



Mittagstisch

Montag bis Freitag
12.00 bis 14.00 Uhr
täglich frisch gekocht

Sozialberatung & Formulareprechstunde

Montag 10.00 bis 12.00 Uhr
Mittwoch 9.00 bis 12.00 Uhr
Donnerstag 9.30 bis 12.30 Uhr

Mo & Mi nur mit Anmeldung:
0163-5219400
beratung@kiz-gallus.org

Lernnetz

Montag bis Freitag
16.00 bis 19.00 Uhr

unterstützt arbeiten
& recherchieren
am PC

Seniorinnen- und Senioren-Sport

Anmeldung erforderlich

Montag 16.00 Uhr Rückenfit

Montag 17.00 Uhr Gymnastik

Dienstag 18.00 Uhr Zumba Gold

Donnerstag 17.45 Uhr Fit im Alter

Café Vielfalt

Mittwoch 15.00 bis 17.30 Uhr

selbstgebackener Kuchen,
Kaffee & Gespräche

Bewegungs- Spaziergang

Dienstag, 13.00 bis 14.00 Uhr
Treffpunkt:
MGH Haupteingang

Digitale Unterstützung

für ältere Menschen

Mittwoch bis Freitag
15.00 bis 17.00 Uhr

Termine Sommer 2024

Sonntag, 30. Juni 11.00 Uhr
Vortrag Rente und Steuern

Sonntag, 30. Juni 18.00 Uhr
EM-Achtelfinale live im Familienrestaurant

Dienstag, 2. Juli 18.00 Uhr
EM-Achtelfinale live im Familienrestaurant

Sa, 13. Juli 10.00 Uhr
Letzte Hilfe Kurs für Interessierte und Angehörige

Di, 23. Juli 15.00 Uhr
Fahrrad-Repaircafé im Hof des MGH

Sonntag, 4. August 11.00 Uhr
IT-Sicherheitsfrühstück : online Banking und sicher Einkaufen

Dienstag, nn.
Frankfurts Neue Altstadt - Lesung mit Freddy Langer

Dienstag, nn.
Altstadt-Führung mit Sascha-Drees

Kontakt:

Mehrgenerationenhaus

Idsteiner Straße 91

Bus 52; H Schneidhainer Straße

Telefon: 069-95 407 690

Mobil: 0176-57 686 237

E-Mail: staem@kiz-gallus.org

Wir freuen uns auf Sie!

Franca Schirmmacher und das Team STÄM

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Kofinanziert von der
Europäischen Union