



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



September 26



Mehrgenerationenhaus
AWO Treff Bad Rodach



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

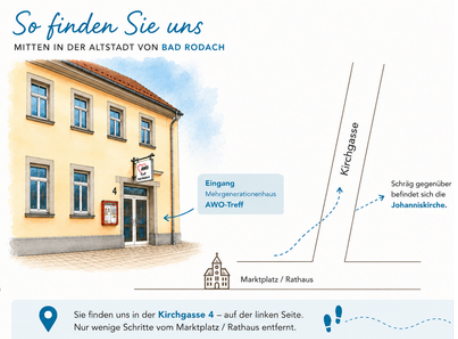


Allgemeines

Ansprechpartnerin

Nicole Voigt

-  Kirchgasse 4, 96476 Bad Rodach
-  Tel. 09564 804844
-  WhatsApp: 09564 804844
-  Fax: 09564 804845
-  E-Mail: treff-bad-rodach@awo-coburg.de
-  Internet: www.awo-coburg.de



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

 Folgen Sie uns auf Facebook facebook.com/AWOKVCoburg

 Folgen Sie uns auf Instagram instagram.com/awokvcoburg

Weitere Zuschussgeber:

Stadt Bad Rodach, Spender*innen, Glücksspirale, AWO



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.

Neuigkeiten im September

Informationsnachmittag mit dem Hospizverein Coburg e. V.

Mittwoch, 9. September | 14.30 Uhr

Im Rahmen des AWO-Clubnachmittags stellt sich der Hospizverein Coburg e. V. vor. Sterben, Abschiednehmen und Trauer gehören zum Leben – und dennoch fällt es vielen Menschen schwer, darüber zu sprechen.

Erfahren Sie mehr über die ambulante Hospizbegleitung schwerkranker und sterbender Menschen, die Unterstützung ihrer Angehörigen sowie die wertvolle Arbeit der ehrenamtlichen Hospizbegleiterinnen und Hospizbegleiter. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Der Vortrag ist kostenlos. Auch Gäste, die den **AWO-Clubnachmittag** kennenlernen möchten, sind herzlich willkommen.



Neues Angebot: Stuhl-Yoga mit Anika Saliger

Ab Donnerstag, 17. September | 10 bis 11 Uhr

Stuhl-Yoga ist eine sanfte Form des Yoga, die Beweglichkeit, Kraft, Gleichgewicht und Koordination auf schonende Weise fördert. Die Übungen finden überwiegend im Sitzen statt und werden durch bewusste Atemübungen sowie kleine Entspannungseinheiten ergänzt.

Kursleiterin Anika Saliger ist ausgebildete Yogalehrerin und gestaltet die Stunden achtsam, abwechslungsreich und für alle gut zugänglich. Das Angebot richtet sich an alle, die sich gerne bewegen und etwas für ihr Wohlbefinden tun möchten – unabhängig von Alter oder körperlichen Voraussetzungen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Kosten: 3 Euro.



Neuigkeiten im September

Digital in die Zukunft mit Tablet und Smartphone



Für Bürgerinnen und Bürger **ab 60 Jahren aus Bad Rodach**, starten zwei weitere Schulungsreihen zum Umgang mit **Smartphone und Tablet**.

Mit dem Projekt **MuT – Medien und Technik** unterstützt der Landkreis Coburg Menschen dabei, den sicheren Umgang mit Smartphone, Tablet und digitalen Medien zu erlernen. In kleinen Gruppen werden die wichtigsten Grundlagen verständlich erklärt. Gleichzeitig bleibt genügend Zeit für individuelle Fragen und praktische Übungen.



Jeder Termin teilt sich in eine Schulungseinheit (45 Minuten) und in eine offene Fragerunde (45 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.

*** Roßfeld (Alte Schule): ab 24. September | 9.30 Uhr - 11.00 Uhr**

*** MGH AWO Treff Bad Rodach: ab 5. Oktober | 16.00 Uhr - 17.30 Uhr**

Die Kurse werden von Gerd Oeckler (v.l.) und Leo Tusche geleitet.
Die Teilnahme ist kostenlos. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.
Weitere Informationen und Anmeldungen erhalten Sie im MGH AWO Treff.

Bundesweite Woche der Demenz 2026

Vortrag: „Vergesslich – oder schon dement?“

Montag, 21. September | 18.00 Uhr

Jagdschloss – Haus des Gastes, Festsaal

Vergesslichkeit gehört manchmal zum Alltag.

Doch wann steckt mehr dahinter?

Monika Hammerla-Claassen, Fachpflegekraft für Gerontopsychiatrie und geriatrische Rehabilitation sowie Autorin des Fachbuches *Der Alltag mit demenzerkrankten Menschen*, informiert verständlich und lebensnah über Warnzeichen, verschiedene Demenzformen, Möglichkeiten der Vorbeugung und den Umgang mit Betroffenen.



Der Vortrag richtet sich an Betroffene, Angehörige und alle Interessierten.

Der Eintritt ist frei.



Demenz-Screening-Tag im MGH AWO Treff

mit Monika Hammerla-Claassen.

Dienstag, 22. September | 10.00 bis 16.30 Uhr

Interessierte haben die Möglichkeit, ihr Gedächtnis im Rahmen eines professionellen Screenings überprüfen zu lassen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.



Filmnachmittag

Mittwoch, 23. September | 14.30 Uhr

Zum Abschluss der Woche der Demenz zeigen wir im Mehrgenerationenhaus AWO Treff einen einfühlsamen deutschen Spielfilm über das Leben mit Demenz, familiäre Beziehungen und die Kraft menschlicher Nähe. Der Film dauert etwa zwei Stunden einschließlich einer kurzen Pause.



gemeinsamer Mittagstisch



Anmeldung bis 12 Uhr am Vortag: Tel. / WhatsApp 09564 80 48 44



Essen gern
auch zum
Mitnehmen.

Dienstag

Donnerstag

36. KW

1.9 + 3.9.

Semmelknödel mit Waldpilzen,
Beilagensalat

Nährstoffe pro Portion:

600 kcal · 18 g Eiweiß · 21 g Fett · 80 g Kohlehydrate

Kohlrouladen mit Stampf,
Kümmelsoße und Beilagensalat

Nährstoffe pro Portion:

650 kcal · 32 g Eiweiß · 24 g Fett · 65 g Kohlehydrate

37. KW

8.9. + 10.9.


Cevapcici mit Djuvec-Reis und Tzatziki,
Quarkdessert

Nährstoffe pro Portion:

650 kcal · 34 g Eiweiß · 26 g Fett · 57 g Kohlehydrate

Käsespätzle mit Röstzwiebeln und
grünem Salat

Nährstoffe pro Portion:

680 kcal · 26 g Eiweiß · 30 g Fett · 70 g Kohlehydrate

38. KW

15.9. + 17.9.

geback. Fischfilet, Petersilienkartoffeln,
Karottengemüse, Beilagensalat

Nährstoffe pro Portion:

670 kcal · 31 g Eiweiß · 28 g Fett · 60 g Kohlehydrate

Schaschliktopf mit Reis, buntem
Gemüse und Fruchtjoghurt

Nährstoffe pro Portion:

680 kcal · 33 g Eiweiß · 20 g Fett · 80 g Kohlehydrate

39. KW

22.9. + 24.9.

Putengeschnetzeltes, Spätzle, Brokkoli,
Joghurt-Dessert

Nährstoffe pro Portion:

700 kcal · 42 g Eiweiß · 20 g Fett · 70 g Kohlehydrate

Gemüseauflauf mit Tomatensoße,
Beilagensalat

Nährstoffe pro Portion:

550 kcal · 20 g Eiweiß · 18 g Fett · 60 g Kohlehydrate

40. KW

29.9. + 1.10.

Kürbiscremesuppe mit Vollkornbaguette,
Quarkdessert

Nährstoffe pro Portion:

580 kcal · 22 g Eiweiß · 16 g Fett · 75 g Kohlehydrate

Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen,
Quarkdessert

Nährstoffe pro Portion:

620 kcal · 28 g Eiweiß · 22 g Fett · 65 g Kohlehydrate

Termine September

Montag

08:30 Galileo-Vibroshaper und Hantel, Nicole Voigt

09:00 Der gute Start in die Woche -
gemeinsames Frühstück (mit Anmeldung)

10:30 Malkreis

13:30 Familienberatung, Annette Schmidt, **21. Sept.**

14:00 Ideenwerkstatt

14:00 Galileo-Vibroshaper u. Hantel, Birgit Katholing

16:00 Leseclub, Schloßplatz 1, Anika Knottek-Eisenhardt &
Birgit Katholing, **21. Sept.**

Diakonie 
Coburg

Leseclubs


16:00 Eltern-Kind-Treff, Anika Knottek-Eisenhardt, **28. Sept.**

16:30 Frauen 2.0., Franziska Weiß, **7. Sept.**

19:30 offene Chorprobe, Sängervereinigung



Vortrag

„Vergesslich – oder schon dement?“

Monika Hammerla-Claassen



Montag, 21. September, 18:00 Uhr



Jagdschloss – Haus des Gastes, Festsaal

Termine September

Dienstag

09:30 Krabbelgruppe

09:30 Gemeinsamer Mittagstisch (mit Anmeldung)

13:00 Skat-Runde

16:00 Nähstübchen, Let's talk (nur mit Anmeldung)

17:00 Koch & Plausch, **8. Sept.**

17:00 Kochkurs für Männer, **15. / 29. Sept.**



Demenz- Screening-Tag

Monika Hammerla-Claassen



22.Sept., 10:00 - 16:30 Uhr



MGH AWO Treff



Tel. 09564 804844

Mittwoch

08:30 Galileo-Vibroshaper und Hantel, Sieglinde Florschütz

08:45 Taiji am Morgen, Ursula Schachtebeck

10:00 FIT fürs Alter, Trude Pertsch

14:00 Außensprechstunde Agentur für Arbeit,
Migrationsberatung, Anke Beyer, **2. Sept.**



14:30 AWO-Clubnachmittag**, Sieglinde Florschütz,
Vortrag Hospizverein, 9. Sept.



17:30 Line Dance* - Einsteiger, Frank Geiger

18:30 Line Dance* - Fortgeschrittene, Frank Geiger



Filmnachmittag

Dauer: ca. 120 min, inkl. Pause



23.Sept., 14:30 Uhr



MGH AWO Treff

Termine September

Donnerstag

09:30 Digital in die Zukunft, MuT- Schulung und Frage-
runde , Alte Schule Roßfeld, Leo Tusche, **ab 24. Sept.**



10:00 Formularberatung, Beatrix Geppert-Kosuch, **3. Sept.**
nur nach vorheriger Anmeldung

10:00 Stuhl-Yoga, Anika Saliger, **ab 17. Sept.**

12:00 gemeinsamer Mittagstisch (mit Anmeldung)

12:00 Außensprechstag Pflegestützpunkt Coburg,
Alexandra Otto Freitag



12:45 Gehirnjogging statt Mittagstief, Siegrid Weikard

13:45 Sitztanz*, Katja Brückner & Andrea Emmrich

14:00 Bogenschießen im Waldbad, Gabi Armann,
Bernd Lutter, **10. / 24. Sept.**

14:30 Gleichgewichts- und Sicherheitstraining, 14-tägig,
Birgit Katholing, Christopher Wundsam
Roßfeld, Alte Schule, **10. / 24. Sept.**
Heldritt, Gemeindezentrum, **3. / 17. Sept.**



14:45 Singkreis*, Sieglinde Duttler, Joachim Young, **17. Sept.**

15:00 Spiele am Nachmittag

16:00 Gesprächskreis für pflegende Angehörige,
Kristin Herbst-Gall, **10. Sept.**



19:30 offene Gitarrengruppe „Saitensprung“

Termine September

Freitag

09:00 Galileo-Vibroshaper und Hantel, Nicole Voigt

10:00 Englisch, Volker Gundel & Gabi Möbes,

14:00 Philosophie-Café, **4. / 18. Sept.**

14:00 Boccia im Wallgraben

14:30 Frauen 2.0., Franziska Weiß, **11. Sept.**



Häusliche Hilfen in Bad Rodach

Unterstützung im Alltag – zuverlässig und persönlich

- Einkaufen und Besorgungen
- Arzt- und Apothekenbegleitungen
- Gemeinsame Spaziergänge und Gespräche
- Unterstützung im Haushalt
- Gemeinsamer Mittagstisch - Teilnahme im MGH, Abholung nach Vereinbarung sowie Unterstützung, wenn ein Besuch nicht möglich ist
- Entlastung im Alltag



Kosten: 12,00 € / Stunde zzgl. 0,40 € / km Fahrtkosten

Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner

Häusliche Hilfen

Katja Brückner · (0176) 922 929 08
Claudia Dalke · (09564) 1607
Bettina Henseler · (0162) 171 70 46
Manuela Rottenbach · (03685) 704 193
Christopher Wundsam · (01520) 798 52 69

Einkaufsservice / Mittagstisch

Sigrid Bernhardt · (0175) 843 26 27

Ghislaine Francisco · (01520) 276 16 34

Antonia Müllner · (0151) 521 052 46

Übersicht / Kostenbeiträge

Veranstaltung	Tag	Uhrzeit	Kostenbeitrag
Begegnung & Gemeinschaft			
Gemeinsames Frühstück	Mo	09:00 Uhr	nach Verbrauch
Gemeinsamer Mittagstisch	Di + Do	12:00 Uhr	4,00 - 6, 50 €
Skat-Runde	Di	13:00 Uhr	1,50 €
Nähstübchen (mit Anmeldung)	Di	16:00 Uhr	1,50 €
Kochkurs für Männer	Di (14-tägig)	17:00 Uhr	10,00 - 15,00 €
Koch & Plausch	2. Di im Monat	17:00 Uhr	10,00 - 15,00 €
AWO - Clubnachmittag**	2. Mi im Monat	14:30 Uhr	Spende
Spiele am Nachmittag	Do	15:00 Uhr	1,50 €
Philosophie-Café	Fr (14-tägig)	14:00 Uhr	1,50 €
Gesundheit & Bewegung			
Galileo-Vibroshaper / Hantel	Mo, Mi, Fr	09:00 Uhr	1,50 €
Taiji am Morgen	Mi	08:45 Uhr	1,50 €
Fit fürs Alter	Mi	10:00 Uhr	1,50 €
Line Dance Einsteiger*	Mi	17:30 Uhr	Spende
Line Dance Fortgeschrittene*	Mi	18.30 Uhr	Spende
Stuhl-Yoga (neu)	Do	10:00 Uhr	3,00 €
Sitztanz*	Do	13:30 Uhr	Spende
Gehirnjogging statt Mittagstief	Do	12:45 Uhr	1,50 €
Bogenschießen	Do (14-tägig)	14:00 Uhr	1,50 €
Boccia /Dart	Fr	14:00 Uhr	1,50 €
Familie & Generationen			
Eltern-Kind-Treff ¹	Mo (14-tägig)	16:00 Uhr	1,50 €
Lesecub ¹	Mo (14-tägig)	16:00 Uhr	kostenlos
Gemeinsame Auszeit (OGS & MGH) ¹	Di	14:30 Uhr	kostenlos
Krabbelgruppe	Di	09:30 Uhr	1,50 €
¹ außer in den bayerischen Ferien			kostenlos
Bildung, Kreativität & Kultur			
Malkreis	Mo	10:30 Uhr	1,50 €
Ideenwerkstatt	Mo	14:00 Uhr	1,50 €
Singkreis*	3. Do im Monat	14:45 Uhr	Spende
Vorträge / Workshops	nach Ankündigung	nach Ankündigung	2,00 €
Englisch	Fr	10:00 Uhr	2,50 €
Beratung & Unterstützung			
Offener Treff mit Beratung & Information	Mo - Fr	08:30 Uhr - 16:00 Uhr	kostenlos
Familien- u. Erziehungsberatung	1. Di im Monat & 3. Mo im Monat	10:30 Uhr - 14:30 Uhr 13:30 Uhr - 16:00 Uhr	kostenlos kostenlos
Pflegestützpunkt	Do	13:00 Uhr - 16:00 Uhr	kostenlos
Formularberatung (mit Anmeldung)	1. Do im Monat	10:00 Uhr	kostenlos
Gesprächskreis pflegende Angehörige	2. Do im Monat	10:00 Uhr	kostenlos
Digital Buddies	nach Absprache	nach Absprache	kostenlos
Häusliche Hilfen	nach Absprache	nach Absprache	12,00 €/Std. + 0,40 €/km



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**