

WIES

WIR IN EINEM STADTTEIL

Nov. - Dez. 2018 - Januar 2019

Impressionen vom Redaktionsteam der Wieszeitung



Mehr
Generationen
Haus
Wir leben Zukunft vor



Unsere Frauenprojekte BIG und WIR schauen in diesem unglaublich sonnigen Jahr auf viele schöne gemeinsame Erlebnisse zurück, von denen uns einige ganz besonders in Erinnerung bleiben werden. Dazu gehören unsere Sommerferienausflüge nach Konstanz und Heidelberg, bei denen bei 36° jeweils 50 Frauen und Kinder teilgenommen haben. Bunte Erlebniswelten bildeten auch ein Nordic Walking Ausflug nach Bad Urach in den angenehmen Wasserfallschatten, einer zu den Tieren in den Gaisbühl und viele „indoor-Veranstaltungen“, bei denen die Kinder in unserem Hof spielen konnten, während ihre Mütter beim Singen, bei Offenen Treffen, im MamaCafé und ähnlichem waren.

Sonnengestärkt gehen wir nun auf die kältere Jahreszeit zu und haben auch hier einige Highlights vor uns. Am **28. November** werden wir wieder unser jährliches **Winterfest** feiern. In diesem Jahr wird uns Revital Herzog orientalische Märchen vortragen und diese mit Akkordeonmusik ergänzen.

Am 30. November ist das Abschlusskonzert vom diesjährigen Fugato-Projekt in Ludwigsburg. Gemeinsam mit unseren Sängerinnen werden wir hinfahren. Es wird sicher wieder ein besonderes Erlebnis werden. Und - falls wir auch in diesem Jahr Glück haben und Eintrittskarten bekommen - wird es im Dezember einen Ausflug zum Tag der frohen Herzen in den Europapark geben.

WIR - Welcome in Reutlingen - Angebote

Takaa - Niroo

Das Projekt „Takaa – Niroo“ unterstützt an 15 verschiedenen Projektstandorten in Baden-Württemberg geflüchtete Frauen und Mädchen bei der Verbesserung ihrer gesundheitlichen und sozialen Situation. In Reutlingen wird Takaa - Niroo in Kooperation zwischen dem Projekt „WIR“, der pro juvena gGmbH und der „Hilfe zur Selbsthilfe“ gGmbH durchgeführt. „WIR“ bietet jeweils an acht Terminen einer Gruppe von 8 bis 12 Frauen die Möglichkeit, sich mit verschiede-

nen Themen auseinanderzusetzen und sich zu informieren. Bei Bedarf wird eine Dolmetscherin und Kinderbetreuerin eingesetzt. Der Verein „Hilfe zur Selbsthilfe“ bietet den männlichen Familienangehörigen der Frauen und Mädchen parallel dazu ebenfalls an drei Terminen im November ein Gruppenangebot mit verschiedenen Themen an.

Seit Anfang Oktober findet die erste Takaa - Niroo- Gruppe jeden Dienstag von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr statt.

Musikprojekt: „Fugato trifft WIR“
Einmal im Monat, **freitags zwischen 14 und 16 Uhr** wird bei WIR unter Anleitung der iranischen Sängerin Ermia Mashayekhi des Fugato-Projektes gesungen. Alle Teilnehmerinnen bringen sich mit Liedern aus ihrer Heimat ein. Nächster Termin: **9. November!**

Interkulturelle Mädchengruppe
Für Mädchen ab 14 Jahren. Das Programm und die Aktivitäten finden in unregelmäßigen Abständen statt. Interessentinnen wenden sich bitte an die Mitarbeiterinnen von WIR!

Kochwerkstatt

...für Köchinnen aus aller Frauen Länder.
Einmal im Monat, **freitags zwischen 14 und 17 Uhr** treffen sich Frauen mit Meriem Gouriche zum gemeinsamen Kochen und Essen im WIR- Projekt. Bitte anmelden.
Der nächste Termin: **30. November!**

„Wir sind offen...“

... offene Zeit für Fragen und Neugierde...
Parallel zu den Freitagsangeboten von 14 bis 16 Uhr ist eine Mitarbeiterin für Sie da. Kommen Sie doch auf eine Tasse Tee oder Kaffee vorbei!

Die Kontaktdaten von WIR:

☎ 36 40 872; wir@pro-juventa.de,
www.wir.pro-juventa.de



Die Kontaktdaten von BIG:

☎ 36 40 872; big@pro-juventa.de,
www.big.pro-juventa.de und montags von 14 bis 16 Uhr ist Offenes Büro, in dem Sie persönlich vorbeikommen können!!

Laufende Kurse bei BIG

Ab Jan. 2019, Montags, 16 Uhr:

Hip Hop für Kinder zwischen 10 und 14 bei BIG

Montags um 18 Uhr:

Hatha-Yoga mit Marika Ellwart bei BIG

Mittwochs um 9.15 Uhr: Zumba mit Ute Quauka im Mehrgenerationenhaus

Mittwochs um 17.30 Uhr: Zumba mit Ute Quauka im Mehrgenerationenhaus

Freitags um 14.30 Uhr: Nordic-Walking mit Beate Schäffer, Treffpunkt bei BIG



Offene Treffen bei BIG

BIG-Mamacafé

Jeden zweiten Freitag findet unser BIG-Mamacafé von **10 bis 12 Uhr**

statt. Das Mamacafé ist ein Offener Treff für junge Mütter mit kleinen Kindern. Neben einem gemütlichen Beisammensein gibt es Angebote rund um die Themen Gesundheit, Ernährung, Erziehung, Kreativität und vieles mehr. Das Programm im BIG- Mamacafé nimmt die Anregungen der Besucherinnen auf.

Nächster Termin: **16. November!**

BIG-InfoCafé

Einmal im Monat findet an einem **Montag Nachmittag von 14 bis 16 Uhr** unser BIG-InfoCafé statt. Neben Kaffee oder Tee gibt es ein wechselndes Programm von Informationsveranstaltungen zu Gesundheitsthemen, Kreativangeboten oder „Wellnessnachmittagen“. Hierbei orientieren wir uns auch an den Interessen der Frauen. Neue Frauen sind herzlich willkommen.

Nächster Termin: 5. November - „Schlüssersalze in der Hausapotheke“ mit Birgit von Vacano.

Weitere Angebote

Wie immer können Sie gerne Termine mit uns vereinbaren für:

Beratung: Wenn Sie aus irgendeinem Grund der Schuh drückt!

Massagen:

Wenn Sie sich nach Entspannung sehnen!

Ernährungsberatung:

Wenn Sie an Ihrem Ernährungsverhalten etwas ändern wollen.

Klopfakupressur und Kinesiologie:

Wenn Sie Methoden kennen lernen möchten, die geeignet sind, Stressgefühle zu reduzieren.



Tagesgruppenalltag einmal anders und mit den „Neuen“



Mein Name ist Jan Sickinger, ich bin 18 Jahre alt und wohne in Unterhausen. In meiner Freizeit beschäftige ich mich viel mit Sport. Ich selbst habe 10 Jahre in einem Verein Handball gespielt. Nach meinem FSJ möchte ich Mediengestaltung studieren. In meiner kurzen Zeit, die ich bis jetzt bei meinem FSJ hatte, habe ich schon viele neue Dinge gelernt. Meine Hauptaufgaben bestehen darin, dass ich den Kindern einen normalen Alltag liefere. Die Kinder kommen von der Schule zu uns und bekommen ein Mittagessen. Danach helfen wir ihnen bei den Hausaufgaben. Nach den Hausaufgaben ist es dann unsere Aufgabe, die Kinder zu beschäftigen. Meistens lief das bis jetzt auf rausgehen und Fußball spielen raus. Für mich als FSJ'ler ist das letztendlich nicht hartes arbeiten und stur an einer Maschine sitzen, sondern auch „Freizeit“. Mir persönlich macht es sehr großen Spaß, mit den Kindern zu spielen und sie in den Momenten meistens auch glücklich zu sehen.

Ich bin Tim Aminger, 19 Jahre alt und ebenfalls seit diesem Schuljahr FSJ'ler in der Tagesgruppe Wiesel. Auch ich bin sehr Sport begeistert, vor allem wenn es um Fußball und Volleyball geht.

Ich empfinde das FSJ sehr ähnlich wie mein Kollege Jan. Aufgrund der Vielseitigkeit der Aufgaben, der Kinder und der zahlreichen Möglichkeiten, seinen Tag mit den Kindern zu gestalten, fühlt sich ein Tag einfach nicht wie ein 0815 Job an. Auch Ausflüge unternehmen wir als Gruppe. Das FSJ beinhaltet also einerseits die Übung im Umgang mit Kindern, andererseits feilen wir auch an unseren Fähigkeiten, welche den Haushalt betreffen, und es bietet aufgrund der Vielfalt der Spiele, den Ausflügen und allem Anders jede Menge Spaß. Über das Jahr verteilt finden zudem beim IB Reutlingen FSJ- Seminare zur politischen Bildung statt.

Erst vor kurzem besuchten wir die Trampolin Halle im Cabriolo Reutlingen, worauf sich die Kinder im Vorneherein enorm freuten. Die Idee des Ausfluges entstand über die Kooperation mit der Firma Bonduelle, die uns mit zwei Mitarbeitern begleiteten (für die Tagesgruppe sowie den Mitarbeitern war es der erste Besuch). Das Eis mit den fremden Erwachsenen war schnell gebrochen, und so traten wir also gemeinsam an, die Jumper Halle unsicher zu machen und all unsere Kräfte beim Trampolinspringen zu bändigen.



Nach dem Ankommen ging es erstmal zur Anmeldung und nach weiteren 15 Minuten in die Halle zur Einweisung. Auf sich und auf andere achten, sich nicht verausgaben und nur alleine auf die jeweiligen Trampoline waren die Grundregeln. Verständlich. Knochenbrüche, Gehirnerschütterungen und ähnliches wollten wir natürlich abwenden. Ansonsten hatten wir die Jump-Area nahezu für uns alleine. Das war super!

Die Halle bestand insgesamt aus drei Teilen mit jeweils unterschiedlichen Spielmöglichkeiten. Zwei Fußballfelder, vier Badminton-Felder und in der Mitte die Jump-Area, eingezäunt mit Netzen, sodass niemand auf die anderen Spielbereiche fliegen kann. Jetzt aber los auf die Trampoline! Gebucht hatten wir für eine Stunde, was sich nachträglich als absolut genug herausstellte. Es gab Trampoline mit Basketballkörben, Trampoline an den Wänden, längliche Trampoline, Trampoline vor einem Schaumstoffbecken, eine Slackline und vieles mehr. Alle hatten einen gigantischen Spaß bei Saltis, beim Körbe Werfen, beim Toben. Allerdings ist es auch viel anstrengender als gedacht. Während die Kinder größtenteils nach 15 Minuten ihre erste Pause benötigten, hielten wir Erwachsenen gerade einmal 5 Minuten durch, bis wir schweißgebadet waren. Aber nach gelegentlichen kleinen Pausen und Drinks in allen erdenklichen Geschmacksrichtungen war man wieder gestärkt, weiter zu springen. Nachdem die Stunde wie im Flug vergangen war, ging es ausgepowert zum Essen. Während wir Erwachsenen erschöpft auf den Stühlen des Bistros saßen, verschlangen die Kinder regelrecht ihre Pommes mit Chicken Nuggets. Es war also ein mehr als gelungener Ausflug, welcher sowohl den Kids als auch uns Erwachsenen mehr als zufrieden stellte. Eine nette Abwechslung zum Tagesgruppenalltag war das allemal.

Nachrichten aus der Zeitbörse

Ein herzliches Dankeschön zum Abschied unserer Teamkollegin Franziska Fach. Leider müssen wir sie nach vier Jahren engagierter freiwilliger Arbeit in der ZEITBÖRSE gehen lassen.

Ihre berufliche Veränderung lässt zeitlich kein Engagement mehr in unserer Freiwilligenarbeit zu, was wir sehr bedauern. Mit neuen Ideen, wie einem wöchentlichen Kaffeemittag zum Austausch für die Mitglieder, Pinnwand im ZEITBÖRSEN-Büro und Flohmarkt für die Mitglieder hat sie für Veränderung und Anregung gesorgt. Auch bei der Telefonumfrage und Telefondienst zu Öffnungszeiten hat sie uns entlastet. Vielen Dank dafür! Wir wünschen ihr für ihre Zukunft alles Gute! Valerie Konzelmann



10 Jahre Tagestreff am See der RAH



Vor genau 10 Jahren hat die RAH ein neues Angebot entwickelt, das es bisher so noch nicht gegeben hat: eine stundenweise, Halbtags oder Ganztagesbetreuung für ältere Menschen die sich gut versorgt fühlen wollen und vor allem bei dem auch die sozialen Kontakte gefördert werden. Mittlerweile besuchen den Tagestreff regelmäßig 48 Gäste, von denen täglich bis zu 15 in der Gruppe anwesend sind. Auch ein Fahrdienst sowie eine ausgezeichnete Verköstigung werden angeboten.

Das Betreuungsangebot ist sehr flexibel und der Gast oder die Angehörigen können selbst entscheiden, ob sie ein paar Stunden, einen halben Tag oder den ganzen Tag in netter Gesellschaft verbringen möchten - dies auch kurzfristig. Dies ermöglicht eine Entlastung für pflegende Angehörige, um auch mal Termine wahrnehmen zu können. Wichtig ist der RAH dabei auch der therapeutische Ansatz mit aktivierenden Angeboten wie Sturzprophylaxe, Koordination- und Gleichgewichtsübungen, Gedächtnistraining und eine individuelle Bewegungstherapie. Für dieses professionelle Angebot sorgt die Leiterin des Tagestreffs, Rita Palasty die eine ausgebildete und erfahrene Ergotherapeutin ist.

Im Rahmen der gesetzlich geregelten Betreuungsleistungen und Entlastungsleistungen (§ 45b Sozialgesetzbuch XI) stehen Gelder der Pflegekasse in Höhe von monatlich 125 Euro zur Verfügung. So können zum Teil auch die Kosten des Tagestreffs über die Pflegekasse rückerstattet werden. Die RAH oder die Pflegekassen können über die Anspruchsvoraussetzungen sehr gut beraten.

Das Haus Voller Brunnen kann mit seinen 123 Pflegeplätzen nur noch bis Ende 2022 betrieben werden.

Das Haus entspricht nicht mehr den brandschutztechnischen Anforderungen sowie den baulichen Anforderungen zur Versorgung von zunehmend schwerstpflegebedürftigen Menschen und Menschen mit demenziellen Erkrankungen. Um auch zukünftig notwendige und zeitgemäße Pflegeplätze zur Verfügung zu stellen, hat der Gemeinderat der Stadt Reutlingen den Neubau der

Pflegeplätze beschlossen. Zur Umsetzung wird derzeit als Teillösung in Rommelsbach am Standort der alten Schule eine Pflegeeinrichtung mit 52 Pflegeplätzen gebaut. Bei den derzeit anlaufenden Neubauplanungen mit 72 Pflegeplätzen für das Haus Voller Brunnen werden auch neue Räumlichkeiten für den Tagestreff am See ein fester Bestandteil sein. Ein so erfolgreiches Betreuungsangebot für ältere Menschen muss auf jeden Fall weiter geführt werden, so Geschäftsführer Werner Rumpel. Weiterhin wird auf der Grundlage der aktuellen Pflegeversicherung neben dem Tagestreff auch eine Tagespflege für täglich 15 Gäste in die neue Einrichtung geplant.

In dem zukünftigen Neubau der auf dem bestehenden Gelände realisiert werden soll, werden somit alle Leistungen aus einer Hand - wie Tagestreff, Tagespflege, Kurzzeitpflege und Dauerpflege sowie häusliche Pflege und hauswirtschaftliche Dienstleistungen durch die Sozialstation angeboten. In einem neuen Restaurant wird es für Senioren aus den umliegenden Wohngebieten einen offenen Mittagstisch und Gelegenheit für Begegnungen geben.

Information und Beratung zum Tagestreff:

Tagestreff am See, Carl-Diem-Str. 100, 72762 Reutlingen,
Leitung:
Frau Rita Palasty ☎ 07121 92 80 617
Unsere Sozialstation für die häusliche Pflege erreichen Sie unter:
☎ 07121 92 80 200,
Pflegedienstleitung, Frau Yvonne Röhm
Besuchen Sie uns auch im Internet:
www.rah-reutlingen.de

Kinderchorprojekt

Im November startet wieder der „Weihnachtskinderchor“. Dieser singt beim **Weihnachtsmarkt** (s. S. 5) **um 17 Uhr**, am **Heiligen Abend im MGH zum Gottesdienst um 16.30 Uhr** und gestaltet den Gottesdienst am 2. Weihnachtsfeiertag, **26. 12. zum „Mitsingen und Mitswingen“ um 17 Uhr in der Katharinenkirche** in großen Teilen mit. Die Probentermine bis Weihnachten sind **donnerstags von 17 bis 17.45 Uhr** im MGH, Mittnachtstr. 211: **15., 22. und 29. November, 6., 13. und 20. Dezember!** Es sind nur sechs Probentermine, weshalb es prima wäre, möglichst zu allen zu erscheinen. Kinder ab 5 bis 12 Jahren, die Freude am Singen haben, sind herzlichst eingeladen!
Kontakt: Pfarrerin Heller ☎ 33 44 37

Impressum

Herausgeberkreis:

pro juvena, Reutlingen; Mehrgenerationenhaus Reutlingen, Trägerverein: Voller Brunnen e. V.; FCR e.V., Jugendhaus Bastille, evang. Katharinenkirche

Redaktion:

Hans-Anton Maier (v.i.S.d.P. Theodor-Heuss-Str. 19/13, 72762 Reutlingen, www.pro-juvena.de), Ursula Heller, Stephanie Wildenberg, Victoria Jopp, Valerie Konzelmann, Ingo Glöckler, Martin Schenk.

Erscheint vierteljährlich, in den Monaten: Februar, Mai, August, November.

Redaktionsschluss: 14. Januar 2019

Bildrechte:

siehe Auszeichnung, sonst die jeweiligen gekennzeichneten Organisationen.

Druck:

Grafische Werkstatt der BruderhausDiakonie, RT
Auflage: 4.800 Exemplare.

Die Verteilung erfolgt kostenlos.

Patenschaften: SPD Nordwest, weitere Patenschaften sind erwünscht

Spendenkonto für

WIES-Zeitungspatenschaften:

Konto 111 424 003 (BLZ 640 901 00)
bei der Volksbank Reutlingen
Stichwort „Patenschaft“

Mama lernt Deutsch, Papa auch

Deutsch lernen - für Mütter und Väter gefördert vom Amt für Migration der Stadt Reutlingen mit neuer Kursleiterin Dimitra Giagkou, **mittwochs von 14 bis 17 Uhr!** Dieser Sprachkurs ist an alle Mütter und Väter gerichtet, welche ihre Sprache in Wort und Schrift verbessern und dies aber in einer geselligen Runde ohne Stress und Druck probieren möchten. Wir sind eine kleine Gruppe mit unterschiedlichen Niveaus, so dass auch Anfänger willkommen sind. Frau Giagkou leitet diesen Kurs und wird mit den Teilnehmern auch Ausflüge zum Rathaus, in die Bibliothek und nach Bedarf veranstalten. Kosten: 45 Min. kosten 0,50 Euro Eine Kinderbetreuung wird angeboten. Anmeldung und Info gibt es unter ☎ 514 97 80 oder E-Mail an demian7430@hotmail.com

Stadt Reutlingen

Montags - Sport



Immer montags findet vom FC-Reutlingen in der Dietweghalle eine ausgewogene Gymnastikstunde von 20 bis 21 Uhr statt. Ausgenommen sind die Schulferien.

Wir sind zur Zeit eine altersgemischte Damengruppe, obwohl Männer auch herzlich willkommen sind.

Unsere Trainerin, Steffi Schäfer, macht Yogainspirierte Übungen, welche aus dem klassischen Krafttraining und dem Therapiebereich kommen. Kraft, Flexibilität und Balance werden dabei miteinander verbunden. Auch kommen Gymnastikbälle und Therabänder zum Einsatz.

Neuzugänge sind herzlich willkommen, einfach vorbeischaun und mitmachen oder Infos nachlesen unter: www.fc-Reutlingen.de

Weihnachtsmarkt - Adventskränze binden

Am Freitag vor dem 1. Advent, dieses Jahr am 30. November, findet wie jedes Jahr der Weihnachtsmarkt in und um das MGH statt. Die Kat-



harinengemeinde und der Verein „Voller Brunnen e.V.“ veranstalten zusammen mit den Eltern der Dreikäsehoch-Kleinkindergruppen, dem Kindergarten am Ententeich und vielen sonst Bereitwilligen diese Aktion. Von **16.30 bis 20 Uhr** locken Kaffee und Kuchen, viele hübsche Stände mit Gebackenem und Gebasteltem. Ge-grillte Rote, Waffeln, Glühwein und Punsch erfreuen den Gaumen und für adventliche Stimmung sorgen der Grundschulchor der Minna-Specht-Gemeinschaftsschule und der Reutlinger Posaunenchor. Diese einladende Atmosphäre sollten Sie sich nicht entgehen lassen!

Fleißige und kreative Hände, die gerne einmal einen Adventskranz binden und schmücken oder ein Adventsge-steck erstellen möchten,

das dann zum Verkauf angeboten wird, sind herzlich eingeladen, am **Dienstag, 27. November zwischen 10 und 18 Uhr** ins MGH zu kommen. Material zum Schmücken ist vorhanden, über Grüngut-Spenden zum Binden der Kränze freuen wir uns sehr!



Konzerte in der Katharinenkirche am Friedhof Unter den Linden

Freitag, 9. November um 20 Uhr: „Milners Trenn“- Kapelle Schloßer Hans mit jiddischen Liedern und Geschichten
Tränen hat der Müller vergossen angesichts seiner Lebensgeschichte. Eine Lebensgeschichte, derer wir am 9. November jedes Jahr gedenken. In diesem Jahr gestaltet die Klezmergruppe „Schloßer Hans“ ihren schon fast zur Tradition gewordenen Abend in der Katharinenkirche.

Sonntag, 18. November um 17 Uhr: Gesänge von Krieg und Frieden

100 Jahre nach Ende des ersten Weltkriegs erklingen Chorwerke von Komponisten aus Ländern, die sich damals als Feinde gegenüberstanden. Dabei reicht das Spektrum von der alten liturgischen Friedensbitte „Dona nobis pacem“ über Gesänge, die Mikis Theodorakis „Den Kindern getötet in Kriegen“ widmete und ein Chanson von Maurice Ravel bis hin zu Bertold Brechts Gedicht „Gegen den Krieg“ in einer Vertonung von Hans Eisler. Dazwischen liest Pfarrerin Sibylle Biermann-Rau. Als „Kammerchor Ebinger“ treffen sich unter der Leitung der langjährigen Albstädter Kirchenmusikdirektorin Brigitte Wendeberg Sängerinnen und Sänger aus dem süddeutschen Raum, um ein anspruchsvolles Chorprogramm zu erarbeiten und an verschiedenen Orten aufzuführen. Der Eintritt ist frei, Spenden zur Deckung der Unkosten und zum Erhalt der Katharinenkirche werden gern entgegengenommen.

An den vier Adventssamstagen, 1., 8., 15. und 22. Dezember finden wieder die Wege zum Licht statt.

Von 17 Uhr bis 19 Uhr ist die Katharinenkirche geöffnet und nur mit Kerzen erhellt. Um 17 Uhr und 18 Uhr erklingt für 30 Minuten Musik. Ansonsten besteht die Möglichkeit zur Stille. Eine schöne Möglichkeit, sich in die Adventszeit außerhalb des Lärms einzustimmen.

BEGLEITUNG/BETREUUNG

SUCHE:

Ich bin nicht mehr gut zu Fuß, daher suche ich jemand, der mit mir 14-tägig mit eigenem PKW einkaufen fährt. Kto. 560

BIETE:

Ich begleite Sie gerne mit Ihrem Rollstuhl bei Spaziergängen. Kto. 531

Ich gehe gerne für oder mit jemand mit meinem Auto einkaufen und übernehme gerne allgemeine Botengänge. Kto. 545, 546, 572

Älteren Menschen, auch mit Behinderung, kann ich meine Begleitung anbieten z. B. ins Konzert, Kino oder Gottesdienst. Kto. 563

Entlastung für pflegende Angehörige. Ich habe langjährige Erfahrung mit Älteren-, behinderten, demenzen und halbseitig gelähmten Menschen. Kto. 574

Ich betreue Ihre Katzen (Kleintiere). Kto. 584

Ich passe auf Ihre Tiere auf Kto.583

Ich gehe mit Ihrem Hund spazieren Kto.583

Ich passe auf Ihre Kinder auf Kto.583

DIENTSTLEISTUNG

SUCHE:

Wer kann mich zum Getränkekauf mitnehmen? Kto. 489

Wer kann mir beim Großeinkauf helfen? Kto. 584

BIETE:

Ich kann Ihnen nach Absprache beim Tragen und Transportieren von schweren Sachen behilflich sein. Kto. 517

Kaufe gerne für Sie ein oder begleite Sie. Kto. 531, 535

Hilfe beim Großeinkauf und beim Transport mit meinem Auto. Kto. 425

Stress muss nicht immer sein. Ich zeige Ihnen, wie man mit Pflanzen Burnout vorbeugen kann. Kto. 574

Ich biete Ihnen verschiedene Botengänge an. Kto. 575

Ich streiche Ihre Wohnung Kto. 583

BÜRO/EDV

SUCHE:

Wer kann mir im Internet Visitenkarten bestellen? Kto. 574

Wer kann mir zeigen, wie ich ein digitales Fotoalbum erstelle? Wer kann mir Fotos einscannen Kto. 581

BIETE:

Hilfe bei EDV- und PC-Problemen. Kto. 510

GARTEN

SUCHE:

Wir suchen Hilfe im Garten für Unkraut und zum Büscheausgraben. Kto. 531

Wer hilft mir im Garten? Kto. 535, 568, 571

Ich habe keinen „grünen Daumen“. Wer hilft mir bei der Pflege meines Rasens und Kirschbaumes? Kto. 440

Ich suche für die Gestaltung meines Gartens (Sitzplatz, Platten neu verlegen) Hilfe. Kto. 541

Ich brauche Hilfe bei Gartenarbeiten. Kto. 576

Ich brauche im Winter Hilfe beim Schneeschippen. Kto. 576

Wer kann mir ab- und zu im Garten ein ein Pflanzloch graben? Kto. 574

Suche Rhabarberableger für meinen Garten. Kto. 577

BIETE:

Ich helfe Ihnen bei Bedarf im Garten. Kto. 566

Ich kann Ihnen bei diversen Gartenarbeiten und bei der Gestaltung Ihres Gartens behilflich sein oder dies übernehmen. Kto. 517

Ihre Wohlfühloase auf Balkon-, Terrasse oder Garten. Ich helfe Ihnen mit meinen Ideen und Erfahrungen. Kto. 574

Mit Duftpflanzen gestalten und entspannen. Ich habe viele eigene Erfahrungen und möchte sie gerne weitergeben. Kto. 574

Ich helfe Ihnen gerne im Garten. Kto. 577

Sie dürfen gerne meine Wiese für Heu (Futter für Tiere) abmähen. Kto. 577

Biete junge Gartenpflanzen. Kto. 577

Ich helfe gerne im Garten und habe Ableger von Stauden für Ihren Garten Kto. 581

HANDARBEITEN

SUCHE:

Ich suche bei Gelegenheit jemanden, der für mich Näharbeiten machen kann. Kto. 575

BIETE:

Ich stricke sehr gerne und habe schon viele schöne Stricksachen für Auftraggeber erledigt. Häkeln kann ich genauso gut. Kto. 560

Verändern und ausbessern von Wäsche und Kleidern, Socken stricken. Kto. 572

Ich bügeln Ihre Wäsche. Kto. 575

Ich stricke und häkel gerne. Kto. 581

HANDWERK/REPARATUR

SUCHE:

Ich würde mich freuen, wenn mir jemand bei kleineren handwerklichen Tätigkeiten behilflich sein könnte, z.B. Regale aufstellen, streichen, usw. Kto. 572

Wer repariert bei Bedarf mein Fahrrad? Kto. 425

Wer kann mir meine TV-Programme wieder einstellen? Kto. 574

BIETE:

Ich bin handwerklich begabt und biete nach Absprache verschiedene Tätigkeiten. Kto. 517, 566

Ich repariere Ihre Korbmöbel. Kto. 489

HAUSHALT

SUCHE:

Wer hilft mir beim Säubern im Haus? Kto. 571

Wer kann mir meine Fenster putzen? Kto. 584

BIETE:

Gerne helfe ich ihnen bei ihrer Bügelwäsche! Kto. 568

Putze gerne mit umweltfreundlichen Reinigungsmitteln Ihre Wohnung. Kto. 577

KINDER

SUCHE:

Suche Kinderbetreuung (auch abends). Kto. 513

BIETE:

Geschichten vorlesen für 4 bis 12 Jahre alte Kinder würde mir Spaß machen! Kto. 571

Ich passe ab und zu auf Ihre Kinder auf. Kto. 531

Betreuung für Kind/Kinder gerne auch mal abends. Kto. 550

Vorlesen für 6 bis 8 jährige Kinder würde mir Spaß machen, habe Erfahrung als mehrfache Omi. Kto. 567

Ich betreue ihre Kinder auch abends Kto. 581

KOCHEN/BACKEN

BIETE:

Ich backe Ihnen nach Absprache gerne einen Kuchen. Kto. 425, 513, 568, 573

Ich koche Marmelade oder backe Kuchen. Kto. 541, 572

Vegetarische Indische Küche, ich koche für Sie! Kto. 574

KULTURELLES

SUCHE:

Suche jemanden für Unternehmungen und einfach nur zum Schwätzen. Kto. 489

NACHHILFE

SUCHE:

Dringend: Suche Nachhilfe, Gymnasium Klasse 9 für Mathematik, Chemie und Physik. Kto. 573

Würde gerne Französisch lernen Kto.583

BIETE:

Ich biete Nachhilfe in Chemie, Physik, Mathematik. Kto. 518

Ich gebe gerne Nachhilfe in allen Fächern bis 10. Klasse, außer Naturwissenschaften. Kto. 446

UNTERRICHT/KURSE

SUCHE:

Suche arabische oder spanische Konversation (mögl. in der Muttersprache). Kto. 481, 577

Suche Klavierunterricht Kto. 583

BIETE:

Lehre Französisch, Spanisch, und Englisch für Fortgeschrittene und biete nichttechnische Übersetzungen. Kto. 481

Übersetzen von Deutsch auf Spanisch. Kto. 535

Ich gebe Musikstunden für Klavier, Gitarre und Flöte, auch in kleinen Gruppen. Kto. 571

Sprachunterricht in Französisch und Latein. Kto.571

Sie haben Probleme mit Ihrem Hund? Vielleicht kann ich helfen. Ich habe viel Erfahrung in Hundeerziehung. Kto. 574

URLAUB

SUCHE:

Welcher tierliebe Mensch mag an einem Wochenende auf meine fünf Katzen aufpassen und sie versorgen? Kto. 577

BIETE:

Ich gieße Ihre Blumen und leere den Briefkasten im Urlaub. Kto. 425, 568

Ich habe Erfahrung in der Begleitung bei Wanderungen, Flug-, Auto oder Bahnreisen. Gerne begleite ich Sie. Kto. 563

Ich versorge ihre Katzen, gieße ihre Blumen und leere ihren Briefkasten. Kto. 581

VERSCHIEDENES

SUCHE:

Die ZEITBÖRSE sucht Zeitungsausträger. Kto. 400

Suche 2m hohen Maschendrahtzaun, eventuell mit Montage. Kto. 577

BIETE:

Die Besonderheit für Kindergeburtstage oder sonstige Veranstaltungen. Ich knote aus Luftballons Tiere nach Ihren Wünschen. Kto. 489

Ich bin gerne der dritte Mann beim Skat spielen oder zum Doppelkopf der Vierte. Kto. 563

Das besondere Geschenk - Themen- und Meditationsgläser zur Entspannung und Beruhigung für zu Hause oder den Bürotisch. Näheres im persönlichen Gespräch. Kto. 574

Ich trage Zeitungen aus. Kto. 575

Probleme mit dem Pferd? Ich übe mit Ihrem Pferd und Ihnen das Hufe geben, führen und noch vieles mehr. Kto. 577

Habe jede Menge Strickzeug, Stricknadeln und Wolle zum Tausch Kto. 464

Habe einen gut erhaltenen Scanner zu vergeben. Kto. 577

Junge Frau (20 Jahre) sucht eine Wohnung!

Ich suche eine 1 bis 2 Zimmer Wohnung zur Miete in Reutlingen, bevorzugt Voller Brunnen, Storlach, Römerschanze. Einzugstermin ist flexibel.

Kaltmiete bis zu 400 Euro.

Ich würde mich sehr über positive Rückmeldungen freuen!

☎ 0172/8133 787

Liebe ZEITBÖRSEN-Interessierte und Mitglieder!

Das Büro der ZEITBÖRSE jeden Donnerstag (außer in den Schulferien) von 17 bis 18 Uhr geöffnet!

Infos über die Zeitbörse erhalten Sie jetzt auch im Stadtteilcafé, Café Mehr und in der Suppenküche. Außerhalb dieser Zeiten dürfen Sie gerne auf die Mailbox sprechen, wir rufen Sie dann zurück.

☎ 364 08 20

Wiesstraße 7

fwa.zb@pro-juventa.de

Kindergruppe „Dreikäsehoch“ Voller Brunnen e.V.

Pädagogische Betreuung Ihrer Kinder unter drei Jahren übernehmen angestellte Fachkräfte des MGH in drei Gruppen.

Gruppe 1: Mo / Mi / Fr 8.05 bis 12.15 Uhr

Gruppe 2: Mo bis Fr 7.45 bis 12.45 Uhr

Gruppe 3: Di / Do 7.45 bis 12.45 Uhr

Eine Aufnahme ist bereits zwischen 12 und 18 Monaten möglich. Vormerkung für einen Platz erfolgt über AnKeR Reutlingen (Anlaufstelle für Kindertagesbetreuung in RT/Rathaus ☎ 303-5578 oder www.reutlingen.de/anker). Die Anmeldung und Platzvergabe erfolgt anschließend über unsere Einrichtung.

Informationen zu den einzelnen Gruppen erhalten Sie vormittags zu den Betreuungszeiten persönlich und unter ☎ 0157 / 32 46 58 35 oder über das Büro des MGH ☎ 514 97 80.



Abendtreff im MGH

Der Abendtreff ist aus der Idee heraus entstanden, dass es in unseren Stadtteilen wenig Orte gibt, die einladen, sich ganz unverbindlich bei einem Getränk zu treffen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Diese Möglichkeit haben Sie im MGH **jeden 3. Donnerstag im Monat ab 19 Uhr.**

Am **15. November** laden wir ein zu einer **Weinprobe mit einer Winzerin aus der Pfalz**, die uns professionell in die Geschmäcker und die Feinheiten ihrer Weine einführt. Im Dezember fällt der Abendtreff aus, geht aber im Januar 2019 - ausnahmsweise am 2. Donnerstag - mit dem traditionellen **Mutschelabend am 10. Januar ab 19 Uhr** weiter!

Silvester im MGH

Sie wissen noch nicht, wo Sie dieses Jahr Silvester feiern wollen? Oder Sie wissen es schon, würden dieses Jahr aber gerne mal was anderes erleben?

Dann scheuen Sie sich nicht, dieses Jahr das Mehrgenerationenhaus (MGH), Mittenachstr. 211 zu besuchen und mit vielen Menschen unserer Stadtteile zusammen ins Neue Jahr zu starten. **Das MGH ist ab 20 Uhr geöffnet, Getränke und Kleinigkeiten zu essen sind vorhanden, um Mitternacht gibt es noch eine „Mitternachtssuppe“, Musik zum Tanzen wird erklingen**, Fröhlichkeit und Geselligkeit bringen Sie mit, also was gibt es noch zu überlegen?

Der Eintritt ist frei, Essen und Getränke werden auf Spendenbasis ausgegeben!

Begegnungen beim Essen im MGH

Frühstück im „Café MEHR“:

Jeden Dienstag von 8.30 bis 11.30 Uhr!

Sie haben die Möglichkeit, bei einem leckeren Cappuccino oder auch „normalem“

Kaffee aus Fairtradekaffee und Imbiss (Backwaren der Bäckerei Berger) zu verweilen, um gemütlich den Tag zu beginnen oder ein Arbeitsfrühstück genüsslich zu gestalten!



Suppenküche:

Die Suppenküche ist ein ehrenamtlich geführtes Projekt, welches **jeden Montag von 12.30 bis 13.30 Uhr** stattfindet. Ehrenamtliche kochen eine leckere Suppe, die dann auf Spendenbasis an die Gäste ausgegeben wird.

Leider ist unser ehrenamtliches Team in den letzten beiden Jahren etwas geschrumpft. Deshalb suchen wir kochfreudige Menschen, die sich vorstellen können, etwa 1 bis 2 mal im Monat, unser MGH mit köstlichen Suppen und einem Nachtisch zu bereichern.

Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich einfach zu unseren Bürozeiten, Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr. Kommen Sie vorbei oder rufen an ☎ 07121/514 97 80 www.mgh-reutlingen.de www.katharinenkirche-reutlingen.de



Stadtteilcafé:

Hier können Sie sich mit hausgemachten Kuchen

verwöhnen lassen! **Jeden Mittwoch ist von 15 bis 17.30 Uhr** das Stadtteilcafé im Mehrgenerationenhaus geöffnet.

Sie können auch Ihr Geburtstagsfest im Stadtteilcafé feiern!



Angebote für Kinder im MGH

Kinderbrunch für Schulkinder

Ein Frühstück wird gemeinsam vorbereitet und zusammen genossen! Danach steht noch genügend Zeit auf dem Programm zum Spielen, Basteln, Geschichten hören, Tischkicken oder was Euch sonst noch einfällt.

Nächste Termine sind am **17. November und 19. Januar von 10 bis 13 Uhr**

Kostenbeitrag: 2 Euro; Anmeldung ☎ 31 04 51 Ursel Oettle-Wurst (Diakonin esjw) ursel.oettle-wurst@esjw.de

Kinderkino

Das nächste Kinderkino findet am 22. November im Mehrgenerationenhaus statt. Der Film steht noch nicht fest, wird aber über Flyer bekannt gegeben. Jeder und jede kann kommen. Voranmeldungen sind nicht nötig. Kosten fallen auch keine an.



72760 Reutlingen, Mittenachstraße 211

Info- und Geschäftsstelle:
Michaela Lipp, Carmen Schmitt

☎ (07121) 5 14 97 80

Fax (07121) 5 14 97 84 oder
buero@mgh-reutlingen.de

Bürozeiten: Montag bis Freitag 9 bis 12 Uhr
und nach Vereinbarung.

Sprechen Sie bitte auf den Anrufbeantworter!
Wir rufen zurück!

www.mgh-reutlingen.de

Folkloretänze



An den **Samstagen 10. 11., 8. 12. und 13. 1. 2019** von **15 bis 18 Uhr** im MGH, Mitternachtstr. 211 lädt Erika Erdmann auf leichte und beschwingte Art ein, sich tanzend im Kreis zu bewegen. Die Musik, sowie die Tänze kommen aus der ganzen Welt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Kontakt: Erika Erdmann ☎ 2 25 92

YOGA für Jeden

„YOGA beginnt immer mit dem ersten Schritt“. Yogavorkenntnisse sind nicht erforderlich. Eingeladen ist jeder der diese sanfte Art kennen lernen möchte. Matten sind vorhanden, Decke, Kissen und ein Getränk mitbringen. Nächster Termin:



17. November von 15 bis 17 Uhr!
Unkosten pro Termin: 15 Euro; Anmeldung unter ☎ 07121 / 284 64 60 oder katja.schultz-nisi@hotmail.com
Katharinenkirche ☎ 33 44 37.

SeniorInnengymnastik

Dienstags von 8.30 bis 9.30 Uhr und 9.30 Uhr bis 10.30 Uhr

Gezielte regelmäßige Bewegung ist Voraussetzung für die Erhaltung von Muskulatur und Gelenken, aber auch für die Funktion von Kreislauf, Atmung und Stoffwechsel. Wir trainieren mit der eigenen Körperkraft, aber auch mit Kleingeräten wie Ball, Stab, Thera-Band, Herz-Kreislaufübungen und Entspannungsübungen am Ende einer jeden Stunde gehören dazu.

Meike Herrmann (Dipl. Sportpädagogin) freut sich stets über neue TeilnehmerInnen.
Kosten: 45 Euro (10 x)
Informationen unter ☎ 5 14 97 80 oder meike.herrmann@web.de ☎ 67 78 83

BLICKWINKEL

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Krebs! Alter und Geschlecht spielen keine Rolle und Kinder können gerne mit dabei sein!

Bist Du auch jemand, der durch eine Krebsterapie gegangen ist oder noch mit den drin steckt?? Bist Du auch jemand, der nach vorne blickt oder gerne nach vorne blicken möchte? Bist Du auch jemand, der aus den Zitronen des Schicksals, nun versucht ist Limonade daraus zu machen?? Dann bist Du bei uns genau richtig!

Wir treffen uns jeden letzten Donnerstag im Monat im MGH, in der Mitternachtstr. 211, um 19 Uhr.

Kontakt unter: blickwinkel15@gmail.com

Bücherei der Katharinenkirche im MGH

Die Bücherei der Katharinenkirchengemeinde im Mehrgenerationenhaus Voller Brunnen, Mitternachtstr. 211 hat ab November einen zusätzlichen Vormittag geöffnet.

Und zwar immer **dienstags von 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr.**

Mittwochs hat die Bücherei wie gewohnt von 14.30 Uhr bis 19 Uhr geöffnet.

Schauen Sie vorbei und schauen Sie sich unsere neu gestaltete Bücherei an, unser Team freut sich auf Sie! Das Ausleihen der Bücher ist kostenlos

Jugendhaus Bastille

Das neue Gesicht hinter der Theke der Bastille



Wie jedes Jahr im September gibt es wieder ein neues Gesicht hinter der Theke der Bastille.

Mein Name ist Arlene Torosian, ich bin 18 Jahre jung und absolviere im Jugendhaus einen einjährigen Bundesfreiwilligendienst.

Bis Juli 2018 habe ich das Biotechnologische Gymnasium der Laura-Schradin-Schule besucht. Da ich in den letzten Jahren festgestellt habe, dass ich nicht in der naturwissenschaftlichen Richtung bleiben möchte, habe ich mich dazu entschieden, mich sozial zu engagieren.

Nach der Schule habe ich vier Wochen ehrenamtlich für RUF-Jugendreisen gearbeitet.

Hierbei waren das Reisen selbst und der Kontakt zu vielen jungen Menschen eine prägende Erfahrung für mich. Meine Aufgabe war es, Jugendliche in Frankreich und Spanien zu betreuen.

Nach diesem Monat war klar: Ich möchte mit Jugendlichen und Kindern arbeiten.

Die Arbeit im Jugendhaus bietet mir die Möglichkeit meine persönlichen Fertigkeiten und Stärken weiterzuentwickeln. Besonders gefällt mir der ständige Austausch mit anderen Menschen und meine Erfahrungen mit den Jugendlichen zu teilen.

Ich freue mich darauf, euch in der Bastille anzutreffen und blicke auf ein spannendes und ereignisreiches Jahr.

Bastille

Rommelsbacherstr. 21
72760 Reutlingen
Tel: 07121 / 33 86 31
info@jugendhaus-bastille.de
www.jugendhaus-bastille.de

Jugendwerk
Reutlingen
Gemeinnützige Stiftung

Öffnungszeiten:
Di und Mi: 16.00 – 21.00 Uhr
Fr: 14.00 – 21.00 Uhr
Sa: 14.00 – 19.00 Uhr
Weitere Zeiten siehe Homepage und Aushang