

## und außerdem:

**Dienstag, 17.03.**

10:00 - 17:00 Uhr: **Lesezeit für alle** (ZidA)  
Lest selber oder lasst euch vorlesen!  
Bringt gerne Eure Bücher mit oder nutzt unseren Bücherwagen.

**Donnerstag, 18.03.**

16:30 Uhr: **Alpheide-Fußballspaß**  
**Bitte anmelden**  
(Turnhalle Alpheideschule)

**Freitag, 20.03.,**

15:00 - 16:30 Uhr: **Spiel und Spaß im ZidA-Flur**

17:00 - 18:30 Uhr: **Gemeinsames Handarbeiten – egal ob Stricken, Häckeln und Co.** (ZidA)

Vorschau auf das



Programm:

**Mittwoch, 25.03.**

9.00 - 16.00 Uhr: **Großer Osterbacktag mit Ostergebäck und Eierefärben**

## Herzlich willkommen!

**familienh****ORT**  
*Zuhause in der Alpheide*

**Dürerring 28  
31582 Nienburg**

Telefon: **05021 6000808**  
E-Mail: [Info@das-sprotte.de](mailto:Info@das-sprotte.de)  
Webseite: [www.das-sprotte.de](http://www.das-sprotte.de)

Das Mehrgenerationenhaus familienhORT ist ein Projekt des Sprotte e.V. Es wird gefördert aus Mitteln des Bundes und der Stadt Nienburg/Weser



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

  
**ZidA**  
Zuhause in der Alpheide

**Dürerring 32 A  
31582 Nienburg**

Telefon: **05021/ 89 88 194**  
E-Mail: [zida@das-sprotte.de](mailto:zida@das-sprotte.de)  
[www.zida.nienburg.de](http://www.zida.nienburg.de)  
oder QR-Code scannen:



**Öffnungszeiten:**  
**Montags bis freitags:**  
**9.00 bis 12.30 Uhr**  
**Donnerstags:**  
**9.00 bis 17.00 Uhr**

Zida- Zuhause in der Alpheide- ist ein Projekt der Stadt Nienburg in Kooperation mit der Kita "Unterm Regenbogen", Alpheideschule und Sprotte e.V. und wird gefördert vom Land



**Niedersachsen**

# DER ALPHEIDE PROGRAMM FLYER

## März



Infos über Termine & Aktionen unter  
[www.das-sprotte.de](http://www.das-sprotte.de)

# Regelmäßige Angebote



Angebote des MGH in Rot



Angebote des ZidA in Blau

## MONTAGS:

- 9.00 - 11.00 Uhr: **Beratungszeit**  
mit Angelika Guss (MGH)
- 9:00- 10:30 Uhr: **Eltern-Kind-Treff** (ZidA)  
mit Emine, ohne Anmeldung,
- 11:15 -12.15 Uhr: Gehirnjogging mit Maike (ZidA)
- 14:30 - 16:00Uhr: **Generationenerzählcafé**  
10 bis 99 Jahren (ZidA)
- 17.00 - 21.00 Uhr: **offener Spieletreff**  
(09. & 16.03.) mit Michael (ZidA)

## DIENSTAGS:

- 9:00 - 11:00 Uhr: **Frauen-Sprachcafé**  
ohne Anmeldung (ZidA)  
**We are practicing german**
- 15:00 - 18:00 Uhr: **Nähwerkstatt** (ZidA)  
mit Marion Burmeister

## MITTWOCHS:

- 8.00 - 9.00 Uhr: **Frühcafé-** mit Angelika Guss (MGH)
- 9.00 - 11.30 Uhr: **Nachbarschafts-frühstück** (ZidA)  
(04. & 18.03.)
- 13:00 - 14:30 Uhr: **Beratungszeit**  
mit Natalie Brandt.  
Bitte anmelden unter  
Telefon: 05021- 64257.
- 14:00 - 17:00 Uhr: **Mitmach-Gartentreff für alle**  
mit Jörg Rottmann (MGH)

## DONNERSTAGS:

- 08:15 - 09:15 Uhr: **Offene Beratungszeit für Eltern & Familien** (MGH)
- 09:30 - 10:30 Uhr: **Bewegungslandschaft** für Kleinkinder, 6 – 18 Monate, bitte anmelden (ZidA)
- 09:30 - 11 .00 Uhr: **Offenes Frauencafé mit Olga Kretz, ohne Anmeldung** (ZidA)
- 10:00 - 12:00 Uhr: **Beratungszeit**  
mit Natalie Brandt.  
Bitte anmelden. 05021/64257
- 11:15 - 12:00 Uhr: **Sitzgymnastik für alle.**  
Bitte anmelden. (ZidA)

## FREITAGS:

- 7:15 - 7:45 Uhr: **Frühsport**, bitte anmelden (ZidA)
- 8:00 - 9:30 Uhr: **Frühstück** und Austausch zu Erziehungsfragen (ZidA)
- 9:30 - 11:30 Uhr: **Treffpunkt Alpehide**  
Offener Treff (ZidA)
- 11:00 - 12:00 Uhr: **Beratungszeit** (MGH)  
mit Angelika Guss
- 14:00 -15:00 Uhr: **Russisch Lernen** (MGH)  
mit Lydia Salzmann

## und außerdem:

**Montag, 02. 03.**

14.30 - 16.00 Uhr: **Klönssnack und watt ji wüllt op platt –**  
Generationencafé  
mit Birgit Grahl (ZidA)

**Freitag, 06.03.**

15:00 – 16:30 Uhr: **Großer Geschwistertag im ZidA!** Spiel, Spaß und Aktionen für Geschwisterkinder und spannende Infos und Tipps für Eltern

10.00 - 12.00 Uhr: **Alles zum Thema „Neues Geschwisterchen“**

15:30 – 17.00 Uhr: **Alles zum Thema „Geschwisterbeziehungen“**

**Dienstag, 10.03.**

14:30-16:00 Uhr: **Elterncafé mit Natalie Brandt**  
Osterkränze und Frühlingsgestecke binden (ZidA)

**Mittwoch, 11.03.**

15.00 - 16:30 Uhr: **Bastelwerkstatt für alle** (ZidA)

**Donnerstag, 12.03.**

14:30 Uhr: **Sturz? Prophylaxe!**  
Wie kann ich einem Sturz vorbeugen und vermeiden? (ZidA)

**Freitag, 13.02.**

9.30 - 10:30 Uhr: **Yoga zum Ausprobieren.**  
Bitte anmelden

16- 22 Uhr: **Nähzeit im ZidA.** Eigenes Projekt und Nähmaschine mitbringen Leihmaschinen sind vorhanden.  
Bitte anmelden.