



Mehr Generationen Haus
Miteinander - Klümpchen



April 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

Internet: 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



Folgen Sie uns auf Instagram!

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

Weitere Zuschussgeber: Stadt
Bad Rodach, Spender*innen,
Glücksspirale, AWO



April 2026



Osterfrühstück im MGH AWO Treff



Wir laden Sie herzlich ein, bei einem kleinen Osterfrühstück ein paar schöne Stunden in gemütlicher Runde im Mehrgenerationenhaus zu verbringen.

Donnerstag, 2. April, Beginn: 9:30 Uhr
MGH AWO-Treff, Kirchgasse 4

☎ Anmeldung unter 09564 80 48 44
✉ treff-bad-rodach@awo-coburg.de

kleiner Unkostenbeitrag

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Erlebnistanz für Senioren - Workshop -



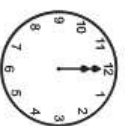
Anlässlich des Welttages des Tanzes bietet Andrea Emmrich einen offenen Workshop zum Erlebnistanz an.

Erlebnistanz ist eine einfache Form des Tanzens in der Gruppe. Mit leichten Schrittfolgen und beschwingter Musik stehen Freude an der Bewegung, Gemeinschaft und das aktive Mitmachen im Mittelpunkt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Eingeladen sind alle Seniorinnen und Senioren, die neugierig sind und den Erlebnistanz gerne einmal kennenlernen oder wieder ausprobieren möchten.

Freitag, 24. April, 14:00 – 15:30 Uhr, MGH AWO Treff

Herzliche Einladung zum Mitmachen!



gemeinsamer Mittagstisch



Anmeldung: Tel. / WhatsApp 09564 804844



Essen gern
auch zum
mitnehmen.

Dienstag

Nudeln Bolognese

Nährstoffe pro Portion:
475kcal, 27g Eiweiß, 12g Fett, 60 g Kohlenhydrate ,

Donnerstag

Kartoffeln mit Spinat und Röhrei

Nährstoffe pro Portion:
425 kcal, 23 g Eiweiß, 14 g Fett, 50 g Kohlenhydrate

14. KW

31.03. + 02.04.

15. KW

07.04. + 09.04.

Hähnchenfilet mit Erbsenreis & Currysoße

Nährstoffe pro Portion:
500 kcal, 37g Eiweiß, 12 g Fett, 55g Kohlenhydrate

Nudeln mit Lachs-Sahne-Soße

Nährstoffe pro Portion:
600 kcal, 27g Eiweiß, 25 g Fett, 60 g Kohlenhydrate

16. KW

14.04. bis 16.04.

Ofenkartoffeln mit Ratatouille &
Kräuterdipp

Nährstoffe pro Portion:
440 kcal, 15 g Eiweiß, 13g Fett, 65g Kohlenhydrate

Puten-Geschnetzelles mit Reis & Brokkoli

Nährstoffe pro Portion:
500 kcal, 37 g Eiweiß, 12 g Fett, 55 g Kohlenhydrate

17. KW

21.04. + 23.04.

Kaiserschmarrn mit Apfelkompott

Nährstoffe pro Portion:
500 kcal, 17 g Eiweiß, 12 g Fett, 80g Kohlenhydrate

Semmelknödel mit Rahmchampignons,
Salat

Nährstoffe pro Portion:
550 kcal, 20 g Eiweiß, 20 g Fett, 70g Kohlenhydrate

18. KW

28.04. + 30.04.

Fischfilet mit Reis und Gemüse

Nährstoffe pro Portion:
450 kcal, 32 g Eiweiß, 10 g Fett, 55g Kohlenhydrate

Krautwickel mit Kartoffelpüree

Nährstoffe pro Portion:
500 kcal, 22 g Eiweiß, 20 g Fett, 70 g Kohlenhydrate

Digital in die Zukunft mit Tablet und Smartphone MuT – Medien und Technik im Alter

Für Bürgerinnen und Bürger **ab 60 Jahren aus Roßfeld, Rudelsdorf und Lempertshausen** startet eine Schulungsreihe zum Umgang mit **Smartphone und Tablet**.

Der Grundkurs umfasst **zwölf Termine** und wird von **Multiplikator Leo Tusche** durchgeführt. Jeder Termin dauert **90 Minuten**. Im Kurs werden grundlegende Themen rund um Smartphone und Tablet behandelt, darunter das Kennenlernen des Geräts und der App „**Starthilfe**“, die Nutzung von **WhatsApp, Sicherheit im Internet, Google Maps**, Mobilitäts-Apps wie **Wohin-du-willst-App** und **DB-App** sowie das **Schreiben von E-Mails**.

Die flächendeckende MuT-Initiative des Landkreises Coburg wird vom Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales gefördert und ist für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer **kostenlos**.



Kursinformationen

Beginn: Donnerstag, 16. April

Uhrzeit: 9.30 bis 11.00 Uhr

Ort: Alte Schule, Am Eulhack 3, Roßfeld

Leitung: Leo Tusche

Anmeldung und weitere Informationen:

Telefon oder WhatsApp: 09564 804844,

E-Mail: treff-bad-rodach@awo-coburg.de

Quizrunde „Wer wird Millionär?“ – Ehrenamtliche gesucht

Das Mehrgenerationenhaus plant ein neues Angebot. Gespielt werden soll das bekannte Quiz „**Wer wird Millionär?**“ **auf der Nintendo Switch.**

Dafür suchen wir eine **ehrenamtliche Person**, die gelegentlich mit einer kleinen Seniorengruppe rätselt und das Spiel begleitet. Schön wäre es, wenn Sie sich **ein wenig mit der Nintendo Switch auskennen.**



Das Ganze soll **ab und zu, ganz entspannt und ohne Stress** stattfinden – im Vordergrund stehen der gemeinsame Spaß und die Begegnung.

Infos unter **Telefon oder 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.

Regelmäßige Termine April

Montag

- 09:00 Der gute Start in die Woche -
gemeinsames Frühstück (mit Anmeldung)
- 09:00 Galileo-Vibroshaper und Hantel, Nicole Voigt
- 10:30 Malkreis
- 13:30 Familienberatung,
Annette Schmidt, **20. April**
- 14:00 Ideenwerkstatt
- 16:00 Leseclub, Schloßplatz (Eingang Polizei),
Anika Knottek-Eisenhardt & Birgit Katholing,
20. April
- 16:00 Eltern-Kind-Treff, Anika Knottek-Eisenhardt,
13. April / 27. April
- 19:30 offene Chorprobe, Sängervereinigung

Diakonie 
Coburg



Dienstag

- 09:30 Krabbelgruppe
- 10:30 Familienberatung,
Annette Schmidt, **07. April**
- 12:00 Gemeinsamer Mittagstisch (mit Anmeldung)
- 13:00 Skat-Runde

Diakonie 
Coburg

Regelmäßige Termine April

(Dienstag)

- 14:30 Gemeinsame Auszeit – MGH, OGS
(nicht in den bayer. Schulferien)
- 16:00 Nähstübchen, Let's talk (nur mit Anmeldung)
- 17:00 Koch & Plausch, **21. April**
- 17:00 Kochkurs für Männer, **14. April / 28. April**

Mittwoch

- 08:45 Taiji am Morgen, Ursula Schachtebeck
- 09:00 Galileo-Vibroshaper und Hantel,
Sieglinde Florschütz
- 10:00 FIT fürs Alter, Trude Pertsch
- 14:30 AWO-Clubnachmittag**, Sieglinde Florschütz,
08. April
- 14:00 Sprechstunde Migrationsberatung,
Agentur für Arbeit, Anke Beyer, **01. April**
- 17:30 Line Dance*, Einsteiger, Frank Geiger
- 18:00 Line Dance*, Fortgeschrittene, Frank Geiger



#passtzudeinemleben

Suchst Du einen Job, der zu Dir passt?
→ www.awo-jobs-omf.de



in Ober- und
Mittelfranken

Regelmäßige Termine April

Donnerstag

- 09:30 Digital in die Zukunft MuT, Roßfeld, Leo Tusche
ab 16. April
- 10:00 Formularberatung, Beatrix Geppert-Kosuch,
mit vorheriger Anmeldung, **02. April**
- 12:00 gemeinsamer Mittagstisch (mit Anmeldung)
- 12:45 Gedächtnistraining, Siegrid Weikart &
Lieselotte Moser
- 13:00 Beratung Pflegestützpunkt,
Alexandra Otto - Freitag
- 13:45 Sitztanz*, Katja Brückner & Andrea Emmrich
- 14:00 Bogenschießen im Waldbad,
Bernd Lutter & Gabi Armann, **09. April / 23. April**
- 14:30 Gleichgewichts – und Sicherheitstraining,
14-tägig, Birgit Katholing
Roßfeld, Alte Schule & Heldritt, Gemeindezentrum
- 14:45 Singkreis*, Sieglinde Duttler, Joachim Young,
16. April
- 15:00 Spiele am Nachmittag
- 19:30 offene Gitarrengruppe „Saitensprung“



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.

Regelmäßige Termine April

Freitag

09:00 Galileo-Vibroshaper und Hantel, Birgit Katholing

10:00 Englisch, Volker Gundel & Gabi Möbes

14:00 Philosophie – Café, **17. April**

14:00 Teffpunkt: 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

Ghislaine J. Francisco Tel. (01520) 276 16 34

Bettina Henseler Tel. (0162) 171 70 46

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-	Tag	Uhrzeit	Beitrag
Treff Bad Rodach			
AWO- Clubnachmittag**	2. Mi/Monat	14:30 Uhr	./.
Betreuer Mittagstisch: (frisch gekocht)	Di + 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 pflegende Angehörige	2. Do/Monat	16.00 Uhr	2,50 €
Häusliche Hilfen	nach	11,00 €/ Stunde	
	Absprache	Aufwandsentschädigung	
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 €
offener Treff mit			
Beratungen	Mo-Fr	08:30 – 16:45 Uhr	./.
/Information			
Philosophie-Café	Fr 14-tägig	14:00 Uhr	1,50 €
Singkreis*	3. Do/Monat	14:45 Uhr	Spende
Sitztanz*	Do	13:30 Uhr	Spende
Skat-Runde	Di	13:00 Uhr	1,50 €
Spiele am Nachmittag	Mi	15:00 Uhr	1,50 €
Sprechstunde	1. Di	10:30 – 14:30	./.
Erziehungsberatung	3. Mo	13:30 – 16:00	./.
Sprechstunde	Do	13:00 – 16:00	./.
Pflegestützpunkt			
Taiji am Morgen	Mi	08:45 Uhr	1,50 €
Vorträge/Workshops	monatlich		2,00 €



Gut beraten in allen Finanzsituationen.

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

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Coburg - Lichtenfels