

[Pustebote im November](#)



Welche tollen Angebote wir im November für Sie bereit halten, erfahren Sie in unserem Novemberboten.

Druckfrisch gibt es den Pusteboten bei uns im Haus.

Wer lieber digital liest, dem empfehlen wir auf das untere Bild zu klicken. Dort erwartet Sie der Pustebote in digitaler Form als PDF.

PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Kulturelles, Bildung & Medien

Wie Sie auch während der Kontaktbeschränkung Hilfe bei Fragen rund um den PC erhalten, erfahren Sie auf Seite 2.

Kreatives

Lassen Sie sich überraschen, welche weihnachtliche Überraschung sich Frau Fließ für Sie überlegt hat.

Mehr auf Seite 4.

Pustebäumchen

Auf Seite 6 haben sich kleine Fehler eingeschlichen. Hier sind die kleinen Detektive gefragt.

Knobeln auf der letzten Seite

Hier finden sie knifflige Rätsel und Aufgaben zum Nachdenken.
Mehr auf Seite 7.



© Jana Paulsen

Der Pustebote im November

Der November ist für viele ein sehr trister Monat. Wir hatten Glück und dürfen Sie auch in diesem Monat bei uns begrüßen. Erfahren Sie auf den nächsten Seiten mehr über unsere Angebote. Das heutige Titelbild stammt von Jana Paulsen und trägt den Titel „Abendessen aus dem Wald“. Haben Sie auch tolle Fotos, dann schicken Sie ihr Wunschcoverbild an:
m.subklew@spi-ost.de.

www.spi-ost.de

[Pustebote im Oktober](#)



Welche tollen Angebote wir im Oktober für Sie bereit halten, erfahren Sie in unserem Oktoberboten.

Druckfrisch gibt es den Pusteboten bei uns im Haus.

Wer lieber digital liest, dem empfehlen wir auf das untere Bild zu klicken. Dort erwartet Sie der Pustebote in digitaler Form als PDF.

PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Kulturelles, Bildung & Medien

Wir beteiligen uns bei den Landesliterartagen 2020. Welchen Autor wir eingeladen haben und welches Werk er vorstellt erfahren Sie auf Seite 2.

Bewegung & Freizeit

Im Oktober verbinden wir Bewegung mit Kultur. Welche Strecke Herr Schwärmer geht und was es dabei zu entdecken gibt, lesen Sie auf Seite 3.

Pusteblume

Unter der Rubrik Pusteblume möchte Herr Schwärmer ihnen die hauptamtlichen und ehrenamtlichen Mitarbeiter der Pusteblume vorstellen. Erfahren Sie auf den Seiten 5-8 wen er zu erst interviewt hat.



© Maria Subklew

Der Pustebote im Oktober

Im Herbst beginnt sich das Laub an den Bäumen zu verfärben. Von gelb über orange bis hin zu dunkelrot. So vielseitig die Farben des Laubes sind, so vielseitig sind auch die Angebote in der Pusteblume. Das heutige Titelbild stammt von Maria Subklew und trägt den Titel „Laternenkette“. Haben Sie auch tolle Fotos, dann schicken Sie ihr Wunschcoverbild an: m.subklew@spi-ost.de.

Pustebote im Juni



Welche Angebote wir im Juni für Sie bereit halten, erfahren Sie in unserem Pusteboten.

Wer lieber digital liest, dem empfehlen wir auf das untere Bild zu klicken. Dort erwartet Sie der Pustebote in digitaler Form als PDF.

Mehr Generationen Haus | Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend | AWO | SPI Soziale Stadt und Land Entwicklungsgesellschaft | hallesaale HALLERSTADT

PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Kulturelles, Bildung & Medien

Ihr seid zu Hause eingekesselt und könnt nicht raus? Seid aber digital ganz fit? Dann haben wir etwas für euch! Schaut doch mal auf Seite 2 vorbei.

Beratung

Ab dem 12.06. berät Sie wieder Frau Knöfel. Einen Termin können Sie sich bei ihr unter 0152/07776647 oder sabine.knoefel@web.de vereinbaren. Beratungen werden nur mit Mundschutz stattfinden.

Bewegung & Freizeit

Das Tanzcafé fällt zwar aus, doch der Kurs für Seniorengymnastik steht wieder für euch zur Verfügung!

Küchenpost

Auf Seite 4 sehen Sie, welche Gemüsesaison wir diesen Monat haben und was Sie daraus leckerer kochen können.



© Alina Hentschel

Der Pustebote im Juni

Die Pustebote hat für Sie wieder offen! Einige Kurse dürfen unter bestimmten Bedingungen wieder stattfinden und was Sie beachten müssen, lesen Sie auf Seite 11. Lesen Sie außerdem auf Seite 2, was Sie Neues am 19.06. erwartet! Außerdem gibt es ab Seite 7 wieder eine Geschichte von Armin. Das heutige Titelbild stammt von Alina Hentschel und trägt den Titel „Gänse“. Haben Sie auch tolle Fotos, dann schicken Sie ihr Wunschcoverbild einfach an m.subklew@spi-ost.de.

Pustebote im November



Welche tollen Angebote wir im November für Sie bereit halten, erfahren Sie in unserem Oktoberboten.

Druckfrisch gibt es den Pusteboten bei uns im Haus.

Wer lieber digital liest, dem empfehlen wir auf das untere Bild zu klicken. Dort erwartet Sie der Pustebote in digitaler Form als PDF.

PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Kulturelles, Bildung & Medien

Am 20.11 veranstaltet der Friedrich-Bödecker-kreis e.V. in Kooperation mit dem MGH eine Lesung in der Goldenen Rose.

Mehr auf Seite 2

Bewegung & Freizeit

Wer Sport treibt, der fühlt sich immer gut und gesund! Auch diesen Monat gibt es keine Ausreden sich fit zu halten. Mehr auf Seite 3

Kreatives

Wer Lust hat kleine Wichtel zu bemalen oder Adventsgestecke zu basteln der liest weiter auf Seite 4

Küchenpost

Lust auf ein Stück Kuchen oder eine warme Suppe an einem kalten Herbst Tag? Dann nichts wie ins Café Sadaka.

Mehr auf Seite 6



© Alina Hentschel

Der Pustebote im November

Der Winter rückt immer näher und draußen wird es immer kälter. Doch im MGH Pustebote ist immer etwas los und Platz zum aufwärmen. Ob bei einem leckeren Stück Kuchen oder unserer Lesung im Erzählcafé, hier kommt Groß und Klein zusammen um gemeinsam Zeit zu verbringen. Erfahren Sie in unserem Novemberboten, was Sie diesen Monat alles erwartet.

Das aktuelle Titelbild ist von Frau Alina Hentschel und trägt den Titel Winterlandschaft im Harz.

Haben Sie auch tolle Fotos, dann schicken Sie ihr Wunschcoverbild einfach an m.subklew@spi-ost.de.

Der Pustebote im Juli & August



Die Temperaturen steigen und in der Pusteblume wird es immer ruhiger.

Welche Kurse in die Sommerpause gehen und was es sonst noch Neues gibt, verraten wir Ihnen auf den folgenden Seiten.

Sie finden druckfrische Exemplare im Eingangsbereich der Pusteblume.

Und wenn Sie lieber im Kühlen verweilen und sich den Weg sparen möchten:

Bei einem Klick auf das untere Bild öffnet sich der Pustebote in digitaler Ausführung als .pdf-Datei direkt auf Ihrem Gerät.

Wir wünschen wie immer viel Spaß beim Lesen ☐

PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Bewegung & Freizeit

Sommer, Sonne
Strand und mehr. Wo
Middelkerke liegt und
was man dort sehen
kann, erfahren Sie
auf Seite 3.

Beratung & Unternehmung

Im Foyer der
Pustebblume gibt es
wieder neue Bilder zu
bestaunen. Auf Seite
5, erfahren Sie mehr
dazu.

Extraseite

Auf Seite 6 stellen wir
Ihnen die Buchpaten
vor.

Ehrenamtsportrait

Diese Rubrik widmen
wir dieses mal Frau
Knöfel. Sie kenne
Frau Knöfel nicht?
Dann lesen Sie ab
Seite 7 wer sie ist und
was Sie in der
Pustebblume macht.



© Martin Jäger

Der Pustebote im Juli & August

Die Temperaturen steigen immer
weiter und in der Pustebblume wird es
immer ruhiger. Welche Kurse in die
Sommerpause gehen und was es sonst
noch neues gibt verraten wir Ihnen auf
den folgenden Seiten.

Das aktuelle Titelbild ist von Herr
Martin Jäger. Wollen Sie Ihr Foto auf
der Titelseite des Pusteboten sehen,
dann schreiben Sie einfach an
m.subklew@spi-ost.de.

www.spi-ost.de

[Der Pustebote im Juni](#)



Wie sieht bei uns das Sommerprogramm aus? Das und vieles mehr im neuen Pusteboten.

Sie finden druckfrische Exemplare im Eingangsbereich der Pusteblume.

Mit einem Klick auf das untere Bild öffnet sich der Pustebote in digitaler Ausführung als .pdf-Datei.

Wir wünschen wieder viel Spaß beim Lesen und Knobeln ☐



PUSTEBOTE

Miteinander | Gemeinsam | Hand in Hand

Kulturelles, Bildung & Medien

Der Fototreff sucht neue Mitglieder. Lesen Sie auf Seite 2 wer wir sind und was wir machen. Vielleicht bekommen Sie Lust mit uns die Stadt zu erkunden.

Bewegung & Freizeit

Sie haben Fragen zum Thema Schwerbehinderung? Wo Sie Antworten bekommen erfahren Sie auf Seite 3.

Beratung & Unternehmung

Sie haben Rhythmus im Blut und wollen diesen auch in Bewegung bringen? Dann lesen Sie auf Seite 5, welche Möglichkeiten es in der Pustebote gibt.



© Sabine Knöfel

Der Pustebote im Juni

Friedrich Nietzsche schrieb in einem Brief an Heinrich Köselitz „Lieber Freund, was für ein Sommer! Ich denke Sie mir im Zimmer sitzend mehr Omelette als Mensch.“ So heiß ist es bei uns noch nicht, aber der Sommer hat ja auch erst angefangen. So auch die Urlaubszeit. Wir suchen für die Rubrik Reiselust immer wieder tolle Geschichten. Sollten auch sie einen schönen Urlaub gehabt haben, dann schicken Sie uns einfach unter m.subklew@spi-ost.de ihre Geschichte. Das aktuelle Titelbild ist von Frau Sabine Knöfel.

