

## Mittagstisch

Montag bis Freitag  
12.00 bis 14.00 Uhr  
täglich frisch gekocht

## Sozialberatung & Formularsprechstunde

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:  
0163-521 94 00  
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 Herbst 2024

**Dienstag, 17. September 14.00 Uhr**  
Städel Frauen - Führung durch die Ausstellung

**Mittwoch, 25. September 14.00 Uhr**  
Altstadtführung mit Sascha Drees

**Donnerstag, 26. September 9.30 - 18.30 Uhr**  
Mitmach-Fest im Naturerfahrungsraum Schneidhainer Straße

**Freitag, 4. Oktober 9.00 Uhr**  
Frauenfrühstück mit Vortrag „Klimafreundliche Ernährung“

**Dienstag, 8. Oktober 14.00 Uhr**  
Städel Frauen - Führung durch die Ausstellung

**Mittwoch, 9. Oktober, 18.30 Uhr**  
Filmabend „Everything will Change“

**Montag, 18. November 18.00 Uhr**  
Bärbel Schäfer liest aus ihrem Buch  
„Avas Geheimnis“

## Wo

Mehrgenerationenhaus  
Idsteiner Straße 91  
60326 Frankfurt a.M.  
Bus 52; H Schneidhainer Straße

## Kontakt

Kinder im Zentrum Gallus e.V.  
Telefon: 069-75 006 986  
Mobil: 0176-57 686 237  
E-Mail: staem@kiz-gallus.org  
www.kiz-gallus.de

Gefördert durch: