



MEHRGENERATIONENHAUS RAHLENTREFF



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander - Füreinander

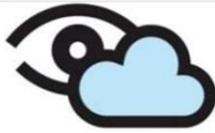
Stadt
Ravensburg



Stiftung
Liebenau 

**Herzliche Einladung zum
Mittwochscafé und Vortrag
am Mittwoch, 30. April um 14.30 Uhr
im neuen Rahlentreff (Absenreuterweg 24/2- gegenüber Feneberg)**

Rat und Hilfe bei Sehverlust



Blickpunkt Auge

Rat und Hilfe bei Sehverlust

Ein Angebot des BSV Württemberg



Das Beratungsangebot von „Blickpunkt Auge“ richtet sich in erster Linie an Augenpatienten, die Information, Beratung, Orientierung und Unterstützung suchen.

Außerdem ist es ein Anliegen, die Öffentlichkeit über die Probleme von Menschen mit erworbener Sehbeeinträchtigung zu informieren und für deren besondere Belange zu sensibilisieren.

Der Referent K. Peters, selbst Betroffener, wird dieses Beratungsangebot vorstellen und genügend Zeit mitbringen, um Ihre Fragen zu beantworten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch:

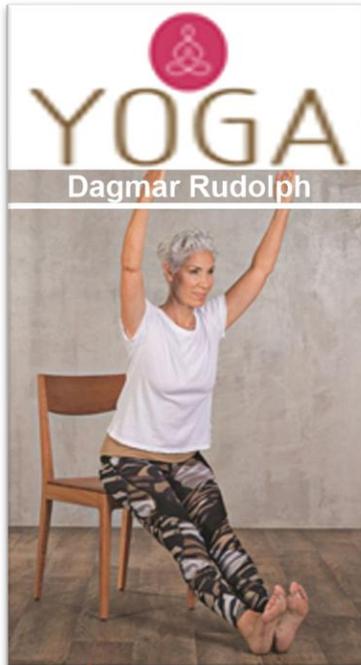
Mehrgenerationenhaus Rahlentreff, Harald Enderle Tel.: 0751 / 35 90 188 -10

E-Mail: mgh.rv-rahlentreff@stiftung-liebenau.de



Elke Bach, Gudrun Hofner, Irene Miehle, Helga Stehle und Marianne Wiechmann
Kontakt: Mehr generationenhaus Rahlentreff, Harald Enderle Tel.: 0751 / 35 90 188 -10

Pfiffiges Yoga



Sei dabei!!!

Yoga 65+ ist ein **spezielles Angebot** für Interessierte, die **beweglich bleiben** und **konzentriert mitwirken** möchten. Jede Geste, Haltung und Position fördert **Koordination**, **Konzentration** und die **Lebensfreude** und unterstützt den **Weg zu sich selbst!**

Start: Donnerstag, den 010.04.2025

10 Termine im Block 09.30 -10.45 Uhr RAHLENTREFF

Der Kurs ist **Seniorenermäßig** und läuft als **Präventionskurs**, wird in der Regel von der Krankenkasse bis zu **80%** bezuschusst.

Kursleitung: Dagmar Rudolph, ausgebildete Yogalehrerin BDY/EU

Kontakt: [Tel: 01575 4814 734](tel:015754814734) oder info@yoga-rudolph.de
www.yoga-rudolph.de

Entspannt und gestärkt in den Sommer: Yoga für Anfänger & Wiedereinsteiger



Schultern und Nacken verspannt? Rückenschmerzen? Schlafprobleme? Sie können kaum noch runterschalten? Außerdem purzeln die Pfunde nicht so recht, Sie wünschen sich einfach mehr Power und innere Ruhe? Mit effektiven Körperübungen, Atem- und Entspannungstechniken bringen Sie Körper, Seele und Geist wieder ins Gleichgewicht. Beim klassischen Hatha-Yoga atmen wir kräftig durch, stärken achtsam und gezielt unsere Muskeln und laden uns mit frischer Lebensenergie auf.

Yoga-Kurs für Anfänger & Wiedereinsteiger:

10 Abende, immer **dienstags, 19.30 - 21 Uhr**
vom **29. April 2025 – 08. Juli 2025**

Ort: Rahlentreff, Absenreuterweg 24/2, 88213 Ravensburg

(Krankenkasse erstattet bis zu 80%)

Anmeldung: verbindlich bis 10.04.25 unter: sabine.steinfurth@gmx.de

Bei Fragen kontaktieren Sie mich bitte unter: 0172.7551273

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

Ich freue mich auf euch/ Sie,

Sabine Steinfurth

(zertifizierte BVY-Lehrerin)



Absenreuterweg 24/2
gegenüber Feneberg
Freitag, 25. April
um 18.00 Uhr

Bei freiem Eintritt
Kurzfassung

Nachdem ihre Tochter ermordet worden ist, legt sich Mildred Hayes mit der Polizei an. Sie glaubt, dass die Beamten ihre Arbeit nicht richtig machen. Deswegen stellt sie nahe ihrer Heimat in Missouri drei provokante Werbetafeln auf. Darauf sind Anfeindungen gegen den Polizeichef William Willoughby zu finden. Obwohl ihr Sohn Robbie dem Konflikt lieber aus dem Weg gehen will, gibt Mildred nicht auf, bis Gerechtigkeit herrscht.

Im Anschluss an den Film besteht die Möglichkeit bei einem gemütlichen Hock sich über den Film auszutauschen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.
Das Filmteam und Harald Enderle



REPARATURTREFF UND DIGITALBERATUNG



Termine 2025:

11. April, 09. Mai, 13. Juni, 11. Juli, August Sommerpause

12. September, 10. Oktober, 14. November, 12. Dezember
von 16.00 bis 19.00 Uhr (ohne Voranmeldung)

❖ An wen wendet sich das Angebot?

An Menschen, die im **digitalen Alltag Unterstützung benötigen**,
oder **die Dinge haben, die repariert werden sollen**

- ❖ Interessierte können ohne Voranmeldung vorbeikommen, um tragbare,
elektrische Haushaltsgeräte oder sonstige Kleingeräte
gemeinsam mit fachkundigen Helfern zu reparieren.

- ❖ Parallel dazu gibt es eine **Digitalberatung**, bei der individuelle Fragen rund ums **Smartphone, Handy und Tablet** geklärt werden.

❖ Das Angebot ist **offen für alle Generationen** und kostenfrei

- ❖ **Wer sich als Helfer oder Helferin, sowohl bei der Digitalberatung, als auch beim Reparatur Treff einbringen möchte, meldet sich gerne unter:**

Kontakt: Stiftung Liebenau, Mehrgenerationenhaus Rahlentreff,
Harald Enderle, E-Mail: mgh.rv-rahlentreff@stiftung-liebenau.de

Tel.: 0751 / 35 90 188 10

OFFENER SPIELETREFF

IM RAHLENTREFF

JEDEN 1. UND 3. FREITAG IM MONAT



SPIELETTREFF

RAVENSBURG

Spielertreff im Rahlentreff:

Ehrenamtliche bereiten verschiedene Spielische vor.
Jeden 1. Freitag im Monat von 15.30 bis 17.00 Uhr
Jeden 3. Freitag im Monat von 18.00 bis 19.00 Uhr

**Freiwillige gesucht,
die den Spielertreff 1* monatlich begleiten.**

Nähere Infos bei Harald Enderle 0751/35 90 188 - 10

Termine: April: 04. April von 15.30 bis 17.00 Uhr

18. April entfällt wegen Feiertag

Mai: 02. Mai 15.30 Uhr und 16. Mai 18.00 Uhr

ELTERN KIND CAFE´

DONNERSTAG IM RAHLENTREFF

VON 15.00 UHR bis 17.00 Uhr



**Eltern-Kind-Café
im Rahlentreff**

Eltern-Kind-Café

Jeden Donnerstag von 15.00 bis 17.00 Uhr, wechselndes süßes Gebäck, Brezeln, Kaffee, Tee, Kakao und jede Menge Spaß für Eltern und Kinder! 4,50 € pro Erw. mit bis zu 4 Kindern.

Weitere Infos oder Fragen gerne per Mail an:

Brandnewsprouts@gmail.com

AUSSENSPRECHSTUNDE

PFLEGESTÜTZPUNKT RAHLENTREFF

VON 14.00 UHR BIS 16.00 UHR



Pflegestützpunkt Schussental

Der Pflegestützpunkt bietet jeden 3. Mittwoch im Monat zwischen 14 und 16 Uhr im Rahlentreff, Absenreuterweg 24/2, 88213 RV eine Außensprechstunde vor Ort an. Eine Terminvereinbarung ist nicht erforderlich.

Tel.: 0751 85-3321 E-Mail: n.restle@rv.de

Termine: 16. April, 21. Mai

FRANZÖSISCH

IM RAHLENTREFF

MONTAG UND DIENSTAG



Frau Andree Berger

Französisch leichte Konversation

Montag von 11.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Französisch für Anfänger

Dienstag von 9.00 Uhr bis 10.00 Uhr

Nähere Infos bei Harald Enderle 0751/35 90 188 - 10

HAUSAUFGABENBETREUUNG

IM RAHLENTREFF

VON 14.00 UHR BIS 15.00 UHR



Hausaufgabenbetreuung / Sprach und Leseförderung:

Angebot für SchülerInnen der Klassen 1 bis 7:

Neu: Nachhilfe für Französisch auf Anfrage

Termine:

April: 04.

Mai: 09., 16., 23.

Juni: 27.

Juli: 04., 11., 18.