Mehr Generationen Haus | Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Olpe e.V. Mehrgenerationenhaus

## Beratungsangebote

**Flüchtlingsberatung**
Wir unterstützen Sie bei der Interviewvorbereitung, helfen bei sozialen, beruflichen und schulischen Anliegen und beraten zu asyl- und aufenthaltsrechtlichen Fragen.

**Ausreise- und Perspektivberatung**
Wir helfen bei Ihnen bei der freiwilligen Rückkehr in Ihr Heimatland. Dabei kann es sich um die Abwicklung der Ausreise, die Beantragung von finanziellen Mitteln und eine Beratung zur Reintegration im Heimatland handeln.

**Beratungsstelle Antidiskriminierung**
Hier werden Sie in einem geschütztem Raum kostenlos beraten und begleitet, wenn Sie im Alltag, in der Freizeit, Schule, Universität oder im Beruf Diskriminierung aufgrund von Alter, Nationalität, Geschlecht, Behinderung, sozialer oder ethnischer Herkunft oder sexueller Orientierung oder Identität erfahren.

**Selbsthilfe-Kontaktstelle**
In besonderen Lebenssituationen kann die Selbsthilfe durch den Austausch mit anderen Betroffenen eine große Hilfe sein. Wir helfen Ihnen, die richtige Gruppe für Sie zu finden oder bei Bedarf eine neue Gruppe zu gründen.

**Integrationsagentur**
Wir setzen Integration als gesamtgesellschaftliche Aufgabe im Kreis Olpe um und schaffen Räume und Möglichkeiten der Begegnung.

**Suchdienst**
Der Suchdienst hilft, Ihre Angehörigen zu finden, von denen Sie aufgrund von bewaffneten Konflikten, Katastrophen, Flucht, Vertreibung oder Migration getrennt wurden.

Mehr Generationen Haus | Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Olpe e.V. Mehrgenerationenhaus

## Das DRK Mehrgenerationenhaus (MGH) Olpe

… ist ein Ort der Begegnungen für alle Menschen. Egal ob Jung oder Alt, neuzugezogen oder einheimisch – Alle Interessierten sind herzlich willkommen, um neue Menschen kennenzulernen, sich auszutauschen und gemeinsame Interessen zu teilen. Die zentrale Lage im Herzen der Kreisstadt Olpe lädt dazu ein, nach einem Spaziergang in unserem Haus vorbeizuschauen. Der Zugang ist barrierearm und es gibt freies WLAN.

Bei uns finden Sie ein vielfältiges Angebot:

- Freizeitgestaltung wie Sport, Kreatives, Ausflüge
- Unterschiedliche Beratungsangebote
- Services wie das Repair- oder Digital-Café
- Kultur-und Informationsveranstaltungen
- Treffen von Selbsthilfegruppen
- Raumangebot für Vereine oder private Zwecke

Mehr Generationen Haus | Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Olpe e.V. Mehrgenerationenhaus

## Ihr Weg zu uns:

DRK Mehrgenerationenhaus Olpe
Löher Weg 9
57462 Olpe
Telefon: 02761/2643

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

## Aktuelle Infos unter:

@mgh.olpe.drk

Mehrgenerationen-haus Olpe DRK

## Gefördert durch:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Mehr Generationen Haus | Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Olpe e.V. Mehrgenerationenhaus

## Deutsches Rotes Kreuz

# Mehrgenerationen-haus Olpe

Mehr Generationen Haus | Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Olpe e.V. Mehrgenerationenhaus

# Regelmäßige Angebote

## Sport & Bewegung

**Funktionstraining der Rheuma-Liga**
Montags, 09:45-10:30 Uhr
Donnerstags, 9-9:45 Uhr

**Senioren-Gymnastik**
Montags, 14:45-15:45

**Gymnastik für Menschen mit Übergewicht**
Montags, 16-17 Uhr

**Kids Kung Fu (ab 4 Jahren)**
Montags, 17:30-18:15 Uhr

**Wjing Tsun Kampfkunst**
Montags, 18:30-20 Uhr

**Rehasport Aktiv für die Seele**
Dienstags, 17-18 Uhr

**Stressfrei durch Achtsamkeit & Meditation**
Dienstags. 18:15-20:15 Uhr

**Rehasport Orthopädie**
Mittwochs, 9-12 Uhr
Freitags, 9:30-12:30 Uhr

**Tanzen für Frauen**
Mittwochs alle 14 Tage, 19:30-21 Uhr

**Reha Parkinson**
Donnerstags, 14-14:45 Uhr

**Lach-Yoga**
Donnerstags, 18:30-19:30 Uhr

Mehr Generationen Haus | Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Olpe e.V. Mehrgenerationenhaus

**Reha Hockergruppe/Osteoporose**
Donnerstags, 15-15:45 Uhr

**Tischtennis**
Freitags, 14-16 Uhr und 18-20 Uhr

**Qi Gong**
Samstags, 10-12 Uhr

## Kreatives & Handarbeit

**Wechselzeiten: Klönen & Handarbeiten**
Montags, 16-18 Uhr

**Nähcafé: Nach Strich & Faden**
Donnerstags alle 14 Tage, 15:00-17:30 Uhr

## Ausflüge

**Wandern**
Montags, 14-16 Uhr

**Ausflug ins Grüne**
1. Mittwoch im Monat, 14-16:30 Uhr

## Treffen & Begegnen

**Sprachcafé: Deutsch üben**
2. und 4. Donnerstag im Monat, 18-19:30 Uhr

**MGH Global: Kultur(en) mit allen Sinnen erleben**
3. Mittwoch im Monat, 15-17 Uhr

**Koch-Café**
Dienstags 17-20 Uhr
Internationales Kochen: 4. Dienstag

**Spielecafé**
Letzter Montag im Monat, ab 16:00 Uhr

Mehr Generationen Haus | Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Olpe e.V. Mehrgenerationenhaus

## Services

**Friedhofsmobil**
Montags, 14-16 Uhr

**Digital-Café**
2. Freitag im Monat 15-17 Uhr

**Repair-Café**
1. Freitag im Monat, 15-17 Uhr

**Pflege-Café**
3. Donnerstag, 15 Uhr

## Engagement

Suchen Sie nach einer sinnstiftenden Freizeitbeschäftigung?
Möchten Sie Ihre Leidenschaft mit anderen Menschen teilen?
**Unser MGH lebt auch durch Ihr Engagement!**
**Sprechen Sie uns an!**

Mehr Generationen Haus | Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Olpe e.V. Mehrgenerationenhaus

# Veranstaltungen April bis Juni 24

| | |
|---|---|
| Mi, 03.04. | **Ausflug ins Grüne,** 14-16 Uhr |
| Do, 11.04. | **Säen, wachsen, ernten,** 14:30-16 Uhr |
| Mi, 17.04. | **MGH Global,** 15-17 Uhr |
| Di, 23.04 | **Kochen international: Türkisch,** 17-20 Uhr |
| KW 17 | **Digital Spezial: Musik & Film** Mo, Di, Do; 15-17 Uhr |
| Fr, 26.04. | **Digitale Welt: Telefonbuch,** 15-17 Uhr |
| Do, 16.05. | **Säen, wachsen, ernten,** 14:30-16 Uhr |
| Fr, 17.05. | **Digitale Welt: Kaufen & bestellen im Internet,** 15-17 Uhr |
| Mi, 05.06. | **Ausflug ins Grüne,** 14-16 Uhr |
| Do, 13.06. | **Säen, wachsen, ernten,** 14:30-16 Uhr |
| Mi, 19.06. | **MGH Global: Wandern,** 15-17 Uhr |
| Di, 25.06. | **Kochen international: Kurdisch,** 15-17 Uhr |