



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



Ingelheim
am Rhein



Mehrgenerationenhaus

Nachhaltigkeit

Angebote rund um das Thema
„Nachhaltig denken für die ganze Familie“

Energiecafé

Gemeinsamer Erfahrungsaustausch rund um energetische Themen sowie Hilfe zur Selbsthilfe an. Auch Vorträge und Erfahrungsberichte von Teilnehmenden oder externen Referenten gibt es regelmäßig. Bringen Sie gerne ein konkretes Anliegen oder individuelle Fragen mit. Wir freuen uns auch immer über Gleichgesinnte, die ihr Erfahrungswissen oder ihre berufliche Expertise im EnergieCafé einbringen und anderen zur Verfügung stellen möchten.

Termin: 29.1., 25.2., 26.3., 29.4.28.5., 24.6. 2025

Kontakt: Holger Hofmann, Tel. 06132 5157206,
E-Mail: hallo@energie-gemeinschaft.org

Gebühr: kostenlos

Raum: Café

Mehr zu den Themen unter energiecafe-ingelheim.org

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, zwecks Planung erbeten per Mail

Fahrradwerkstatt

Es geht um Hilfe zur Selbsthilfe". Einfache Reparaturen und praktische Tricks kann man in der Fahrradwerkstatt lernen. Fahrräder vom städtischen Fundbüro werden für einen guten Zweck instandgesetzt und an Bedürftige weitergeben.

Termin: jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 18:00 - 20:00 Uhr.

Kontakt: Andreas Möritz, Tel.0152 29563319, E-Mail: mungafan@web.de

Gebühr: kostenlos

Ort: alte Feuerwehrrhalle Frei-Weinheim, Rheinstraße 249

MitMachGarten

Die Gartenfreund*innen treffen sich im Mitmachgarten, bei schlechter Witterung im MGH. Bei unseren Treffen ist es auch möglich, Fragen zum eigenen Garten zu besprechen. Unser Gartenprojekt braucht Köpfe und Hände zum Hegen, Pflegen und Ernten. Mitgärtner, mit und ohne eigenen Garten, sind immer herzlich willkommen.

Termin: bitte nachfragen

Kontakt: MGH, Tel. 06132 8980416, E-Mail: Mitmachgarten@web.de

Gebühr: kostenlos

Raum: MitMachGarten

Nähstube

Preiswerte Änderung an Hosen, Röcken, Kleidern etc. für Damen, Herren und Kinder. Beratung und Abstecken im Haus.

Einfache Arbeiten können direkt genäht oder am folgenden Donnerstag abgeholt werden.

Termin: Donnerstag, 12:00 – 16:00 Uhr

Kontakt: MGH, Tel. 898040

Gebühr: bitte nachfragen

Raum: auf dem Flur beim Markttag

PC-Werkstatt/Digitalcafé

Hilfe zur Selbsthilfe – Vorbeikommen und Unterstützung erhalten bei technischen Problemen. Hilfe beim Umgang mit Smartphone, Tablet und Co.

Termin: jeden 3. Mittwoch im Monat, 18:00 – 20:00 Uhr

Kontakt: MGH, Tel. 06132 898040, E-Mail: info-mgh@ingelheim.de

Gebühr: kostenlos

Raum: Café

Recycling kreativ mit Patus

Ich lade euch zur Recycling-Werkstatt ein.

Wir recyceln: Karton, Papier, Metalldosen, Plastik...

Wir machen daraus: Notizbücher, Truhen, Regale, Bilderrahmen, Masken...und vieles mehr.

Recyceln statt kaufen!!!

Für Teilnehmer von 5 – 99 Jahren

Termin: Montag, 16:15 – 17:45 Uhr, ab 10.2. 2025

Kontakt: E-Mail: patusestrafa@hotmail.com

Gebühr: kostenlos

Raum: Werkstatt

Anmeldung erforderlich

RepairCafé

Die Besucher*innen bringen defekte Gegenstände mit und reparieren diese im RepairCafé gemeinsam mit Fachleuten

Termin: jeden 1. Mittwoch im Monat, 18:00 - 21:00 Uhr

Kontakt: MGH, Tel. 06132 898040, E-Mail: repaircafe-ingelheim@web.de

Gebühr: kostenlos

Raum: Café

Öffentlicher Bücherschrank

Alle sind eingeladen, Bücher in unseren Bücherschrank einzustellen, um sie anderen Lesenden anzubieten. Während der Öffnungszeiten dürfen alle Bücher aussuchen und zum Lesen mitnehmen. Ob man die Bücher zurückbringt, behält, tauscht, weitergibt oder nicht entscheiden Sie selbst.

Second-Hand-Mitnahmeschränke

Alle sind eingeladen, Kleidung, Haushaltsartikel, Spielwaren und vieles mehr mitzunehmen und abzugeben. Die Mitnahme ist gewünscht. Aufhängen und Abgabe nach Absprache.



Öffnungszeiten Veranstaltungen und Angebote

Montag bis Freitag 8.00 – 22.00 Uhr

Öffnungszeiten Café

Montag bis Freitag 9.00 – 17.00 Uhr

Bildnachweis:

Rolf Barnekow

Stadtverwaltung Ingelheim am Rhein

Amt für Demografie, Ehrenamt und Kultur

Mehrgenerationenhaus | Matthias-Grünwald-Str. 15 | 55218 Ingelheim am Rhein

Telefon 06132 898040

Telefax 06132 8980429

info-mgh@ingelheim.de

www.mgh-ingelheim.de



Gefördert von:

