

**Herzliche Einladung zum Kaffee und Vortrag:
am Mittwoch, 29. April 2026, 14.30 Uhr zum Thema:**

Lebensfreude kennt kein Alter – Impulse für mehr Freude im Alltag



Lebensfreude tut gut – sie stärkt, verbindet und öffnet den Blick für das Gute im täglichen Leben. In diesem Vortrag geht es um Erkenntnisse aus Wissenschaft, Psychologie und Lebensgeschichten von Menschen, die zeigen, was wir selbst dazu beitragen können, Freude bewusster zu empfinden und im Alltag zu fördern.

Freuen Sie sich auf klare Impulse und praktische Anregungen, die dabei unterstützen, Freude im Alltag zu stärken und lebendig zu halten.

Die Referentin Monika Löhle hat u.a. Psychologie unterrichtet und eine Ausbildung zur Lachyoga Lehrerin gemacht. Sie hat inzwischen mehr als 190 Lachyoga Sessions im Rahlentreff gehalten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch:

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

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





Pfiffiges Yoga rund um den Stuhl

Im RAHLENTREFF



Yoga rund um den Stuhl ist ein **spezielles Angebot** für Interessierte, die durch Einschränkungen nicht in der Lage sind, Übungen auf dem Boden durchzuführen, sehr wohl aber **beweglich bleiben** und **konzentriert mitwirken** möchten. Jede Geste, Haltung und Position fördert **Koordination**, **Konzentration** und die **Lebensfreude** und unterstützt den **Weg zu sich selbst**! Es werden gezielte Yogaübungen zur Sturzprophylaxe durchgeführt.

Start: 26.03.2026 – 02.07.2026

10 Termine im Block a 75 Minuten 130 €

Kursleitung: Dagmar Rudolph, ausgebildete Yogalehrerin BDYOGA/EU

Kontakt: info@yoga-rudolph.de Mobil 0157 548 147 34

Der Präventionskurs ist von der zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert und von den Krankenkassen anerkannt und in der Regel mit den Kurskosten bezuschusst.

„Oh la la, wer ahnt denn sowas“

Freitag, 24. April um 18:00 Uhr



Inhalt:

Eine aristokratische Familie gerät in Aufruhr, als Tochter Alice sich mit Francois, dem Sohn eines einfachen Autodealers zusammentut.

Als das Paar seine Verlobung verkünden will und die zwei Familien zusammen-

führt, bringen die Beiden ihren Eltern DNA - Tests als Geschenk mit.

Die sollen die beiden Familiengeschichten noch einmal ganz genau durchleuchten. Doch die unerwarteten Ergebnisse schlagen ein wie eine Bombe.

Für Knabbereien und Getränke ist gesorgt

Freier Eintritt

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

Wir freuen uns auf Ihr Kommen - das Kinoteam



Neues Angebot im Rahlentreff Kreative Auszeit für Erwachsene – Kreativ Treff

Manchmal tut es gut, sich einfach Zeit zu nehmen, kreativ zu sein – gemeinsam mit anderen, in entspannter Atmosphäre.

Genau dafür möchten wir einen neuen Kreativ-Treff für Erwachsene ins Leben rufen.

Bei jedem Treffen gibt es wechselnde kreative Angebote: zum Beispiel Häkeln, Stricken, Sticken oder Filzen, kleine Deko-Projekte, Mosaikarbeiten, kreative Geschenkideen, saisonale Bastelideen, Upcycling-Projekte und vieles mehr. Die Materialien stellen wir passend zum jeweiligen Thema bereit. Dafür fällt lediglich ein kleiner Beitrag zur Deckung der Materialkosten an.

Willkommen sind Anfängerinnen und Anfänger genauso wie Fortgeschrittene – wir freuen uns über eine bunte, gemischte Gruppe, in der jede und jeder seine Ideen und Erfahrungen einbringen kann.

Das erste Treffen findet am 5. Juni von 15:30 bis 17:30 Uhr
im Rahlentreff statt. Kontakt: dhana-mueller@t-online.de



**Der Kreativ-Treff läuft parallel zum Spielertreff,
immer am ersten Freitag im Monat von 15.30 bis 17.30 Uhr.**



MEHRGENERATIONENHAUS RAHLENTREFF

88213 Ravensburg, Absenreuterweg 24/2

Kontakt: Harald Enderle

Tel.: 0751 / 35 90 188 – 10

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

Aktuelles im
APRIL

DIGITALBRATUNG UND REPARATURTREFF

FREITAG VON 16.00 UHR BIS 19.00 UHR



DIE FREIWILLIGEN HELFER

Die freiwilligen Helfer bieten folgende Termine an:

Digitale Einzelberatung und Reparatur von elektrischen Geräten; **keine Anmeldung**

nötig.

Termine: 10. April und 08. Mai

GEDÄCHTNISTRaining

MITTWOCH VON 10.00 UHR BIS 11.00 UHR



Unkostenbeitrag:
pro Veranstaltung 1,50 €
Termine: **01. und 15. April**
13. Mai

Kontakt: Elke Vogler Tel.: 0751 / 79103422

OFFENER SPIELETREFF

JEDEN 1. UND 3. FREITAG IM MONAT



RAVENSBURG

Am 1. Freitag im Monat:
von 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr
Karfreitag und 01. Mai entfallen wegen Feiertagen
Am 3. Freitag im Monat: 18.00 -19.30 Uhr
17. April und 15. Mai

ELTERN KIND CAFE´

DONNERSTAG VON 15.00 UHR BIS 17.00 UHR



Eltern-Kind-Café
im Rahlentreff

Wechselndes süßes Gebäck,
Brezeln, Kaffee, Tee, Kakao
Und jede Menge Spaß für
Eltern und Kinder!

3,50€, pro Erw. mit bis zu 4 Kindern.

Kontakt: Sumiya: 0173 / 4027267

PFLEGESTÜTZPUNKT SCHUSSENTAL

JEDEN 3. MITTWOCH VON 14.00 UHR BIS 16.00 UHR



Außensprechstunde im MGH
Rahlentreff
Absenreuterweg 24/2, 88213 RV
Termine sind nicht erforderlich.
Termine: 17. April u. 20. Mai

Tel.: Nicole Restle: 0751/85-3321 n.restle@rv.de

Tel.: Katja Hestner: 0751/85-3320 k.hestner@rv.de

SENIORENGYMNASTIK

MONTAG VON 09.30 UHR BIS 10.30 UHR



Termine:
April: 13. und 27.
Nähere Infos unter:
Harald Enderle
Tel.: 0751 / 3590188-10

FRANZÖSISCH

MONTAG UND DIENSTAG



MONTAG KONVERSATION
VON 11.00 UHR BIS 12.00 UHR

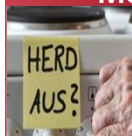


DIENSTAG FÜR ANFÄNGER
VON 9.00 UHR BIS 10.00 UHR

Kontakt: Tel.: 0751 / 35 90 188-10
E-Mail: mgh.rv-rahleentreff@stiftung-liebenau.de

BETREUUNGSGRUPPE REGENBOGEN

MONTAG VON 14.00 UHR BIS 17.00 UHR



Ein Entlastungsangebot für
pflegende Angehörige.
Jeden Montag von 14.00
bis 17.00 Uhr

Monika Blank 0751 / 64106 oder
Luitgard Caspari 0751 / 97785078

TRAUERGRUPPE "FÜR SUIZID HINTERBLIEBENE"

JEDEN 1. MONTAG IM MONAT UM 19.45 UHR



Treffpunkt: im Rahlentreff
Nächstes Treffen: 07. April
Kontakt: Anita Wodarz
Tel.: 0751 / 55 76 837

Michaela Scheffold-Haid Tel.: 0751 / 67341
oder unter: raensburg@agus-selbsthilfe.de

FRAUENLACHCLUB

DONNERSTAG VON 18.00 UHR BIS 19.00UHR



pro Veranstaltung 1,50 €
Termine:

16., 23. und 30. April
Kontakt: Monika Löhle,
Tel.: 0751 / /793150

Monika.Loehle@gmx.net

Hilfe/Unterstützung bei den Hausaufgaben

Freitag VON 13.30 UHR 15.00 UHR



Kostenfreies Angebot:
ohne Anmeldung:
Termine: **17. u. 24. April**
08. Mai

Kontakt: Tel.: 0751 / 359018810

Mail: mgh.rv-rahleentreff@stiftung-liebenau.de

HAWAIIANISCHER TANZ

MITTWOCH VON 19.00 UHR BIS 20.30 UHR



Wer die spannende Welt
des Hula kennenlernen
möchte, meldet sich unter:
0172/3456662

Alle Altersgruppen willkommen.
Keine Vorkenntnisse erforderlich!