

und außerdem:

Dienstag, 17.11.

10:00- 17:00 Uhr: **Lesezeit für alle im ZidA:**

Lest selber, lasst euch vorlesen, bringt eigene Bücher mit oder nutzt unseren Bücherwagen.

Dienstag, 17.11.

18:00 Uhr: Stadtteilspaziergang in der Alpheide.
Treffen am ZidA

Was läuft gut im Stadtteil, was können wir verbessern? Beim Stadtteilspaziergang sammeln wir eure Wünsche und Ideen. Anschließend gibt's einen Snack im ZidA. Auch wer nicht mitlaufen kann, ist herzlich zur Ideensammlung im ZidA eingeladen!

Freitag, 20.11.

19:30- 21:30 Uhr: **Filmabend: „Kein Land für Niemand“** (ZidA)

Dienstag, 24.11.

10:00- 16:00 Uhr: **Großer Backtag im ZidA**

Mittwoch, 25.11.

16:30- Bitte anmelden! **Fußballspaß für Kinder, 7 bis 11 Jahren,** (Turnhalle Alpheideschule)

Donnerstag, 26.11.

18:30 - Bitte anmelden! **Kochen und Backen für Familien.** (ZidA)

Freitag, 27.11.

16:00 – 18:30 Uhr: **Gemeinsames Handarbeiten – egal ob Stricken, Häkeln und Co.** (ZidA)

Herzlich willkommen!

familienhORT
Zuhause in der Alpheide

**Dürerring 28
31582 Nienburg**

Telefon: **05021 6000808**
E-Mail: Info@das-sprotte.de
Webseite: 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
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 November



Infos über Termine & Aktionen unter
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)

11:15 - 12.15 Uhr: Gehirnjogging mit Maike
(ZidA)

14:30 - 16:00 Uhr: **Generationenerzählcafé**
10 bis 99 Jahren (ZidA)

17.00 - 21.00 Uhr: **offener Spieletreff**
(16. & 23.11.) mit Michael (ZidA)

DIENTAGS:

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:

9.00 - 11.30 Uhr: **Nachbarschafts-**

Jetzt wöchentlich! frühstück

13:00 - 14:30 Uhr: **Beratungszeit**

Bitte anmelden! mit Natalie Brandt.

* Telefon: 05021- 64257.

14:00 - 17:00 Uhr: Mitmach-Gartentreff für
Groß & Klein mit Jörg
Rottmann (MGH)

DONNERSTAGS:

07:15 - 7:45 Uhr: **Frühsport** (ZidA)

Bitte anmelden!

08:15 - 09:15 Uhr: **Offene Beratungszeit für
Eltern & Familien** (MGH)

09:30 - 10:30 Uhr: **Bewegungslandschaft** für
Babys und Kleinkinder,
6 - 18 Monate. (ZidA)

Bitte anmelden!

09:30 - 11.00 Uhr: **Offenes Frauencafé** mit
Olga Kretz (ZidA)

Ohne anmelden!

10:00 - 12:00 Uhr: **Beratungszeit** mit Natalie
Brandt.

Bitte anmelden!

11:15 - 12:00 Uhr: **Sitzgymnastik für alle.**
(ZidA)

Bitte anmelden!

18:30 - 19:30 Uhr: **Funktionsfitness** für
Fortgeschrittene. (ZidA)

FREITAGS:

08:00 - 9:30 Uhr: **Frühstück** und Austausch zu
Erziehungsfragen (ZidA)

9:30 - 11:30 Uhr: **Treffpunkt Alpeide**
Offener Treff. (ZidA)

10:30 Uhr: **Gemeinsam Obst schnippeln
für die Kinder der AHS**

11:00 - 12:00 Uhr: **Beratungszeit** (MGH)
mit Angelika Guss

14:00 - 15:00 Uhr: **Russisch Lernen** (ab 3.
Klasse) (MGH)
mit Lydia Salzmann

und außerdem:

Montag, 02.11.,

14:30 Uhr: **Klönssnack und watt ji wüllt
op platt** – Generationencafé
mit Birgit Grahl. (ZidA)

Dienstag, 03.11.

15:30 - 16:00 Uhr: **Handpuppenspiel.** (ZidA)

Freitag, 06.11.

10.00 - 11.00 Uhr: **Yoga zum Ausprobieren** –
Bitte anmelden! (ZidA)

Freitag, 06.11.

15:00 - 16:30 Uhr: **Nachbarschaftsbuffet im
ZidA** – alle bringen etwas
fürs Buffet mit.

Montag, 09.11.

14:30 Uhr: **Senioren Digital** (MGH)

Dienstag, 10.11.

10.00 - 16.00 Uhr: **Experimente und
Informationen rund ums
Wasser für Groß und Klein**
– vorbeikommen und
mitmachen. (ZidA & MGH)

Freitag, 13.11.

14:30-16:00 Uhr: **Spiel und Spaß im ZidA-
Flur** (ZidA)

Montag, 16.11.

14:30 - 16:00 Uhr: **Generationencafé:**
ab 10 Jahren Gemeinsames Basteln für
mit Elisabeth. (ZidA)