollen die gleichen Chancen haben.
Niemand soll ausgeschlossen werden.
Alle sollen in der Gemeinschaft mitmachen können.
So können alle Menschen zeigen, was sie können.
Und alle Menschen sind gleich wichtig.

Inklusion hilft:

Sie hilft uns, die Unterschiede zwischen Menschen zu verstehen.
Und diese Unterschiede zu akzeptieren.
Das macht unser Zusammenleben freundlicher und gerechter.

Jeder Mensch hat das Recht, mitzumachen.
Dieses Recht heißt Teilhabe.
Dieses Recht hilft uns, besser zusammenzuleben.
Und uns gegenseitig zu helfen.

Es ist wichtig, dass alle Menschen ihre Fähigkeiten zeigen können.
Dafür müssen wir Hindernisse wegmachen.
So wird unsere Gemeinschaft besser und gerecht für alle.

Wir wollen, dass alle Menschen mitmachen können.
Dafür arbeiten wir.
Und wir freuen uns, wenn Sie uns dabei helfen.
Wenn Sie Fragen haben oder Hilfe brauchen, sagen Sie uns Bescheid.





Die Hebammensprechstunde

Alle 100 Fragen, die sich am Anfang einer Schwangerschaft, Geburt und zum ersten Lebensjahr des Kindes stellen, beantwortet gerne unsere Hebamme Birgit Hoebel.

KONTAKT: Birgit Höbel

Tel.: 0176-12606378

birgit.hoebel@sos-kinderdorf.de

WANN: 10:00 bis 12:00 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: kostenlos

Die Schreibaby Sprechstunde

Wenn dein Baby viel schreit und du dadurch in Stresssituationen kommst, ist es immer sinnvoll darüber vertraulich sprechen zu können. Bei uns erhältst du Infos, die dich stärken und dir und deinem Baby weiterhelfen können.

KONTAKT: Daniela Weinsberg

Tel.: 0160-90786431

daniela.weinsberg@sos-kinderdorf.de

WANN: 08:00-15:00 Uhr - nach Termin

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: kostenfrei

Das Storchennest - Offener Treff

Eine kleine Auszeit im aufregenden neuen Familienalltag nur für Mütter mit Babys in den ersten Lebenswochen. Es gibt erste Anregungen, Lieder und Infos zur frühkindlichen Entwicklung. Ein Austausch mit anderen zeichnet dieses Angebot aus und es ist eine gute Vorbereitung auf unsere weiteren Eltern-Kind-Kurse. Mit Hebammenbegleitung

KONTAKT: Daniela Weinsberg

Tel.: 0160-90786431

daniela.weinsberg@sos-kinderdorf.de

WANN: 09:30 bis 10:30 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: kostenlos



Am Nachmittag...

Die Kinderkoch- und Backwerkstatt

Wie cool ist das denn!! Die Kinder dürfen hier, natürlich unter Anleitung, schnibbeln, schälen, kochen und backen und können in der großen weiten Welt des Kochens und Backens aufgehen!

KONTAKT: Clarissa Methner
Tel.: 0160-90786655
clarissa.methner@sos-kinderdorf.de

ALTER: 4 bis 10 Jahre
WANN: 16:00 bis 18:00 Uhr
WO: Gesundheitswerkstatt
KOSTEN: 5,00 € pro Veranstaltung



Am Nachmittag...



SOS-Dorfmaschen

Strick- und Häkeltreff. Zuschauen, mitmachen, ausprobieren und voneinander lernen.

Wir fertigen für uns selbst, für die SOS-Hebammen zur Begrüßung der neuen Erdenbürger, sowie für Aktionen/Feste im SOS-Kinderdorf bzw. Mehrgenerationenhaus.

KONTAKT: Daniela Weinsberg

Tel.: 0160-90786431

daniela.weinsberg@sos-kinderdorf.de

WANN: 15:00 bis 17:00 Uhr

2. und 4. Dienstag im Monat!

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: Material ist mitzubringen

Am Abend...

„Groove“ Dance - Workout

Gemeinsam tanzen, in deinem Stil und mit viel Spaß deinen gesamten Körper trainieren: egal welches Alter und welches Fitness-Level - ohne Vorkenntnisse und keine komplizierten Choreografien. Das Einzigartige an Groove - du kannst nichts falsch machen. Dein Tanzstil genau richtig!

KONTAKT: Denise Yoldjou,

0172-8906182

www.groove-düsseldorf.de

WANN: 19:30 bis 20:30 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: Probestunde: 10,00 €

Einzelticket: 16,50 €

5-er und 10-er Tickets: ab 13,50 €/Std.



Der Spieltreff

Weil es soooo schön ist, gibt es auch am Mittwoch einen Spieltreff bei uns!

Wir singen, spielen und basteln und danach kann sich die Begleitung prima bei einer Waffel und Kaffee stärken.

KONTAKT: Katharina Phlipsen

Tel.: 0160-90786499

katharina.phlipsen@sos-kinderdorf.de

WANN: 1. Gruppe: 09:00 bis 10:30 Uhr

2. Gruppe: 10:30 bis 12:00 Uhr

WO Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: kostenlos



Am Nachmittag...



Unser Seniorennachmittag

Er ist ein fester Bestandteil für viele Senioren und er belebt Körper und Geist. Wir treffen uns nachmittags bei Kaffee und Kuchen. Zusammen spielen, singen, lachen und sich etwas erzählen ist so viel schöner als alleine zu sein.

Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!

KONTAKT: Brigitte Schenk

Tel.: 0211-7000660

WANN: 14:30 bis 16:30 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: 5,00 €/Woche



Die Gesundheitswerkstatt

Wie cool ist das denn!! Die Kinder dürfen hier, natürlich unter Anleitung, schnibbeln, schälen, kochen und backen und können in der großen weiten Welt des Kochens und Backens aufgehen!

KONTAKT: Clarissa Methner

Tel.: 0160-90786655

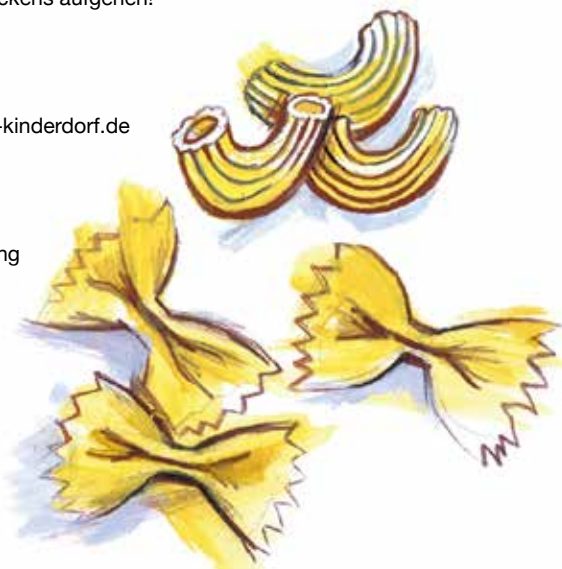
clarissa.methner@sos-kinderdorf.de

ALTER: 4 bis 10 Jahre

WANN: 16:00 bis 18:00 Uhr

WO: Gesundheitswerkstatt

KOSTEN: 5,00 € pro Veranstaltung



Ein Entspannungskurs

Erlernen Sie Methoden und Techniken zur erfolgreichen Entspannung.

Erfahren Sie das Wohlgefühl der Übungen.

Genießen Sie die Zeit, um zur Ruhe zu kommen.

Gemeinsam gehen wir in einen entspannten

Abend.

Anmeldung erforderlich.

KONTAKT: Heidi Rademacher-Heider

Tel.: 0173 – 53 29 333

heidi.heider@sos-kinderdorf.de

WANN: 14:00 bis 15:00 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: 36,00 € /6 Einheiten

Deutsch-türkischer Gesprächskreis

Im Vordergrund steht das Zusammensein, um miteinander deutsch zu lernen. Wir treffen uns jede Woche und lernen v.a. die deutsche Kultur und Sprache kennen.

KONTAKT: Heidi Rademacher-Heider

Tel.: 0173 – 53 29 333

heidi.heider@sos-kinderdorf.de

WANN: 16:30 bis 18:00 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus



Der Hula Hoop Kurs

Du hast keine Lust mehr alleine zu hüllern?

Wir auch nicht!

Mit einer tollen Gruppe und guter Musik, wollen wir etwas für unseren Körper tun und starten mich euch in den Mittwoch Abend.

Du brauchst enge Sportkleidung, etwas zu Trinken, ein kleines Handtuch und natürlich einen Reifen. Wenn du keinen Reifen hast, kannst du ihn gerne bei mir leihen.

KONTAKT: Miki Bernstein

mikjen.bernstein@gmx.de

WANN: 19:00 bis 20:00 Uhr

WO: SOS Kinder- und Jugendtreff

KOSTEN: kostenlos



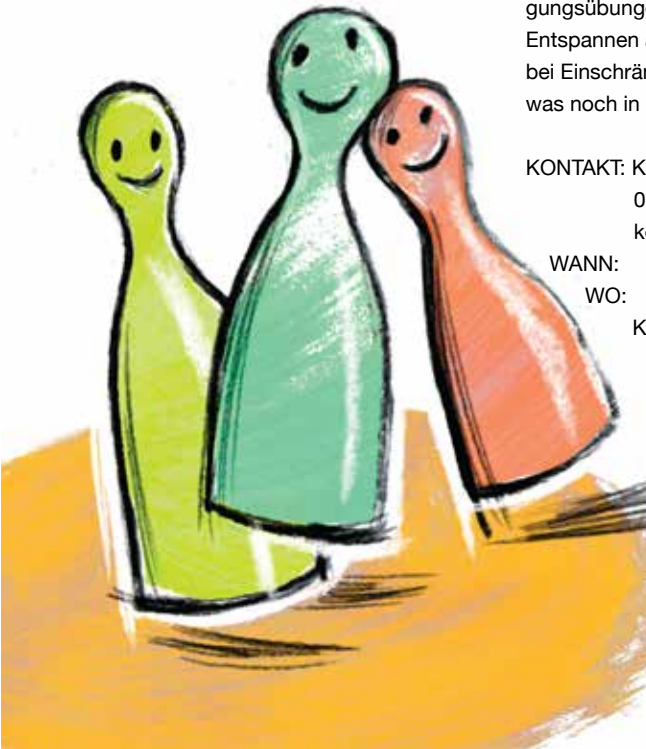
Fitness für Senioren

..und jetzt erst recht!! Spaß und Bewegung im besten Alter. Es werden alterskonforme Bewegungsübungen zur Musik und ein gemeinsames Entspannen angeboten. Die Teilnahme ist auch bei Einschränkungen möglich. Finden Sie heraus, was noch in Ihnen steckt!

KONTAKT: Kerstin Strey
0170-3758487
kerstin.strey@web.de

WANN: 10:30 bis 11:30 Uhr
WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: 5,00 € bzw.
Zuschuss bei Pflegegrad



Am Vormittag ...

Der Spieltreff

Auch am Donnerstag wird bei uns gesungen, gespielt, gebastelt und es dreht sich alles um unsere Kleinsten.

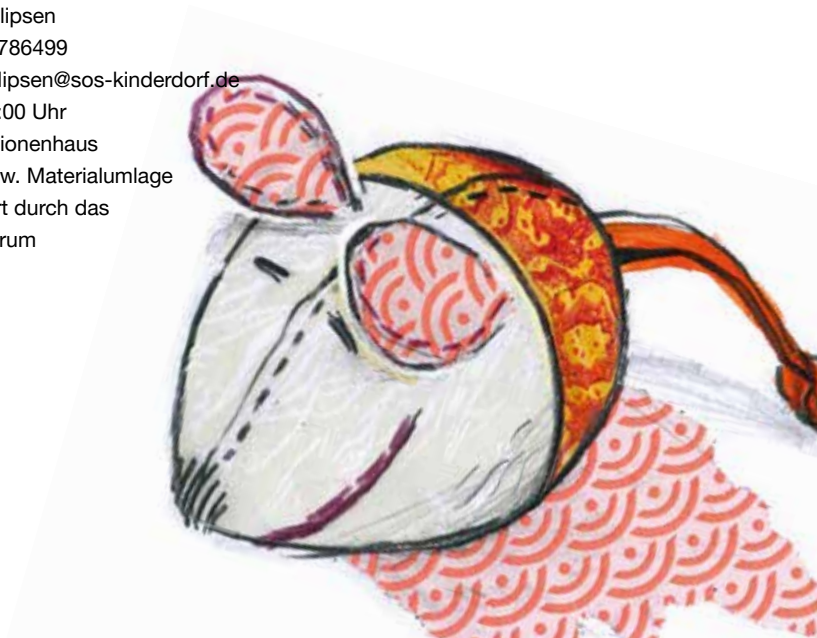
KONTAKT: Katharina Phlipsen
Tel.: 0160-90786499
katharina.phlipsen@sos-kinderdorf.de
WANN: 09:00 bis 10:30 Uhr
WO: Mehrgenerationenhaus
KOSTEN: kostenlos



Spiel- und Kontakttreff

Ein großer Treff für die ganz Kleinen. Bei diesem Angebot des Familienzentrums von 1 bis 3 Jahren kommen wir mit unserer Begleitung zusammen und entdecken, dass es noch ganz viele andere Menschen in unserem Alter gibt!

KONTAKT: Katharina Phlipsen
Tel.:0160-90786499
katharina.phlipsen@sos-kinderdorf.de
WANN: 10:30 bis 12:00 Uhr
WO: Mehrgenerationenhaus
KOSTEN: kostenlos bzw. Materialumlage
und finanziert durch das
Familienzentrum



Am Nachmittag...

Der Seniorenclub

Es wird eine Menge geboten und unternommen!
Während man gemütlich bei Kaffee und Kuchen zusammensitzt wird Bingo gespielt, es gibt Vorträge oder es werden Unternehmungen geplant...

KONTAKT: Klaus Weihe

Tel.: 0172-2664374

WANN: 14:30 bis 17:00 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: Kaffee und Kuchen aus dem Café
bzw. 8,00 € pauschal



**KAFFEE
KUCHEN
KLÖNEN**

Unser Ukraine Treff

Komm vorbei! Unser Ukraine Treff ist für alle da die Hilfe benötigen oder gerne helfen und unterstützen würden.

Aber nicht nur das! Er ist auch eine kleine „Auszeit“ und Abwechslung für die Familien und für die Kinder. Wir backen Plätzchen in der Weihnachtszeit, kochen zusammen oder unternehmen Ausflüge. Und das Beste ist, man lernt neue Menschen kennen und hat schnell viele Kontakte geknüpft...!

KONTAKT: Olga August, olga_august@web.de

Birgit Krümmel

birgit.kruemmel@sos-kinderdorf.de

0211-7584888-700

WANN: 15:30 bis 18:00 Uhr - 1 x im Monat

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: kostenfrei



Am Nachmittag...

Die Fiku-Miku Polnische Spielgruppe am Nachmittag

Polskojęzyczna Kreatywna Grupa Zabawowa Fiku-Miku.

Diese Spielgruppe ist für alle Mamas und Papas, welche einen polnischen Familienhintergrund haben.

KONTAKT: Karolina Sikora

Tel.: 0151-66230103

Karolina.Sikora1980@wp.pl

WANN: 16:00 bis 17:30 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: 1. Kind: 5,00 €, Geschwister: 2,50 €



Trauergruppe für Kinder (6-12 Jahre)

In der Kindergruppe haben Mädchen und Jungen im Alter von ca. 6-12 Jahren die Möglichkeit, über ihre Trauer zu sprechen und spielerisch Ausdrucksformen zu finden.

Neben Gesprächen wird auch kreativ gearbeitet, gespielt und gelacht - alles darf sein!

KONTAKT: Birgit Mahlke

Tel.: 0170-1077100

kontakt@junge-trauernde-duesseldorf.de

www.junge-trauernde-duesseldorf.de

WANN: 16:00 bis 18:00 Uhr

alle 2 Wochen (außer i.d. Ferien)

WO: Eckzimmer (SOS-Kinderdorf)

Der Gesprächskreis für arabische Frauen

Unser Frauen-Gesprächskreis ist international. Wir kommen aus vielen verschiedenen Ländern und treffen uns, um Arabisch besser zu sprechen, zu lesen und zu schreiben.

KONTAKT: Nadiah Abdelrahman
Tel.: 0211-7584888-700
hell-ga@sos-kinderdorf.de
WANN: Arabischer Gesprächskreis 1
08:30 bis 10:00 Uhr
Arabischer Gesprächskreis 2
10:15 bis 12:15 Uhr
WO: Mehrgenerationenhaus
KOSTEN: kostenlos

Internationaler Gesprächskreis für alle Frauen

Wir kommen aus vielen verschiedenen Ländern (Marokko, Irak, Syrien, Tunesien, Türkei...) und treffen uns, um noch besser Deutsch zu lernen: wir sprechen und lesen viel, schreiben und sind natürlich offen für alle Fragen, welche ihr in der Gruppe stellt.

KONTAKT: Agnes Rosenbruch
Tel.: 0174-9199154
hell-ga@sos-kinderdorf.de
WANN: 10:00 bis 11:30 Uhr
WO: Mehrgenerationenhaus
KOSTEN: kostenlos

Am Vormittag...

Am Nachmittag...



Yoga für Senioren

Fit in den Morgen!
Im Hatha Yoga Kurs mit Izabela Brehm geht es um Entspannung pur. Mit verschiedenen Körper-, Atemübungen und Entspannungstechniken kommst du hier zur Ruhe. Es werden aber auch die Beweglichkeit, Koordination wie auch die Muskulatur und die Gelenke gestärkt.

KONTAKT: Izabela Brehm
Tel.: 0177-4116615
yoga.monheim@gmail.com
WANN: 10:00 bis 11:00 Uhr
WO: Mehrgenerationenhaus
KOSTEN: 110,00 Euro / 8 Termine à 60 Min.

Yoga am Nachmittag

Fit ins Wochenende!
Mit Hatha Yoga unter der Leitung von Elke Kirchhoff können Sie sich prima aufs Wochenende einstellen!
Hier kann man die Woche ausklingen lassen, zur Ruhe kommen und neue Kraft tanken.

KONTAKT: Elke Kirchhoff
Tel.: 01520-1926723
premajyoti@web.de
WANN: 17:00 bis 18:30 Uhr
WO: KITA Farblecksee
Carl-Friedrich-Goerdeler-Str. 19b
KOSTEN: kostenpflichtig

Am Nachmittag...

DAS MITTELALTER LEBT!



Am Abend...

Die Mittelalterzwerge

Das Mittelalter um das Jahr 1200 ist so unglaublich spannend! Wer hat hier in Garath/Hellerhof gelebt? Wie sah das Mittelalter überhaupt früher aus? Taucht mit uns ein und ab in eine andere Zeit! Wir kochen, backen, nähen Kleidung, werken mit Holz, schauen uns die Kaligraphie an, und, und, und...

Ein tolles Projekt ab 8 Jahren bis....

KONTAKT: Thilo Reinhard

tfr@e-rat.de

WANN: 15:30 bis 17:00 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: kostenlos

Der ultimative Mittelalterstammtisch

Hier dreht sich einfach alles ums Mittelalter. In lockerer Atmosphäre treffen wir uns, können uns eine Menge erzählen, wachsen Freundschaften und wir planen natürlich auch hier unsere nächsten Projekte und Fahrten.

Komm einfach vorbei wir freuen uns auf dich!

KONTAKT: Silas Switala

silasonathan@hotmail.de

www.principis-turba-saeva.de

WANN: 18:00 bis 20:00 Uhr

WO: Mehrgenerationenhaus

KOSTEN: kostenlos

UNSERE ELTERN- WORKSHOPS

Termine werden extra bekannt gegeben ...

FAMILIE WERDEN: -ein Schwangerschaftskurs
VON DER MILCH ZUM FAMILIENTISCH:

-Ernährung für die Kleinsten

KINDERKRANKHEITEN NATÜRLICH LINDERN: -

-praktische Tipps rund um die typischen
Beschwerden von Babys und Kleinkindern

KONTAKT: Daniela Weinsberg

Tel.: 0211-7584888-702

daniel.weinsberg@sos-kinderdorf.de

Unsere Alltagsbegleitung

Die Alltagsbegleitung ist unser Angebot für ein selbstbestimmtes Leben im Alter und soll auch eine Entlastung für pflegende Angehörige sein.

ALLTAGSBEGLEITUNG UND HILFEN FÜR ZU HAUSE

Unsere Alltagsbegleiter unterstützen mit leichten Hilfen, begleiten und betreuen stundenweise im eigenen Haushalt, bei Unternehmungen im Stadtteil oder bei Teilnahmen an Angeboten z.B. im Mehrgenerationenhaus Hell-Ga (ab Pflegegrad kann es einen Zuschuss von der Pflegekasse geben) .

KONTAKT: Kerstin Strey

kerstin.strey@sos-kinderdorf.de

Tel.: 0211-7584888-700

Sprechstunde: Donnerstags 12:00 bis 13:00 Uhr
im Mehrgenerationenhaus Hell-GA



SINGEN SPIELEN BASTELN

Betreuungsangebote für die Kleinsten

DIE DINOGRUPPE

So groß früher die Dinosaurier waren so groß ist auch der erste Schritt für die Kleinsten - das erste Mal für ein paar Stunden allein ohne Mama oder Papa!

Wir betreuen Ihr Kind ab 3 Stunden von Montag bis Donnerstag in der Zeit von 08:00 bis 14:00 Uhr.

Die Kinder spielen, basteln, bekommen ein Mittagessen und sind gemeinsam mit Gleichaltrigen v.a. den Vormittag zusammen.

KONTAKT: Majka Wydorski

0211-7584888-901

0176-12606288

maja.wydorski@sos-kinderdorf.de

DIE KINDERTAGESPFLEGE 123

Die 3 Fachkräfte unserer Kindertagespflege kümmern sich liebevoll und familiär um die ihnen anvertrauten Kinder. In den einzelnen Gruppen werden bis zu 9 Kinder ab dem vierten Monat von Montag bis Freitag von 08:00 bis 16:00 Uhr betreut.

Es werden Spaziergänge zum Spielplatz oder in den Schlosspark unternommen, es wird viel gespielt und noch mehr gebastelt und wenn die Kinder nach dem Mittagessen müde sind, dann können sie ihren Mittagsschlaf machen. So gehen wir mit unseren Schützlingen durchs Jahr und feiern mit ihnen Ostern wie auch den St. Martin. Ja, hier können die Kleinsten mit ihren Freunden viel erleben.

KONTAKT: Majka Wydorski

Tel.: 0211-7584888-901

Tel.: 0176-12606288

maja.wydorski@sos-kinderdorf.de



WEITERE ANGEBOTE

Unsere Alltagsberatung

Wenn mal wieder alles zu viel wird...

Kommen Sie vorbei!

Wir vom Mehrgenerationenhaus beraten Sie gerne, unterstützen Sie und meistern mit Ihnen zusammen die Berge, die sich momentan vor Ihnen auftürmen.

Oft geht es um Themen wie z.B. Geburt, Elternzeit, Schule, Beruf, Kinderbetreuung, finanzielle Sorgen, Einsamkeit oder weitere evtl. einschneidende Lebenssituationen...

Für einen ersten Kontakt fragen Sie nach Nicolai Klosse oder Sylvia Brall. Vertraulich und kostenlos vermitteln wir gerne einen Termin.

KONTAKT: Nicolai Klosse oder Sylvia Brall
nicolai.klosse@sos-kinderdorf.de
sylvia.brall@sos-kinderdorf.de
Tel.: 0211-7584888-0



Plaisir Royal -Das Tanzensemble des Jardin des Epoque e.V.

Das Zeitalter des Barock und Rokoko und die damit verbundenen Tänze - das ist unsere Leidenschaft!

Anhand von Quellen aus dem 17. und 18. Jahrhundert erarbeiten wir Tänze und stellen daraus Programme für historische Feste und andere Veranstaltungen zusammen. Natürlich gehören auch die prachtvollen Garderoben dazu, die wir zum größten Teil eigenhändig und originalgetreu fertigen! Vom Erlernen der Tänze bis zu Aufführungen im historischen Rahmen spannt sich der Bogen des Ensembles.

Wir freuen uns über jeden - allein oder als Paar. Eine Probestunde zum „hineinschnuppern“ ist natürlich - nach vorherigem Kontakt - möglich. Eigene historische Garderobe ist kein Muss und Auftritte sind freiwillig.

Für weitere Informationen nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf:

KURSE: - Englische country dances,
- dances de ballet,
- dances de bal,
- Literatur de Poesie

KONTAKT: Dietmar Koch, Tel.: 02133-973179
kontakt@jardins-des-epoques.eu, www.jardin-des-epoques.de
Gabriele Kuroпка
Tel.: 0179-2883322



WEITERE ANGEBOTE

Der Kinderdorf-Laden

Herzlich Willkommen in unserem Second-Hand Laden für Kinder! Bei uns findest du eine große Auswahl an gebrauchten Kleidungsstücken, Schuhen, Spielzeugen, Lego/Playmobil, Büchern und und und.

Unsere Kleidung wird sorgfältig ausgewählt und vor dem Verkauf geprüft. Unser Spielzeugangebot reicht von Gesellschaftsspielen, Puppen bis hin zu Bauklötzen und Puzzlen. Wir achten darauf, dass alle Spielzeuge vollständig und in gutem Zustand sind. Die Auswahl an Büchern, Comics, CDs/DVDs ist riesig.

Unser Kindersachen Second-Hand Laden hat jeden

Dienstag von 10:00 - 17:00

und an jedem

**1. Samstag im Monat
von 10:00 - 15:00 Uhr**

für dich geöffnet!

KONTAKT: Steffi Sasse

Tel.: 0211-7584888-703

stefanie.sasse@sos-kinderdorf.de

Bei uns steht Nachhaltigkeit im Mittelpunkt. Durch den Kauf gebrauchter Kleidung, Spielzeug und Bücher schonst du nicht nur die Umwelt, sondern auch deinen Geldbeutel. Besuche uns gerne in unserem Laden und überzeuge dich selbst von unserem tollen Angebot!

Wir freuen uns auch über **gut erhaltene** Sachspenden „rund ums Kind“, die zu den Öffnungszeiten bei uns abgegeben werden können. Der Verkaufserlös wird für Kinder- und Jugendprojekte des SOS-Kinderdorf Düsseldorf verwendet.

Werde Mitglied in unserer what's app Gruppe und erfahre immer das Neuste aus unserem Kinderdorfladen.

...oder folge uns auf facebook!



T ERMINE, TERMINE...

Frauenstammtisch

Wenn du auch denkst, zusammen ist es schöner als allein, dann komm doch einfach vorbei ins Café des Mehrgenerationenhauses Hell-Ga! Wir treffen uns regelmäßig, um gemeinsam gemütlich zusammen zu sitzen, uns auszutauschen und verbringen einen wunderbaren Abend.

KONTAKT: Anke Kaczich

Tel.: 0211-7584888-700
anke.kaczich@sos-kinderdorf.de

WANN: jeden 1. Donnerstag im Monat
18:30 bis 21:00 Uhr

Aktion Herzkissen

Unsere tolle Nähaktion - Herzkissen - für an Brustkrebs erkrankte Frauen. Diese speziell geformten Herzkissen werden nach der Operation unter der Achsel getragen und können den Druckschmerz lindern UND v.a. auch Trost spenden! Vorgenäht wird zu Hause und dann bei uns 4 x im Jahr bei - natürlich - vielen Herzwaffeln in Team befüllt. Die fertigen Herzkissen gehen dann an das Brustzentrum der Sana-Klinik in Düsseldorf Gerresheim wie auch an das EVK Düsseldorf. Im Team etwas gutes tun ist zutiefst erfüllend!

KONTAKT: Gabriele Lampenschfer
Tel.: 0163-2585781
herzkissen@hell-ga.de

WANN: 4 x im Jahr

Trauergruppe nach Suizid für junge Erwachsene

Du bist zwischen 20 und 45 Jahre alt und hast einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren? Du suchst einen sicheren Raum, um dich mit anderen Betroffenen auszutauschen? Dann könnte unsere geschlossene Trauergruppe mit max. 10 Teilnehmern genau das Richtige sein.

KONTAKT: Birgit Mahlke (Trauerbegleiterin (BVT)
Tel.: 0170-1077100 (what's app)
www.junge-trauernde-duesseldorf.de
Michi Sturm (betroffener Vater)

WANN: 6 Abende, 1 x mtl. Mittwochabend
18:30 bis 21:00 Uhr
WO: Eckzimmer - SOS-Kinderdorf D'dorf
KOSTEN: 100,- Euro/6 Abende

...und wir haben die Trauergruppe für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Kinder trauern anders... Sie brauchen eine altersgerechte, individuelle Unterstützung und Begleitung. Dabei kann ihnen eine Kindertrauergruppe helfen. In einem geschützten Raum erfahren sie, dass sie nicht alleine sind mit ihrem Schicksal. Hier können sie sich austauschen, erinnern und über ihre Gefühle und Sorgen sprechen.

KONTAKT: Birgit Mahlke (Trauerbegleiterin (BVT)
Tel.: 0170-1077100
www.junge-trauernde-duesseldorf.de
WANN: Donnerstag von 16:00 bis 18:00 Uhr



T ERMINE, TERMINE...

...große und kleine Feste! ... im Mehrgenerationenhaus
und im SOS-Kinderdorf Düsseldorf

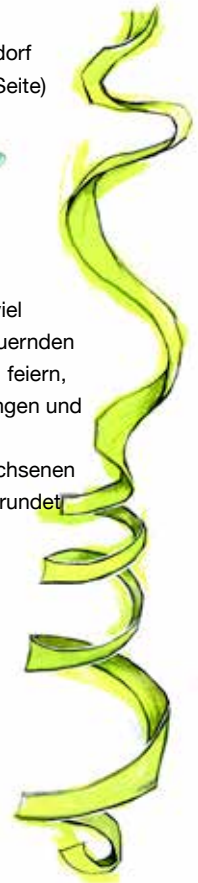
Es gibt bei uns immer wieder etwas zu feiern! Und so „wandern“ wir mit euch durch die verschiedenen Jahreszeiten und erleben ganz bewusst die einzelnen Höhepunkte im Jahreslauf (bitte auf die jeweiligen Aushänge achten!)

(Adressen s. letzte Seite)

Karneval

Wir vertreiben an Karneval mit gaaaanz viel Musik den gefühlt mal wieder ewig andauernden Winter. Wenn wir unseren **Kinderkarneval** feiern, gibt es eine Menge Animation zum Mitsingen und -tanzen, .

An Altweiber dürfen dann auch die Erwachsenen den **Karneval** feiern. Ein Karnevalsbuffet rundet diese Party dann ab!



Frühlingsfest

Endlich ist er da - der Frühling und das muss gefeiert werden!

Wir spüren die ersten warmen Sonnenstrahlen und das Erblühen der Natur steht beim Frühlingsfest ganz im Mittelpunkt.

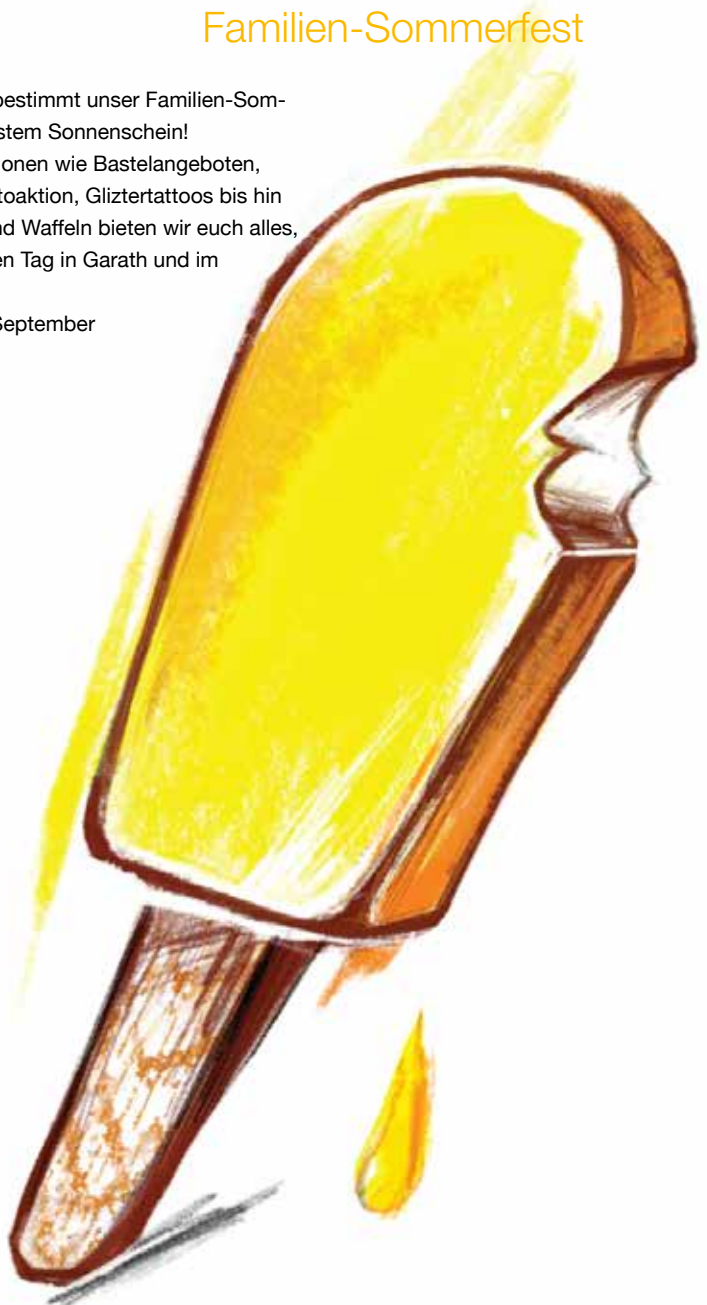
Es gibt Garten- und Frühlingsdeko, eine Pflanzentauschbörse, Marmeladen und Liköre, Kinderschminken, Pflanzaktionen und ihr könnt Kaffee und Kuchen in der Sonne genießen.

Familien-Sommerfest

Unser größtes Fest ist ganz bestimmt unser Familien-Sommerfest - in der Regel bei bestem Sonnenschein!

Von vielen tollen Mitmachaktionen wie Bastelangeboten, Spieleparcours, Tombola, Fotoaktion, Glizertattoos bis hin zu Grillwürstchen, Kuchen und Waffeln bieten wir euch alles, damit wir mit euch einen tollen Tag in Garath und im SOS-Kinderdorf haben!

Termin: Immer 1. Freitag im September



T ERMINE, TERMINE...



St. Martin

Wir sind im Winterhalbjahr angekommen, die Nächte werden länger, es wird schon früh dunkel und St. Martin lässt uns unsere selbstgemachten Laternen anzünden.

Mit einem Laternenumzug v.a. für die Kleinen, der St. Martinsgeschichte am Feuer und Kinderpunsch halten wir uns warm und freuen uns schon auf die Weihnachtszeit!

Lichterfest

Weihnachten steht vor der Tür!
Man sieht es, man spürt es, man riecht es
und mit euch wollen wir das Jahr ausklingen
lassen. Es gibt viele Stände mit Likören und
Marmeladen, mit Karten und Keksen,
mit Tieren aus Stoff und Holz,
es gibt eine Backaktion, eine Fotoaktion, und, und, und...

Natürlich dürfen bei unserem Lichterfest

Glühwein, Kuchen und Waffeln nicht fehlen.

Wenn dann die ersten Weihnachtsgeschenke
an den Ständen besorgt worden sind
- darf das Jahr zu Ende gehen...



DER BUNDESFREIWILLIGENDIENST

Bei uns kannst du deinen Bundesfreiwilligendienst machen!!

Ob du nach der Schule erst einmal durchatmen möchtest, neue Menschen kennen lernen möchtest, ob du dich schon orientieren möchtest im Hinblick auf ein Studium im sozialen Bereich, du noch nicht genau weißt in welche Richtung es weiter gehen soll...

Bei uns bist du richtig!

Hier lernst du viele unterschiedliche Menschen vom Kleinkind bis hin zu unseren Senioren kennen, hilfst in unserem Café, unterstützt uns bei unseren unterschiedlichen Festen im Jahr, kannst in Kinder Spielgruppen mitarbeiten, und, und, und...

Es gibt bei uns eine Menge zu tun und zu entdecken!

Ein tolles Team erwartet dich!

...und nicht nur das.

Es gibt Taschen- und Verpflegungsgeld, 5 Seminare bei der ijgd, du bist sozialversichert und bekommst weiterhin Kindergeld.

KONTAKT: Nicolai Klosse

Tel.: 0211-7584888701

nicolai.klosse@sos-kinderdorf.de

Schule...
wat nun?

Mach was Tolles
und tu was Gutes!

Leg los und
melde dich jetzt!

Der Bundesfreiwilligendienst im SOS-Kinderdorf Düsseldorf
www.sos-kinderdorf-duesseldorf.de - 0211-7584888-701



Freiwilliges Engagement - eine Aufgabe...

Wenn Sie große Lust und ein bisschen Zeit haben auf das Miteinander in einem starken Team, wenn Sie Freude mit Arbeit haben und gespannt sind ganz unterschiedliche Menschen von Kindern bis zu unseren Senioren kennen zu lernen - dann sind Sie bei uns genau richtig!

Wollen Sie sich neu orientieren oder vielleicht auch ihren Ruhestand mit vielen neuen Eindrücken und Begegnungen bereichern, dann kontaktieren Sie uns!

Die Aufgabenbereiche der freiwilligen Arbeit sind bei uns so vielfältig wie unsere Angebote und Gäste!

Wir suchen immer Unterstützung in unserem Café des Mehrgenerationenhauses Hell-Ga, im Second Hand Bereich, den Kitas, der Hausaufgabenbetreuung, im offenen Ganzttag der Realschule oder auch bei unseren schon z.T. legendären Festen und Veranstaltungen!

Auch können Sie sich bei uns mit eigenen Projekten einbringen. Neue Ideen finden wir richtig gut!! Als kleines „Sahnehäubchen“ gibt es regelmäßig unseren Freiwilligen-Stammtisch.

Durch unsere Freiwilligen ist unser Mehrgenerationenhaus ein lebendiger, offener und Menschen verbindender Ort im Stadtteil und darüber hinaus! Wir freuen uns auf ein erstes Gespräch mit Ihnen.

KONTAKT: Heidi Rademacher-Heider
Tel.: 0176-12606619
heidi.heider@sos-kinderdorf.de



DAS CAFÉ HELL-GA - DER OFFENE TREFF

Ein HERZLICHES WILLKOMMEN!

Im Café Hell-Ga treffen sich Mamas und Papas, Kinder und Senioren. Im Spielzimmer können die Kleineren in unserem Häuschen spielen, während die Großen auf der Terrasse oder im Café einen Kaffee trinken und unsere - fast zum Markenzeichen gewordene - Waffel essen. Und wenn der Sommer kommt, ist der große Spielplatz vor unserer Tür perfekt! Das Café Hell-Ga ist das Herz des Mehrgenerationenhauses. Von hier aus geht es in die fast täglich stattfindenden Spielgruppen, geht es in unterschiedlichste Projektgruppen und hier trifft man wunderbare Menschen und viele Mitarbeiter des Mehrgenerationenhauses und des SOS-Kinderdorfes Düsseldorf die auch, bei Bedarf, mit Rat und Tat einem gerne zur Seite stehen.

Müheless kann man hier im Café Hell-Ga ganz schnell einen ganzen Tag verbringen.

Den Tag könnt ihr bei uns mit einem belegten Brötchen oder Croissant und einem heißen

Kaffee

...oder kalten Orangensaft beginnen.



Ganz bestimmt ist von...

12:00 bis 13:30 unser Mittagstisch

...aus der eigenen Dorfküche ein heimliches Highlight. Hier gibt es das Tagesgericht wahlweise mit einem Nachtisch oder einem kleinen Salat bzw. einem großen Salat mit Beilage.

Um sich den Nachmittag zu versüßen, haben wir selbst gemachte Torten, Kuchen und natürlich unsere

Waffel

... in allen gewünschten Varianten immer frisch auf dem Tisch. Für euch das komplette kulinarische Wohlfühlprogramm im Café Hell-Ga! Kommt bei uns vorbei zum Entdecken, zum Kosten, zum Kurse schnuppern und um evtl. andere Menschen kennen zu lernen.



Die Cafétüren stehen für euch weit offen, wir freuen uns! Frei nach dem Motto:

**WIR
FÜR EUCH!**

Nachhaltigkeit - ein wichtiges Thema im SOS-Kinderdorf und im Mehrgenerationenhaus!

Pädagogisches Konzept des SOS-Kinderdorf e.V. im Kontext von Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE)

1. Bildungsverständnis

Unser Bildungsverständnis basiert auf einem ganzheitlichen Ansatz, der die intellektuelle, emotionale, soziale und körperliche Entwicklung der Kinder und Jugendlichen gleichermaßen fördert. Daneben orientieren wir uns an den globalen Zielen der Agenda 2030 und den 17 Zielen für nachhaltige Entwicklung (Sustainable Development Goals, SDGs). Bildung sehen wir als einen Schlüssel zur Förderung nachhaltiger Entwicklung, zur Förderung sozialer Gerechtigkeit und zur Ermächtigung von Kindern und Jugendlichen, aktiv an der Gestaltung einer nachhaltigen Zukunft teilzuhaben. Dieser Ansatz fördert die intellektuelle, emotionale, soziale und körperliche Entwicklung und betont die Wichtigkeit von Umweltbewusstsein, sozialer Verantwortung und interkulturellem Verständnis.

2. Pädagogische Grundlagen

Unsere pädagogischen Grundlagen orientieren sich an den Prinzipien der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) und dem Leitbild des SOS-Kinderdorf Deutschland e.V. Diese beinhalten: Kind-Zentrierung und Individualität: Jedes Kind wird in seiner Einzigartigkeit wahrgenommen und gefördert. Ganzheitlicher Ansatz: Wir fördern die kognitive, emotionale, soziale und körperliche Entwicklung durch praktische und erlebnisorientierte Lernmethoden gleichermaßen. Naturerfahrung und Achtsamkeit: Durch direkte Naturerlebnisse fördern wir die Wertschätzung der Umwelt und sensibilisieren für ökologische Zusammenhänge.

Partizipation und Selbstwirksamkeit: Kinder und Jugendliche werden aktiv in Entscheidungsprozesse einbezogen und lernen, Verantwortung zu übernehmen und Selbstwirksamkeit

Inklusion und Vielfalt & Gemeinschaft: Wir respektieren und fördern die Vielfalt der individuellen Lebensgeschichten, Kulturen und Fähigkeiten, die durch gemeinschaftliche Naturerfahrungen gestärkt werden

Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein: Ökologische, ökonomische und soziale Nachhaltigkeit sind Themen unserer Bildungsarbeit. Die Bewahrung natürlicher Ressourcen und die Förderung nachhaltiger Lebensweisen stehen im Zentrum unserer pädagogischen Arbeit.



3. Kompetenzförderung

Im Rahmen der BNE fördern wir folgende Kompetenzen:

Kognitive Kompetenzen:

Kritisches Denken, Problemlösungsfähigkeiten und systemisches Denken.

Emotionale Kompetenzen:

Empathie, Selbstbewusstsein, und emotionale Resilienz.

Soziale Kompetenzen:

Teamarbeit, Kommunikationsfähigkeiten, und Konfliktlösung.

Handlungskompetenzen:

Praktische Fähigkeiten, umweltbewusstes Handeln, und unternehmerisches Denken.

Praktische Handlungskompetenzen:

Fertigkeiten im Bereich Naturschutz, nachhaltiges Handeln und ressourcenschonende Techniken werden durch praxisnahe Projekte vermittelt.

4. Themen und Methoden im Kontext von BNE Natur und Wald als Lernraum:

Der Wald dient als pädagogischer Raum, der Kindern und Jugendlichen ermöglicht, die Natur durch sinnliche Wahrnehmung, Bewegung und kreatives Spiel zu erkunden und zu verstehen.

Ökologie und Umwelt: Nachhaltiger Anbau von Obst und Gemüse, Biodiversität, Klimawandel.

Ökonomie und Konsum: Verantwortungsbewusster Konsum, Ressourcenschonung, Kreislaufwirtschaft.

Gesellschaft und Soziales: Gerechtigkeit, kulturelle Vielfalt, soziale Teilhabe.

Gesundheit und Ernährung: Gesunde Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit.

Methoden

Naturerlebnisse und Exkursionen: Regelmäßige Ausflüge in Wälder und Naturschutzgebiete ermöglichen direkte Naturerfahrungen und stärken die emotionale Bindung zur Umwelt.

Projektarbeit in der Natur: Kinder und Jugendliche arbeiten in Projekten im Lebensraum Natur,

wie z.B. dem Anbau von Obst und Gemüse im eigenen Garten, und lernen so praxisnah ökologische Zusammenhänge.

Interaktive Workshops: Workshops zu Themen wie Recycling, Klimawandel oder fairer Handel, in denen die Kinder und Jugendlichen aktiv mitarbeiten und diskutieren.

- Exkursionen: Besuche von Bio-Bauernhöfen, Recycling-Anlagen oder Naturschutzgebieten, um praktische Erfahrungen zu sammeln.

- Reflexion und Diskussion: Regelmäßige Reflexionsrunden, in denen die Kinder und Jugendlichen ihre Erfahrungen teilen und gemeinsam Lösungen für nachhaltige Herausforderungen entwickeln.

- Kreative Aktivitäten: Malen, Basteln und Theater, um komplexe BNE-Themen spielerisch und kreativ zu erkunden.

5. Umsetzung des Konzepts im SOS-Kinderdorf Düsseldorf

Das pädagogische Konzept wird durch die folgenden Schritte umgesetzt:

- Fortbildung des Personals: Schulungen und Workshops für Erzieher und Betreuer zu BNE-Themen und Methoden.

- Infrastruktur: Anlage und Pflege eines Hochbeets in der Kita-Schatzkiste, Ausstattung mit notwendigen Materialien, damit Kinder den Prozess von Anbau bis Ernte erleben können.

- Kooperationen: Zusammenarbeit mit lokalen Umweltorganisationen, Schulen und Fachleuten, um das Wissen und die Ressourcen zu erweitern.

- Evaluation: Regelmäßige Überprüfung und Anpassung der Bildungsangebote anhand der Rückmeldungen der Kinder und Jugendlichen sowie der Erzieher, Sozialpädagog*innen und Eltern.





WIR MIT EUCH!



SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga

Koordination/Kommunikation:

Nicolai Klosse

Matthias Erzberger Straße 24

40595 Düsseldorf

Tel.: 0211-7584888-701

nicolai.klosse@sos-kinderdorf.de

www.sos-kinderdorf-duesseldorf.de

Unterstützen Sie unsere Arbeit durch Ihre SPENDE

Stadtsparkasse Düsseldorf

IBAN: DE05 3005 0110 1005 5565 41

BIC DUSSEDDXXX

Tel.: 0211-7584888-704

bjoernvandenbruck@sos-kinderdorf.de

Erscheinungsdatum dieser Ausgabe:

Februar 2025

Bitte beachten Sie, dass es trotz guter Planung zu kurzfristigen Terminänderungen bei den Angeboten kommen kann. In den Schulferien finden Angebote teilweise nicht statt.

Impressum:

Fotos: SOS-Kinderdorf e.V.

Illustrationen: Duckstein

SOS-Kinderdorf Düsseldorf

Bereichsleitung: Björn van den Bruck

Amtsgericht: München VR 6243