



Bewegungskrabbeltreff

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Montag

1-4 Jahre

angela.lauterbach@kiz-gallus.org

08.30 - 10.00 Uhr

Tageseltern Krabbeltreff

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Montag

Mittwoch

Tageseltern aus dem Gallus

fotomoog@gmail.com

09.30 - 12.00 Uhr

09.30 - 12.00 Uhr

Still- und Bindungscafé

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Montag

0-1,5 Jahre

0176 97716718 / 0176 16816133

hebammenstation@kiz-gallus.org

13.00 - 14.30 Uhr

Geburtsvorbereitungskurs

Für wen:

Anmeldung & Kontakt

Dienstag

werdende Mütter

sabine.vultee@kiz-gallus.org

13.00 - 15.00 Uhr



**Talk and Walk
Spaziergang**

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Dienstag

frischgebackene Eltern

hebammenstation@kiz-gallus.de

11:00 - 12:00 Uhr

Krabbeltreff Drop-In

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Donnerstag

0-3 Jahre

angela.lauterbach@kiz-gallus.org

09.30 - 11.00 Uhr

Musikkrabbeltreff

Für wen:

Anmeldung und Kontakt:

Donnerstag

0-3 Jahre

keine Anmeldung erforderlich

11.00 - 12.00 Uhr

Bewegungskrabbeltreff

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Donnerstag

1-4 Jahre

angela.lauterbach@kiz-gallus.org

11.00 - 12.00 Uhr

papa[plus] Bewegung

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Freitag

Papas mit Kleinkindern

0176 46295244

papaplus@kiz-gallus.org

16.00 - 17.00 Uhr





Deutsch für Ukrainer*innen

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Montag (gemischt) 15.00 - 16.30 Uhr
Dienstag (7-10 J.) 15.00 - 16.30 Uhr
Mittwoch (11-18 J.) 15.00 - 16.30 Uhr
Donnerstag (12-27 J.) 15.00 - 16.30 Uhr
Jugendliche und junge Erwachsene 7-27 Jahre
okja-team@kiz-gallus.de
0151 23252771 WhatsApp

Deutsch Selbstlernen

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Montag 09.00 - 12.00 Uhr
Dienstag 09.00 - 12.00 Uhr
Frauen, unterschiedliche Niveaus
Mi. 10.00 Uhr, Do. 09.00 Uhr und Fr. 09.00 Uhr
thomas.kurze@kiz-gallus.org

Deutsch Einstiegskurs

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Dienstag 10.00 - 12.00 Uhr
Mittwoch 10.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag 10.00 - 12.00 Uhr
Freitag 12.00 - 14.00 Uhr
Frauen ohne Vorkenntnisse
avishan.mousavi@kiz-gallus.org
0177 1866603 WhatsApp

Deutsch Fragen

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Mittwoch 10.00 - 12.00 Uhr
Frauen A1 bis A2
Mi. 10.00 Uhr, Do. 09.00 Uhr und Fr. 09.00 Uhr
thomas.kurze@kiz-gallus.org

Deutsch A1 / A2

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Donnerstag 09.00 - 12.00 Uhr
Freitag 09.00 - 12.00 Uhr
Frauen mit guten Grundkenntnissen
Mi. 10.00 Uhr, Do. 09.00 Uhr und Fr. 09.00 Uhr
thomas.kurze@kiz-gallus.org

Deutschunterricht A1

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Dienstag 09.30 - 12.00 Uhr
Dienstag 15.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag 10.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag 14.00 - 17.00 Uhr
Frauen A1 („Turbo“ – schnelleres Lerntempo)
olena.mestharm@kiz-gallus.org

Deutschunterricht A2/B1

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Mittwoch 09.30 - 11.30 Uhr
Freitag 09.30 - 11.30 Uhr
Frauen A2/ B1
ruth.hopfenmueller@kiz-gallus.org





PC Kurs

Montag	14.00 - 16.00 Uhr
Mittwoch	14.00 - 16.00 Uhr
Donnerstag	14.00 - 16.00 Uhr

Für wen:

Frauen ohne Vorkenntnisse

Anmeldung & Kontakt:

thomas.kurze@kiz-gallus.org

Lernnetz Frankfurt

Montag	16.00 - 19.00 Uhr
Dienstag	16.00 - 19.00 Uhr
Mittwoch	16.00 - 19.00 Uhr
Donnerstag	16.00 - 19.00 Uhr
Freitag	16.00 - 19.00 Uhr

Für wen:

PC-Arbeitsplätze

Anmeldung & Kontakt:

Anmeldung vor Ort

LNF@kiz-gallus.org

Digitaltreff (PC, Tablet, Handy)

Donnerstag	14.00 - 15.30 Uhr
-------------------	--------------------------

Für wen:

Anfangende

Kontakt:

jessica.wiegand@kiz-gallus.org





Offener Jugendtreff

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Montag
Donnerstag
Freitag
ab 12 Jahre
okja-team@kiz-gallus.de

15.00 – 18.30 Uhr
15.00 – 18.30 Uhr
15.00 – 18.30 Uhr



Vegetarisches Mittagessen

Info:
Kontakt:

Montag – Freitag
Stammessen für 3,50€
Großgruppen bitte anmelden: kueche@kiz-gallus.de

12.30 – 16.00 Uhr



Dienstagsküche

Für wen:
Info:
Anmeldung & Kontakt:

Dienstag
Personen ab 50 Jahren (Teilnehmeranzahl begrenzt)
Gemeinsam kochen, bewegen und gesund essen
0176 43388034

14.00 – 17.00 Uhr

Mädchentreff

Für wen:
Kontakt:

Mittwoch
Mädchen 12-17 Jahre
okja-team@kiz-gallus.de

15.00 – 18.30 Uhr



Lesetreff

Für wen:
Kontakt:

Donnerstag
Erwachsene & Erwachsene mit kleinen Kindern
jessica.wiegand@kiz-gallus.org

13.00 – 15.30 Uhr

Café Vielfalt

Für wen:
Kontakt:

Donnerstag
Familien
info@casa-cultural-cubana.de
guelperi.saritas@kiz-gallus.org

15.30 – 18.00 Uhr

Spieleabend

Für wen:
Kontakt:

Donnerstag
verschiedene Altersgruppen
spieleabend@kiz-gallus.de

19.00 – 00.00 Uhr

Somalischer Frauentreff

Für wen:
Kontakt:

Freitag
Frauen
zahra.dool@kiz-gallus.org

12.30 – 17.00 Uhr

Frauenfrühstück

Für wen:
Kontakt:

Freitag
Frauen
jana.fingarova@kiz-gallus.org
0176 48074999

09.00 – 10.00 Uhr

Café Diwan

Für wen:
Kontakt:

3. Sonntag im Monat
Familien
mounia.fissal@kiz-gallus.org

14.00 – 18.00 Uhr

Gallus Spieler*innen

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

3. Sonntag im Monat
Verschiedene Altersgruppen
dorisrp@arcor.de

14.00 – 17.00 Uhr

Frauen Café

Für wen:
Kontakt:

Montag
Dienstag
Mittwoch
Frauen & Mütter (auch ukrainisch)
olena.mestharm@kiz-gallus.org
0176 47099584

15.00 – 18.00 Uhr
17.30 – 21.00 Uhr
14.30 – 18.30 Uhr





Rückenfit

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Montag

16.00 - 17.00 Uhr

ab 50 Jahren

sophia.stenzel@kiz-gallus.org

0176 43388034



Gymnastik

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Montag

17.00 - 18.00 Uhr

ab 50 Jahren

sophia.stenzel@kiz-gallus.org

0176 43388034



Bellywood Dance

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Montag

17.30 - 19.30 Uhr

Frauen aller Altersgruppen

h.maknooni@yahoo.de

0176 50448670



Orient Fitness

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Montag

19.30 - 21.00 Uhr

Frauen aller Altersgruppen

h.maknooni@yahoo.de

0176 50448670



Zumba Gold

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Dienstag

18.00 - 19.00 Uhr

Frauen ab 50 Jahren

sophia.stenzel@kiz-gallus.org

0176 43388034



Pilates

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Dienstag

19.00 - 20.00 Uhr

16-70 Jahre

info@bewegungsimpulse.de

069 41076731



Yoga 50+

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Mittwoch

08.00 - 09.00 Uhr

ab 50 Jahren

sophia.stenzel@kiz-gallus.org

0176 43388034



Ground Movement

Für wen:

Anmeldung & Kontakt:

Mittwoch

17:30 - 18:00 Uhr

Jugendliche 12-16 Jahre

vorstand@sv66.de





Contemporary Dance:

Für wen:
Kontakt:

Mittwoch 18.00 - 19.00 Uhr
Jugendliche und junge Erwachsene
maria.frades@kiz-gallus.org

Yoga für Frauen

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr
Frauen
ivana.rajevac-guduric@kiz-gallus.org

Fit im Alter

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Donnerstag 17.45 - 18.45 Uhr
ab 50 Jahren
sophia.stenzel@kiz-gallus.org
0176 43388034



Hatha Yoga

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Donnerstag 19.30 - 20.45 Uhr
16-70 Jahre
info@bewegungsimpulse.de
069 41076731



papa[plus] Bewegung

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Freitag 15.00 - 16.00 Uhr
Papas mit Kleinkindern
0176 46295244
papaplus@kiz-gallus.org



Tanztraining der Silberfunken

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Freitag 18.00 - 21.00 Uhr
verschiedene Altersgruppen
ramona.hirsch@googlemail.com
0173 4612246



Flamenco

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Freitag 18.00 - 20.00 Uhr
Frauen
sanchezangela1210@gmail.com

Bulgarische Volkstänze

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Sonntag 10.00 - 13.30 Uhr
verschiedene Altersgruppen
elena.pelova@kiz-gallus.org



kubanisches Tanztraining

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

2. + 4. Sonntag im Monat
10.00 - 14.00 Uhr
verschiedene Altersgruppen
info@casa-cultural-cubana.de

Tango

Für wen:
Anmeldung & Kontakt:

Sonntag 16.00 - 19.00 Uhr
verschiedene Altersgruppen
Roque Crespo 0162 2471512





Sozialberatung

Montag 09.30 - 16.30 Uhr
Dienstag 12.00 - 17.30 Uhr
Donnerstag 09.30 - 16.30 Uhr
Freitag 09.30 - 16.30 Uhr

Kontakt:

Martin Bongards
beratung@kiz-gallus.de
0163 6621716

Arbeitsmarkt- und Sozialberatung (auch serbisch, kroatisch und bosnisch)

Kontakt:

Montag 10.00 - 12.00 Uhr

Marija Stefanovic
beratung@kiz-gallus.de
0163 5219400

Telefonische Arbeitsmarkt- und Sozialberatung

(auch serbisch, kroatisch und bosnisch)

Anmeldung & Kontakt:

Dienstag 09.00 - 11.00 Uhr

Marija Stefanovic
beratung@kiz-gallus.de
0163 5219400

Offene Beratung für Frauen

(auch serbisch, kroatisch und bosnisch)

Anmeldung & Kontakt:

Mittwoch 09.00 - 14.00 Uhr

Marija Stefanovic
beratung@kiz-gallus.de
0163 5219400

Formularsprechstunde

(auch bulgarisch)

Kontakt:

Donnerstag 10.30 - 12.30 Uhr

Jana Fingarova
beratung@kiz-gallus.de
0176 48074999

Formularsprechstunde und Arbeitsmarktberatung

Kontakt:

Freitag 10.00 - 13.00 Uhr

Franca Schirmmacher
beratung@kiz-gallus.de
0163 6621716

MEGA e. V.

Pflege- und Gesundheitsberatung

Kontakt:

Dienstag 10.00 - 12.00 Uhr
14.00 - 16.00 Uhr

kontakt@mega-ev.de
0176 62467032





Basis Nähkurs

Anmeldung & Kontakt:

Montag

13.30 - 17.00 Uhr

franca.schirmmacher@kiz-gallus.org
069 75006986

Upcycling Nähkurs

Anmeldung & Kontakt:

Mittwoch

13.30 - 17.00 Uhr

franca.schirmmacher@kiz-gallus.org
069 75006986

Chor

Anmeldung & Kontakt:

letzter Donnerstag im Monat

19.00 - 20.30 Uhr

jana.fingarova@kiz-gallus.org
0176 48074999

Begleitetes Malen/Maltherapie

Anmeldung & Kontakt:

Freitag

10.00 - 12.00 Uhr

nada.virovac@kiz-gallus.org
0170 8169489

Wir – Kreatives Gestalten

Anmeldung & Kontakt:

Freitag

10.00 - 12.30 Uhr

ivana.rajevac-guduric@kiz-gallus.org
0163 5219351

Dudelsackgruppe

Anmeldung & Kontakt:

Sonntag

10.00–13.00 Uhr

jorge.perez.fernandez@outlook.com

Garten AG & Garten Aktionen

Anmeldung & Kontakt:

Verschiedene Termine

jessica.wiegand@kiz-gallus.org
garten@kiz-gallus.org
069 75002928

Musikschule Frankfurt

Anmeldung & Kontakt:

Verschiedene Termine

info@musikschule-frankfurt.de
069 21239849

