



**Mehr  
Generationen  
Haus**



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**Februar - April 2011**

Café und Mittagstisch - Fit mit der Wii - Ausflüge - Unterhaltung und Kleinkunst - Fahrradtour -  
Waffelnachmittage - Frühstück-Brunch - AltersOffenerChor - Kartenspielen - Eine-Welt-Laden -  
Märchen am Kamin - Nahrung für Körper und Geist - Generationenkinno und vieles mehr

**[www.mgh-muenster.de](http://www.mgh-muenster.de)**

## Märchen und Geschichten am Kamin



Ein Zusammentreffen der verschiedenen Generationen beim gemeinsamen Lauschen der frei und lebendig erzählten Märchen aus alter Zeit.

So manch einer wollte wieder ein Kind sein, welchem in der Phantasie noch keine Grenzen gesetzt sind und welches sein Herz weit öffnet...

Mit Frau Heilenkötter.

**Donnerstags, 17.02.11**  
**15.00-16.00 Uhr**  
**im Kaminraum**

## Tagesfahrt zum Haus der Geschichte

Wir bieten wieder eine interessante Tagesfahrt an: es geht zum "Haus der Geschichte" in Bonn. Das Museum präsentiert deutsche Politik-Wirtschafts und Gesellschaftsgeschichte, wichtige Trends in Kunst und Kultur sowie Lebensbedingungen des Alltags vom Ende des 2. Weltkrieges bis zur Gegenwart. Die Bandbreite der Ausstellungsstücke reicht vom ersten Adenauer Dienstmercedes, einem Original-Kino aus den fünfziger Jahren bis zum 68-er

Wasserwerfer und dem Haftbefehl für Erich Honecker.

Diese und viele andere faszinierenden Originalobjekte lassen deutsche Geschichte lebendig und nachvollziehbar werden.

Genauere Informationen und Anmeldung für die Fahrt:

Seniorenbüro,, Tel. 47794

**Samstag, 16.04.11**  
**Freitag, 06.05.11**

## Spielspaß und Fitness mit der *WiiFit*



Wir laden Sie und Euch ein zum „sportlichen Wettkampf der Generationen“.

Einmal im Monat können Sie sich der Herausforderung stellen: hier bei uns im Saal vor einer Großleinwand. Das ist ein Erlebnis für alle Altersstufen.

Mit Hilfe der Spielekonsole *Wii* treffen Sie auf Gleichgesinnte und erleben die virtuelle Welt des Skifahrens oder des Wasserlaufens und trainieren sich im Boulen und Balancieren.

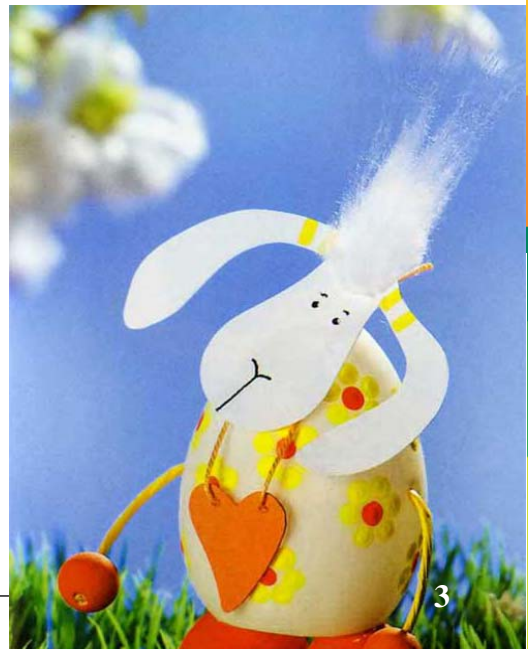
**Freitags 16.00-18.00 Uhr**  
**18.02., 18.03.11.**  
**im Saal/Clubraum**

## Osterbasteleien für Kinder und Senioren

Wir möchten in Kooperation mit der Kindertagesstätte der Apostelkirche Osterschmuck basteln und ein wenig auch über die Osterfestbräuche in der eigenen Familie plaudern. Ideen sind herzlich willkommen.

Das Material wird Ihnen/ Euch zur Verfügung gestellt.

**Mittwoch, 13.04.11**  
**15.00-16.00 Uhr**  
**im Clubraum**



## Mehrgenerationen-Kino



### **Chocolat**

Chocolat ist ein Film, der vor allem unterhalten will, gleichzeitig aber auch ein Plädoyer für Toleranz und eine größere Offenheit gegenüber Randgruppen und Andersartiger darstellt. In den Hauptrollen begeistern Juliette Binoche als Vianne, Alfred Molina als Reynaud und Johnny Depp als Zigeuner Roux.

**Freitag, 25.02.11**  
**16.00-18.00 Uhr im Saal**

## Mein Wille zählt!



Kostenlose Infoveranstaltung zu den Themen Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung: Sicherheit im Alter rechtzeitig planen  
Referent: Rolf Horstmeier,  
Ev. Beratungsdienste Münster

**Fr., 08.04.11**  
**15.00-16.30 Uhr**  
**im Saal**

# Fahrradtour nach Amelsbüren

Eine geführte, offene Fahrradtour für jedes Alter zum Haus Kannen in Amelsbüren: In einem gemütlichen Tempo fahren wir die ca. 12 km zum Sinnesgarten. Hier erwartet uns unter anderem das Kunsthaus mit einer kleinen kostenlosen Ausstellung. Danach kann man sich im Café bei Kaffee und Kuchen verwöhnen lassen.

Es besteht die Möglichkeit mit dem Bus (Haltestelle Alexianer Krankenhaus) zu fahren und die ankommende Fahrradgruppe vor Ort zu begrüßen.

**Sonntag, 03.04.11**  
**14.00 Uhr**  
**ab Dietrich-Bonhoeffer-Haus**



Foto: Ralf Emmerich, Münster



**Kunsthaus Kannen**  
Archiv | Ausstellung | Atelier für behinderte Künstler



# Waffel- Nachmittage

**mittwochs**

**02.02., 02.03.,**

**06.04.11**

**15.00-17.00 Uhr**

Jeden ersten Mittwoch im Monat werden nachmittags im Café kostengünstig Waffeln mit heißen Kirschen und/oder Puderzucker angeboten.

# Eine-Welt- Laden

**montags - freitags**

**12.00-17.00 Uhr**

Im kleinen, aber feinen Eine-Welt-Laden der Apostel-Kirchengemeinde erhalten Sie viele Produkte zum Naschen, Kochen, Trinken, Verschenken,...

Das MGH  
unterstützt



# Café Mittag

montags - freitags  
12.00-17.00 Uhr

Kaffee	1,00 €
Kaffee groß	1,20 €
Latte Macchiato, Milch- kaffee, Cappuccino,	
Kakao mit Sahne,...	1,50 €
Espresso	1,30 €
Tee	0,80 €
Kaltgetränke	1,00 €
Säfte	0,80 €

Selbst gemacht:

Kuchen	0,50 - 1,00 €
Torte	1,00 - 1,50 €

montags - freitags  
12.00-14.00 Uhr

Täglich wechselnde Gerichte

mit Salat und Nachtisch	3,50 €
Verschiedene Suppen	2,00 €

Immer donnerstags ein zweites Ge-  
richt zur Auswahl.

Der aktuelle Speiseplan des Mittags-  
tisches liegt im Haus aus und steht  
auf unserer Homepage:  
[www.mgh-muenster.de](http://www.mgh-muenster.de)

Wegen **Renovierungsarbeiten** können im März und  
ggf. im April keine Veranstaltungen im Saal stattfinden.  
Das Café sowie der Mittagstisch sind davon nicht betroffen.

# Altersoffener Chor Münster - AChoM

Hier können geübte Sängerinnen und Sänger auch nach Erreichen der Altersgrenze in ihren Chören ihre Erfahrungen weiterhin einbringen. Damit ist der *Altersoffene Chor Münster (AChoM)* der einzige dieser Art in Münster und Umgebung. Die gut 70 Mitglieder stammen aus den verschiedensten Chören Münsters. Es handelt sich nicht um einen Senio-

renchor im üblichen Sinne. Der Name „Altersoffen“ ist Programm, denn auch jüngere sind dabei. Nach der Probe besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Mittagessen und Gespräch im Mehrgenerationenhaus. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen.

**Donnerstags 11.00-12.30 Uhr**

## Surfstation



Sie möchten einen Kaffee trinken und dabei das Internet nutzen? Kein Problem: Dafür steht Ihnen unsere Surfstation kostenlos zur Verfügung.

Täglich von 12-17 Uhr besteht im Cafébereich die Möglichkeit, online zu gehen.

Und wenn Sie „Lust auf mehr“ haben, können Sie auch gerne einen unserer Computerkurse besuchen.



# Nahrung für Körper und Geist

Zu einem besonderen Thema wird im zeitgemäßen Ambiente ein leckeres Drei-Gänge-Menü serviert. Anschließend besteht bei einem gemütlichen Beisammensein die Gelegenheit zum Austausch. Kosten: 8 Euro.

Um Anmeldung und Vorkasse wird gebeten bis zum Montag vor dem Essen.

## Leben wie Gott in Frankreich

Provence in Frankreich oder lieber Paris? Wer denkt da nicht an duftende Felder voller Lavendel und Rosmarin. Wildkräuter, Oliven und natürlich Käse? Lassen Sie sich ein auf eine Reise durch Herz und Magen.



**Donnerstag, 10.02.11**  
**ab 19.00 Uhr im Saal**

## Frühstücks-Brunch

Schlemmen, ins Gespräch kommen, sich austauschen und unser neues Programm vorgestellt bekommen.

In der Kostenbeteiligung von 5,- € sind das Frühstücksbüfett, Sekt, Kaffee und Tee enthalten.

Wir bitten zur Planung um eine Anmeldung.

Spontane Gäste, auch nur für einen Kaffee, sind herzlich willkommen.

**Sonntag, 30.01.11**  
**ab 11.00 bis 13.30 Uhr**  
**im Saal**



## Kartenspiel-Nachmittag



Wer Interesse am Kartenspielen hat, noch eine Gruppe sucht oder sich einfach im Spielen mal wieder erproben möchte, ist hier genau richtig aufgehoben.

Alle 14 Tage findet im offenen Cafébereich des Mehrgenerationenhauses ein kostenloser Kartenspielnachmittag statt. Sei es Rommee, Canasta, Skat oder Doppelkopf - der Viel-

falt der Kartenspiele sind keine Grenzen gesetzt.

Ein zusätzlicher Anreiz: Der Kaffee und selbstgebackener Kuchen sowie die Kaffeespezialitäten.

Falls Sie darüber hinaus Interesse an Brettspielen haben, fragen Sie uns einfach, welche Spiele wir Ihnen zur Verfügung stellen können.

**Dienstags 16.00-18.30 Uhr  
im Café**

## Bücherkiste

Winterzeit ist Bücherzeit. Möchten Sie die Bücher vom letzten Jahr gegen andere tauschen? Oder einfach mal ein Buch

bei einem Kaffee genießen? Kommen Sie ins Café des Mehrgenerationenhauses. Tauschen Sie Bücher und/oder genießen Sie eine Kaffeespezialität und selbstgebackenen Kuchen oder ein Mittagessen. Der Büchertausch ist kostenlos.

## Das Team



*Jörn Dummann*

Prof. Dr. Jörn Dummann

Leitung

Sprechzeit:

Do., 10.00-11.00 Uhr

Tel. 0251/ 510 28 -15

dummann@

mgh-muenster.de

*Cornelia Demtschück*

Cornelia Demtschück

Schwerpunkte:

Angebote für Senioren,  
Café und Mittagstisch,  
Begleitung Ehrenamtl.

Sprechzeiten:

Di., 14.30-15.30 Uhr

Do., 09.00-10.00 Uhr

Tel. 0251/ 477 94

demtschueck@

mgh-muenster.de

*Klaus-M. Polster*

Klaus-Martin Polster

Schwerpunkte:

Programmplanung und  
Öffentlichkeitsarbeit,  
Begleitung Ehrenamtl.

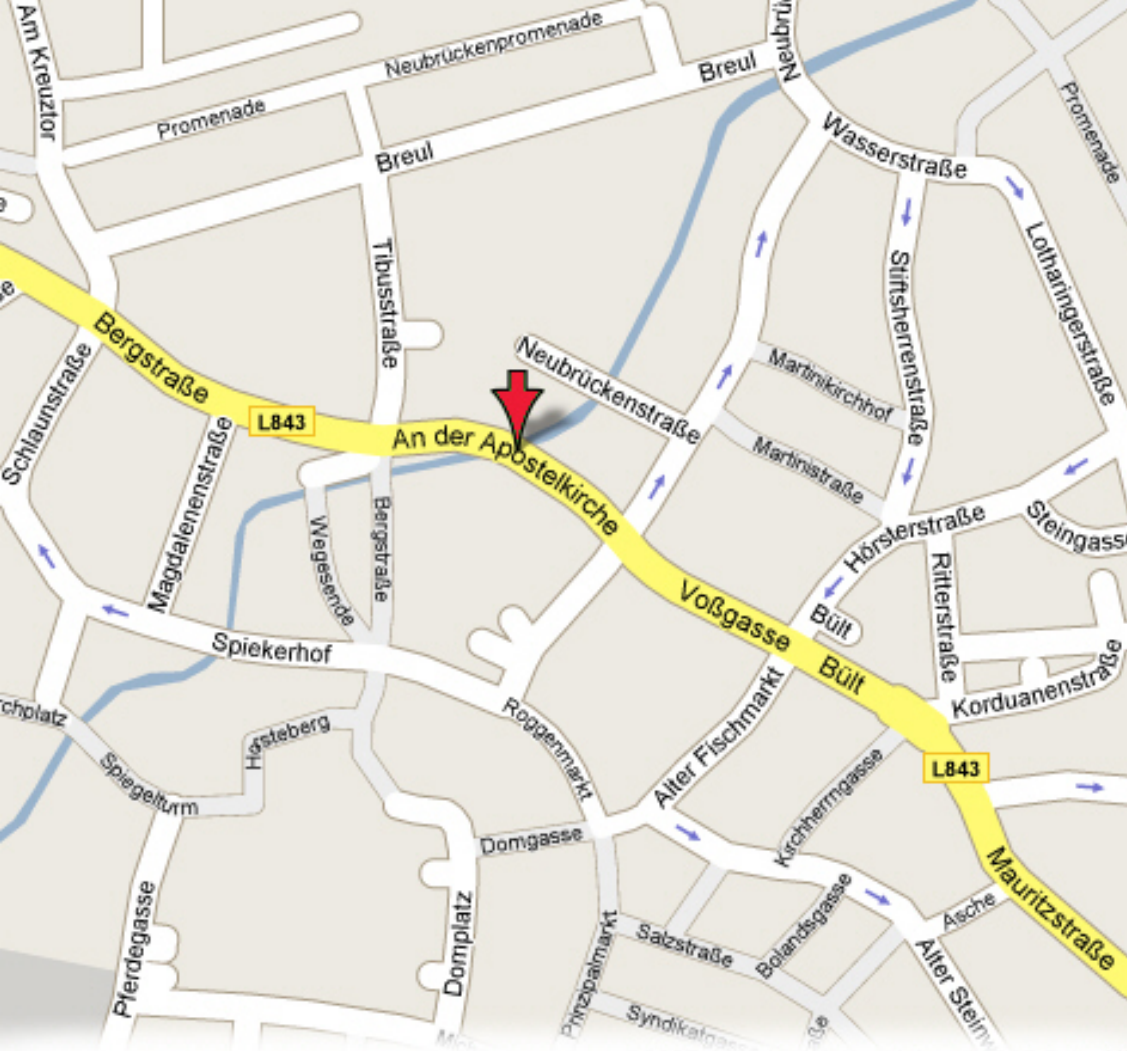
Sprechzeit:

Do., 11.00-12.00 Uhr

Tel. 0251/ 510 28 -15

polster@

mgh-muenster.de



## **Mehrgenerationenhaus Münster**

im Dietrich-Bonhoeffer-Haus

An der Apostelkirche 5, 48143 Münster

Tel. 0251/ 510 28 -15

mail@mgh-muenster.de

**www.mgh-muenster.de**

Auflage: 1.000 Exemplare

Inhalt und Layout: C. Demtschück, K. M. Polster, J. Dummann (v.i.S.d.P.)

Träger des MGH ist die Evang. Apostel-Kirchengemeinde Münster