

# ZEIT MIT- EINANDER IM ORTSTEIL

Manchmal braucht es nur einen guten Grund, um rauszukommen und andere zu treffen.



Mit „Zeit Miteinander im Ortsteil“ laden ZMO, Nachbarn-Füreinander e.V. und Ortsvorsteher Manfred Lippold Dich ein zu Nachmittagen voller Begegnung, Gespräche und gemeinsamer Erlebnisse. Mal wird gebabbelt, mal gespielt, mal geraten oder zugehört – immer in lockerer Atmosphäre und mit bekannten Gesichtern aus Bretzenheim.

**PROGRAMM**

**27.08.25**

15:00-17:00

**„EFACH MOL BABBELE!“**

**BABELNACHMITTAG MIT MANFRED LIPPOLD**

Setz Dich dazu, schnapp Dir 'n Kaffee oder 'n Stück Kuchen – und dann wird gebabbelt, wie uns der Schnabel gewachsen is. Ob Alltagsgeschichten, Neuigkeiten aus'm Ort oder einfach mal so: alles darf auf den Tisch. Unser Ortsvorsteher Manfred Lippold sorgt dafür, dass jede\*r ins Gespräch kommt. Hier lernst Du Nachbarinnen und Nachbarn kennen, die Du vielleicht noch nie getroffen hast. Du gehst heim mit dem Gefühl: „Gut, dass ich rausgegangen bin – so macht Miteinander Spaß.“

**24.09.25**

15:00-17:00

**„WEESDE NOCH...?“**

**MUSIKQUIZ MIT MANFRED LIPPOLD**

Manfred Lippold spielt Dir bekannte Melodien und echte Überraschungen vor – und Du rätst mit: Wer hat's gesungen? Aus welchem Jahr is der Hit? Zwischendurch wird erzählt, gelacht und über Musikgeschichten aus Bretzenheim und der Welt geplauscht. Du wirst staunen, wie viele Erinnerungen ein paar Takte Musik wecken können – und wie schnell man ins Gespräch kommt. Am Ende zählt net, wer die meiste Punkte hat, sondern dass wir gemeinsam Spaß hatten.

**29.10.25**

15:00-17:00

**„MENSCH ÄRGER MICH NICHT!“**

**SPIELENACHMITTAG MIT MANFRED LIPPOLD**

Kartenspiele, Brettspiele, Würfelspiele – alles, was Laune macht. Manfred Lippold sorgt für lockere Runden, in denen es gern mal zu kleinen Neckereien und viel Gelächter kommt. Wer mag, bringt sein Lieblingsspiel mit,

vielleicht entdecken wir gemeinsam etwas Neues. Hier zählt nicht, wer gewinnt, sondern dass wir zusammen spielen und Zeit miteinander verbringen. Du gehst heim mit dem Gefühl, einen fröhlichen Nachmittag mit netten Leuten verbracht zu haben.

**05.11.25**

14:00-17:00

## **PFLEGE BEDÜRFTIG – UND NUN?**

### **VORTRAG: PFLEGESTÜTZPUNKT MAINZ BRETZENHEIM**

Pflegebedürftig – und nun? Der Pflegestützpunkt Bretzenheim zeigt Dir, wie und wo Du einen Pflegegrad beantragst und welche Leistungen es in der gesetzlichen Pflegeversicherung gibt. Außerdem erfährst Du, an wen Du Dich wenden kannst, wenn Du Rat oder Unterstützung brauchst – neutral, kostenlos und direkt vor Ort. Du gehst mit einem klaren Fahrplan nach Hause, wie Du oder Angehörige im Pflegefall vorgehen können. So bist Du vorbereitet und weißt, dass es kompetente Anlaufstellen in Deiner Nähe gibt.

**26.11.25**

14:00-15:00

## **DAHEIM GUT LEBEN**

### **VORTRAG VON KARL-HEINZ PASTOORS (NACHBARN FÜREINANDER E.V.)**

Karl-Heinz Pastoors spricht darüber, wie man auch im Alter sicher, bequem und selbstbestimmt wohnen kann. Du erfährst, welche Umbauten oder Hilfen den Alltag leichter machen. Beispiele aus der Praxis zeigen, dass gute Lösungen nicht teuer oder kompliziert sein müssen. Du bekommst Anregungen, wie Du Dein Zuhause an Deine Bedürfnisse anpassen kannst. So bleibt es ein Ort, an dem Du Dich wohl und sicher fühlst.

ZMO, Nachbarn-Füreinander e.V. und Ortsvorsteher Manfred Lippold wollen Menschen im Ort wieder mehr zusammenbringen – aus den Wohnungen auf die Straße, von der Vereinzelung ins Miteinander. Offen für alle, kostenlos und ohne Anmeldung – komm einfach vorbei!

Eine Kooperation von:

**ZMO Mainz e.V.**

NACHBARN  
FÜREINANDER e.V.

