

FAMILIENZENTRUM „DIE WINKELSMÜHLE“: ORT DER BEGEGNUNG

ANGEBOTE FÜR ALLE GENERATIONEN
- GEMEINSCHAFT - BILDUNG - GESUNDHEIT - KUNST -
KULTUR - FREIWILLIGES ENGAGEMENT



Das Winkelsmühlen-Programm im August 2022



Diakonie 
Diakonisches Werk
Offenbach-
Dreieich-Rodgau

Liebe Leser*innen, liebe Gäste!

Für den kommenden August haben wir unser Programm im Familienzentrum etwas „abgespeckt“, wie bereits angekündigt, so auch unsere Ausgabe hier. Das Haus ist jedoch, wie hier aufgeführt, ganz normal für Sie und Euch alle geöffnet mit den Veranstaltungen, die nicht in der Sommerpause sind. So z.B. die neu gestartete Skatrunde, die sich nun wieder regelmäßig dienstags nachmittags in der Galerie trifft.

Verabschieden möchten wir uns hier ganz offiziell noch einmal von den „**Hayner Männern**“! Die Gymnastikgruppe war über 20 Jahre dienstags nachmittags im Saal der Winkelsmühle aktiv und wird nun nicht wieder einsteigen. Wir wünschen Ihnen alles Gute und bedanken uns für die gute Kooperation, besonders mit Herrn Rössinger, der all die Jahre unser Ansprechpartner war!

Das **Eine-Welt-Kiosk** im Familienzentrum der Gruppe aus der Burgkirchengemeinde ist wieder aufgefüllt und Sie können sich an den Leckereien bedienen.

Wegen der vielen Ansteckungen ist es weiterhin besonders wichtig, die Hygienemaßnahmen einzuhalten, wir stellen die Lüfter und CO₂-Messgeräte bereit und bitten um Ihre Mitarbeit.

Sollte die mögliche Hitze Ihre Treffen verhindern, geben Sie uns bitte rechtzeitig Bescheid. Kühle Getränke stehen Ihnen jederzeit zur Verfügung, hierfür bitten wir um eine entsprechende Spende.

Zum Kennenlernen unserer Angebote, Kurse und Veranstaltungen melden Sie sich gerne auch für Probetermine an, einen Einstieg machen wir gerne möglich! Kontakte finden sich auf der Rückseite des Programms.

Nun wünschen wir Ihnen einen schönen, friedvollen und nicht allzu heißen August und viel Freude mit unseren Angeboten.

Herzliche Grüße sendet das Winkelsmühlen-Team



„Winkelmühlen Summer School“ im Juli:
Fortbildung unserer Freiwilligen aus den verschiedenen Projekten



Vorankündigung:

Hinsichtlich des Weltalzheimertages und der bundesweiten Wochen der Demenz im September, findet **am Dienstag, am 13.09.2022** wieder ein **Vortrag mit Margot Unbescheid zum Thema „Daheim im Heim, ein erlaubter Gedanke?“** statt. Diesen bieten wir Ihnen im Rahmen des Gesprächskreises für Angehörige mit Eva Helfmann an. Auch wird es wieder einen Workshop **Kompaktwissen Demenz** geben. Weitere Informationen folgen.

31 Aufstehen

Mittel: Ein Stuhl und ein Tisch (um die Übung zu erleichtern)

Beginnen Sie die Übung im Stehen oder im Sitzen mit Gehen auf der Stelle. Lassen Sie Ihre Arme locker mit-schwingen.

Setzen Sie sich in Schrittstellung und aufrechter Haltung auf den Stuhl und legen die Hände auf die Oberschenkel. Bewegen Sie Ihren Oberkörper nach vorne oben und stehen Sie auf. Beim Absetzen auf den Stuhl bremsen Sie die Bewegung ab. Wiederholen Sie diesen Vorgang 5-mal, wechseln Sie die Position der Beine, um die Übung erneut 5-mal zu wiederholen. Das Aufrichten in Schrittstellung hilft beim Aufstehen und gestattet sanfteres Setzen. Halten Sie den Körper aufrecht, während Sie üben.

Beenden Sie die Übung im Sitzen oder Stehen mit ruhi-gem Dehnen. Atmen Sie entspannt.

Sie können die Übung erleichtern, wenn Sie sich an einem Tisch oder an einem Stuhl festhalten.

Sie können die Übung erschweren. Stehen Sie schnell vom Stuhl auf, als wäre der Sitz sehr heiß.

Die Übung stärkt die Beinmuskeln und erleich-tert den Start zum Gehen.



Montag	01.08.	14:30 - 15:30 Uhr 15:30 - 16:30 Uhr	Singkreis Kaffeetrinken Singkreis (bei über 30 Grad fällt der Singkreis aus)
Dienstag	02.08.	14:00 - 17:00 Uhr	Skat
Mittwoch	03.08.	09:30 - 10:30 Uhr 10:00 - 11:00 Uhr 11:00 - 12:00 Uhr	Ganzheitliches Gedächtnistraining Gymnastik bis 90+ Ganzheitliches Gedächtnistraining
Donnerstag	04.08.	09:30 - 12:00 Uhr	Nähkurs
Freitag	05.08.	Keine Veranstaltung	Die Winkelmühle bleibt geschlossen
Montag	08.08.	14:30 - 15:30 Uhr 15:30 - 16:30 Uhr	Singkreis Kaffeetrinken Singkreis (bei über 30 Grad fällt der Singkreis aus)
Dienstag	09.08.	14:00 - 17:00 Uhr	Skat
Mittwoch	10.08.	09:30 - 10:30 Uhr 10:00 - 11:00 Uhr 11:00 - 12:00 Uhr 18:30 - 20:00 Uhr	Ganzheitliches Gedächtnistraining Gymnastik bis 90+ Ganzheitliches Gedächtnistraining Einander unterstützen Judith Pfau
Donnerstag	11.08.	09:30 - 12:00 Uhr	Nähkurs
Freitag	12.08.	Keine Veranstaltung	Die Winkelmühle bleibt geschlossen

Sonntag	14.08.	15:00 - 16:00 Uhr	Trauerspaziergang der Johanniter
Montag	15.08.	14:30 - 15:30 Uhr	Singkreis Kaffeetrinken (bei über 30 Grad fällt das Treffen aus)
Dienstag	16.08.	14:00 - 17:00 Uhr	Skat
Mittwoch	17.08.	09:30 - 10:30 Uhr 10:00 - 11:00 Uhr 11:00 - 12:00 Uhr 17:30 - 19:30 Uhr 18:30 - 20:00 Uhr	Ganzheitliches Gedächtnistraining Gymnastik bis 90+ Ganzheitliches Gedächtnistraining EUTB – Inklusive Frauengruppe Einander unterstützen Judith Pfau
Donnerstag	18.08.	09:30 - 12:00 Uhr 15:00 - 16:30 Uhr	Nähkurs Gesprächskreis Alt werden ist nichts für Feiglinge
Freitag	19.08.	Keine Veranstaltung	Die Winkelmühle bleibt geschlossen
Montag	22.08.	14:30 - 15:30 Uhr	Singkreis Kaffeetrinken (bei über 30 Grad fällt das Treffen aus)
Dienstag	23.08.	10:00 - 12:00 Uhr 14:00 - 17:00 Uhr 14:00 - 17:00 Uhr	Aquarell und Zeichnen AusZeit für Menschen mit Demenz Skat

Mittwoch	24.08.	09:30 - 10:30 Uhr 10:00 - 12:00 Uhr 10:00 - 11:00 Uhr 11:00 - 12:00 Uhr 18:30 - 20:00 Uhr	Ganzheitliches Gedächtnistraining Aquarell und Zeichnen Gymnastik bis 90+ Ganzheitliches Gedächtnistraining Einander unterstützen Judith Pfau
Donnerstag	25.08.	09:30 - 12:00 Uhr 10:00 - 13:00 Uhr	Nähkurs AusZeit für Menschen mit Demenz
Freitag	26.08.	10:00 - 13:00 Uhr	AusZeit für Menschen mit Demenz
Montag	29.08.	14:30 - 15:30 Uhr	Singkreis Kaffeetrinken (bei über 30 Grad fällt das Treffen aus)
Dienstag	30.08.	10:00 - 12:00 Uhr 14:00 - 17:00 Uhr 14:00 - 17:00 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr	Aquarell und Zeichnen AusZeit für Menschen mit Demenz Skat Lesekreis



Annette Schröder	Fachkoordinatorin	06103 - 9875-16
Antje Grimberg	Päd. Mitarbeiterin	06103 - 9875-19
Leonie Schlöder	Päd. Mitarbeiterin	06103 - 9875-25
Cornelia Hartmann	Verwaltung	06103 - 9875-25

Diakonisches Werk Offenbach-Dreieich-Rodgau

DIE WINKELSMÜHLE

Familienzentrum

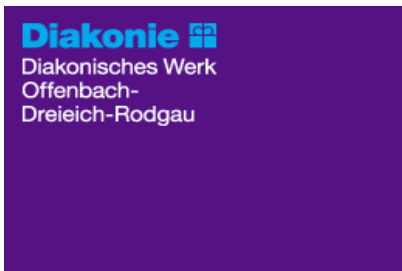
An der Winkelmühle 5
63303 Dreieich-Dreieichenhain

winkelsmuehle@diakonie-of.de
www.diakonie-of.de

Facebook: www.facebook.com/diewinkelsmuehle 

Spendenkonto:

Sparkasse Langen-Seligenstadt;
IBAN: DE28 5065 2124 0039 0039 00
BIC: HELADEF1SLS



Impressum: Herausgeber Diakonisches Werk Offenbach-Dreieich-Rodgau,
V.i.S.d.P.: Henning Merker, DIE WINKELSMÜHLE
Alle Angaben ohne Gewähr. Fotos: Annette Schröder und www.pixabay.com