



Mehr  
Generationen  
Haus  
Miteinander – Würdevoll



# Februar 26



Mehrgenerationenhaus  
AWO Treff Bad Rodach



Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

Bad Rodach



# Allgemeines

---

## **Ansprechpartnerin:**

Nicole Voigt

Kirchgasse 4, 96476 Bad Rodach

Tel./WhatsApp: 09564 804844

Fax: 09564 804845

E-Mail: [treff-bad-rodach@awo-coburg.de](mailto:treff-bad-rodach@awo-coburg.de)

Internet: [www.awo-coburg.de](http://www.awo-coburg.de)



## **Öffnungszeiten:**

### **Montag bis Donnerstag**

08.30 – 12.30 Uhr & 13.00 – 18.00 Uhr

### **Freitag**

08.30 – 12.30 Uhr & 13.00 – 16.00 Uhr



Unseren Gästen stellen wir kostenlosen Internetzugang per W-LAN zur Verfügung.



**Folgen Sie uns auf Facebook!**

[www.facebook.com/AWO/Coburg](http://www.facebook.com/AWO/Coburg)



**Folgen Sie uns auf Instagram!**

<https://instagram.com/awokvcoburg?igshid=1bjm9abksy1ba>

Weitere Zuschussgeber: Stadt

Bad Rodach, Spender\*innen,

Glücksspirale, AWO





## Filmnachmittage – zum Abschluss der Saison

---

Das MGH AWO Treff lädt auch im Februar noch einmal herzlich zu zwei Filmnachmittagen für Seniorinnen und Senioren ein. Mit diesen beiden Terminen endet die Filmreihe dieser Saison. Im Herbst wird sie wieder fortgesetzt.

### **Mittwoch, 4. Februar, 14.30 Uhr - Gemeinsam kochen – gemeinsam neu beginnen**

Eine begabte Köchin muss ihr bisheriges Leben neu ordnen und landet unerwartet in einer großen Gemeinschaftsküche. Dort arbeitet sie mit jungen Menschen zusammen, die alle ihre eigenen Sorgen und Träume haben. Anfangs ist die Zusammenarbeit schwierig, doch mit der Zeit wachsen Vertrauen, Respekt und Zusammenhalt. Beim gemeinsamen Kochen lernen alle voneinander – und entdecken neue Chancen für ihr Leben. **Filmdauer: 93 Min.**



### **Mittwoch, 25. Februar, 14:30 Uhr - Eine Geschichte über Fantasie und Vertrauen**

Eine zurückhaltende Schriftstellerin reist nach Hollywood, um über die Verfilmung ihres berühmten Kinderbuchs zu entscheiden. Dabei prallen Erinnerungen, Gefühle und kreative Vorstellungen aufeinander. Eine warmherzige Geschichte über Fantasie, Vertrauen und die Kraft des Erzählens. **Filmdauer: 120 Min.**

**Der Eintritt ist frei, kleine Spenden sind willkommen. Für Getränke und Snacks ist gesorgt.**

# Gemeinsam essen – gesund versorgt bleiben

Der **Gemeinsame Mittagstisch** im Mehrgenerationenhaus AWO Treff Bad Rodach ist ein offenes Angebot, bei dem gemeinsames Essen, Begegnung und Austausch im Mittelpunkt stehen. Er findet ab sofort **dienstags und donnerstags um 12.00 Uhr** statt.



Die Mahlzeiten orientieren sich an den **IN FORM-Richtlinien der BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen)** und unterstützen eine ausgewogene, gesundheitsfördernde Ernährung im Alter.



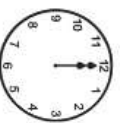
**Wer um 12.00 Uhr nicht vor Ort sein kann, hat die Möglichkeit, das Essen mit nach Hause zu nehmen.** So möchten wir auch im Alltag zu einer guten und regelmäßigen Ernährung beitragen.

Der Gemeinsame Mittagstisch versteht sich als **soziales Angebot** und ausdrücklich **nicht als Konkurrenz zur Gastronomie vor Ort**.

Damit wir gut planen können, bitten wir um **Anmeldung bis 12.00 Uhr am Vortag**. Tel/WhatsApp 09564 804844.

## Haftungsausschluss:

Die Teilnehmer\*innen handeln auf eigenes Risiko. Die AWO übernimmt keine Haftung für Garderobe, persönliche Gegenstände oder Wegeunfälle der Teilnehmer\*innen bzw. Kursleiter\*innen. Die Teilnehmer\*innen /Kursleiter\*innen haften für alle Schäden, die durch sie verursacht werden. Ansonsten haftet die AWO nur im Rahmen der gesetzlichen Vorschriften. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen. Bei den mit \*Sternvermerk gekennzeichneten Veranstaltungen tritt das AWO Mehrgenerationenhaus Bad Rodach nur als Vermittler auf und übernimmt keinerlei Haftung: \*Dieser Kurs richtet sich in den in §53 Nr. 1 und 2 AO definierten Personenkreis. Es handelt sich um eine geschlossene Veranstaltung. Wir freuen uns über eine Spende. \*\*Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem AWO Ortsverein Bad Rodach statt.



# gemeinsamer Mittagstisch



Anmeldung: Tel. / WhatsApp 09564 804844



Essen gern  
auch zum  
mitnehmen.

## Dienstag

## Donnerstag

Polnische Kohlrouladen,  
Gurkensalat

**Nährstoffe:**  
673 kcal, 63 g Kohlehydrate, 34 g Fett, 29 g Eiweiß

Frankfurter grüne Soße  
mit Eiern, Blattsalat

**Nährstoffe:**  
595 kcal, 39 g Kohlehydrate, 35 g Fett, 27 g Eiweiß

06. KW

03.02. + 5.02.

Seelachs, Lauchzwiebel-Apfel-Salat  
und Curryreis

**Nährstoffe:**  
652 kcal, 64 g Kohlehydrate, 21 g Fett, 43 g Eiweiß

Boeuf Stroganoff mit  
Bandnudeln, Apfelkompott

**Nährstoffe:**  
522 kcal, 68g Kohlehydrate, 19 g Fett, 21 g Eiweiß

07. KW

10.02. + 12.02.

**In den Winterferien hat die Cafeteria geschlossen.**  
In dieser Woche pausieren das gesunde Frühstück und der gemeinsame Mittagstisch.

08. KW

16.02. bis 20.02.

Zucchini-puffer  
mit Karottensalat

**Nährstoffe:**  
259 kcal, 21 g Kohlehydrate, 16 g Fett, 7 g Eiweiß

Gefüllte Paprikaschoten,  
Gurkensalat

**Nährstoffe:**  
580 kcal, 54 g Kohlehydrate, 35 g Fett, 22 g Eiweiß

09. KW

24.02. + 26.02.

# Reisebericht: Südengland

---

Das Mehrgenerationenhaus lädt am **Freitag, 27. Februar, um 17 Uhr** zu einem Reisevortrag über Südengland ein. **Nadine Jacob und Sebastian Schlichtkrull-Guse** erzählen in Wort und Bild von ihrer



Reise und nehmen die Besucherinnen und Besucher mit zu eindrucksvollen Landschaften, sehenswerten Orten und besonderen Momenten im Süden Englands. Die Veranstaltung findet im MGH AWO Treff Bad Rodach, Kirchgasse 4 statt. Der **Kostenbeitrag beträgt 2 Euro.**

Alle Interessierten sind herzlich willkommen.

## Gemeinsame Auszeit

---

Das Mehrgenerationenhaus (MGH) AWO-Treff und die Offene Ganztagsschule (OGS) an der Mittelschule Bad Rodach laden auch im Februar wieder zu einer „Gemeinsamen Auszeit“ ein. Ziel dieses Projekts ist es, Begegnungen zwischen Seniorinnen und Senioren sowie Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen und gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen.

### Die nächsten Termine und Veranstaltungsorte

**Dienstag, 03. Februar, 14:30 Uhr:**

Wir backen „Kalter Hund“, OGS (Grund- und Mittelschule)

**Dienstag, 24. Februar, 14:30 Uhr:**

Spielenachmittag, Seniorenzentrum Löwenquell



**Interessierte Seniorinnen und Senioren sind herzlich eingeladen!**

## Montag

- 09:00 Der gute Start in die Woche -  
gemeinsames Frühstück (mit Anmeldung)
- 09:00 Galileo-Vibroshaper und Hantel, Nicole Voigt
- 10:30 Malkreis
- 14:00 Ideenwerkstatt
- 16:00 Lesecub, Schloßplatz (Eingang Polizei),  
Anika Knottek-Eisenhardt & Birgit Katholing,  
**09. Feb. / 23. Feb.**
- 16:00 Eltern-Kind-Treff, Anika Knottek-Eisenhardt,  
**02. Feb.**
- 17:00 Frauen 2.0, Franziska Weiß, **09. Feb.**
- 19:30 offene Chorprobe, Sängervereinigung



## Dienstag

- 09:30 Krabbelgruppe
- 10:30 Familienberatung,  
Annette Schmidt, **03. Feb.**
- 12:00 Gemeinsamer Mittagstisch (mit Anmeldung)
- 13:00 Skat-Runde
- 14:30 Gemeinsame Auszeit – OGS / MGH,  
**03. Feb. / 24. Feb.**





# Regelmäßige Termine Februar

---

## *(Dienstag)*

- 16:00 Nähstübchen, Let's talk (nur mit Anmeldung)
- 16:00 Workshop Englisch for Runaways, Melissa Brachmann
- 17:00 Kochkurs für Männer, **03. Feb.**

## **Mittwoch**

- 08:45 Taiji am Morgen, Ursula Schachtebeck
- 09:00 Galileo-Vibroshaper und Hantel, Sieglinde Florschütz
- 10:00 FIT fürs Alter, Trude Pertsch
- 12:00 AWO-Clubnachmittag\*\*, Sieglinde Florschütz, **11. Feb.**
- 14:00 Sprechstunde Migrationsberatung, Agentur für Arbeit, Anke Beyer, **04. Feb.**
- 14.30 Filmnachmittag, **4. Feb. / 25. Feb.**
- 17:30 Line Dance\*, Einsteiger, Frank Geiger
- 18:00 Line Dance\*, Fortgeschrittene, Frank Geiger





# Regelmäßige Termine Februar

---

## Donnerstag

- 10:00 Formularberatung, Beatrix Geppert-Kosuch,  
mit vorheriger Anmeldung, **05. Feb.**
- 10:30 Familienberatung,  
Annette Schmidt, **19. Feb.**
- 12:00 gemeinsamer Mittagstisch (mit Anmeldung)
- 12:45 Gedächtnistraining, Sigrid Weikart &  
Lieselotte Moser
- 13:45 Sitztanz\*, Katja Brückner & Andrea Emmrich
- 14:00 Bogenschießen im Waldbad,  
Bernd Lutter & Gabi Armann, 14-tägig
- 14:30 Gleichgewichts – und Sicherheitstraining,  
14-tägig, Birgit Katholing  
Roßfeld, Alte Schule, **Start: 05. Feb.**  
Heldritt, Gemeindezentrum, **Start: 12. Feb.**
- 14:45 Singkreis\*, Sieglinde Duttler, Joachim Young,  
**19. Feb.**
- 15:00 Spiele am Nachmittag
- 16:00 Gesprächskreis pflegende Angehörige,  
Kristin Herbst-Gall, **12. Feb.**
- 19:30 offene Gitarrengruppe „Saitensprung“

Diakonie   
Coburg



**WhatsApp-Kanal des MGH AWO Treff Bad Rodach**

Einfach den QR-Code scannen und dem Kanal folgen  
– ganz ohne Chatverpflichtung!

Bleiben Sie informiert – schnell, direkt und  
kostenlos.

## Freitag

09:00 Galileo-Vibroshaper und Hantel, Birgit Katholing

10:00 Englisch, Volker Gundel & Gabi Möbes

14:00 Philosophie – Café, **06. Feb. / 20. Feb.**

14:00 Dart

### Häusliche Hilfen in Bad Rodach:

arbeiten mit Ihnen in der Wohnung, machen gemeinsam mit Ihnen Besorgungen und Einkäufe, begleiten zum Arzt und zur Apotheke, reden mit Ihnen und hören zu, kümmern sich um Ihr leibliches Wohl, gehen mit Ihnen spazieren, üben mit Ihnen, wieder sicherer beim Gehen zu werden und vieles mehr.

Die Kosten liegen einheitlich bei **11,00 € / Stunde** und 0,30 € / km für anfallende Fahrtkosten.

**Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, wenn Sie als älterer Mensch Hilfe brauchen. Wir helfen auch in Krisen:**

Katja Brückner                      Tel. (0176) 922 929 08

Claudia Dalke                      Tel. (09564) 1607

Bettina Henseler                      Tel. (09564) 805 887

Manuela Rottenbach                      Tel. (03685) 704 193

(nur) Einkaufsservice:

Sigrid Bernhardt                      Tel. (0175) 843 26 27

Antonia Müllner                      Tel. (0151) 521 052 46

# Übersicht /Unkostenbeiträge

Angebot MGH AWO-Treff Bad Rodach	Tag	Uhrzeit	Beitrag
AWO- Clubnachmittag**	2. Mi/Monat	14:30 Uhr	./.
Betreuer Mittagstisch: (frisch gekocht)	Mo + Do	12:00 Uhr	4,00 € bis 6,50 €
Boccia / Dart	Fr	14:00 Uhr	1,50 €
Bogenschießen	Do 14-tägig	14:00 Uhr	2,50 €
Digital Buddies	variabel	nach Absprache	./.
Englisch	Fr	10:00 Uhr	2,50 €
Eltern-Kind-Treff	Mo	16:30 Uhr	1,50 €
Fit fürs Alter	Mi	10:00 Uhr	1,50 €
Formularberatung	1. Do/Monat	10:00 Uhr	./.
Galileo-Vibroshaper / Hantel	Mo, Mi, Fr	09:00 Uhr	1,50 €
Gedächtnistraining	Do	12:45 Uhr	1,50 €
Gemeinsames Frühstück	Mo	09:00 Uhr	je nach Verbrauch
Gesprächskreis	2. Do/Monat	16.00 Uhr	2,50 €
pflegende Angehörige			
<b>Häusliche Hilfen</b>	<b>nach Absprache</b>	<b>11,00 €/ Stunde</b>	<b>Aufwandsentschädigung</b>
Ideenwerkstatt	Mo	14:00 Uhr	1,50 €
Kochkurs für Männer	Di 14- tägig	17:00 Uhr	10,00 – 15,00 €
Krabbelgruppe	Di	09:30 Uhr	1,50 €
Line Dance* Einsteiger	Mi	17:30 Uhr	Spende
Line Dance*	Mi	18:00 Uhr	Spende
Fortgeschrittene			
Malkreis	Mo	10:30 Uhr	1,50 €
<b>offener Treff mit Beratungen</b>	<b>Mo-Fr</b>	<b>08:30 – 16:45 Uhr</b>	<b>./.</b>
<b>/Information</b>			
Philosophie-Café	Fr 14-tägig	14:00 Uhr	1,50 €
Singkreis*	3. Do/Monat	14:45 Uhr	Spende
Sitztanzt*	Do	13:30 Uhr	Spende
Skat-Runde	Di	14:00 Uhr	1,50 €
Spiele am Nachmittag	Mi	15:00 Uhr	1,50 €
<b>Sprechstunde</b>	<b>1. Di</b>	<b>10:30 – 14:30</b>	<b>./.</b>
<b>Erziehungsberatung</b>	<b>3. Mo</b>	<b>13:30 – 16:00</b>	<b>./.</b>
<b>Sprechstunde</b>	<b>Do</b>	<b>13:00 – 16:00</b>	<b>./.</b>
<b>Pflegestützpunkt</b>			
Taiji am Morgen	Mi	08:45 Uhr	1,50 €
Vorträge/Workshops	monatlich		2,00 €



Wollen Sie ein Auto finanzieren,  
ein Haus bauen oder suchen,  
Ihre Familie und Eigentum  
absichern oder Ihr Geld  
bestmöglich anlegen?  
Mit uns verwirklichen Sie  
Ihre Wünsche und Ziele!  
[www.sparkasse-co-lif.de](http://www.sparkasse-co-lif.de)

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse  
Coburg - Lichtenfels