

InFö e.V. ist seit 1983 ein gemeinnütziger Verein. Neben unserer Beratung für erwachsene Zugewanderte können Menschen bei uns Deutsch lernen und unsere Angebote nutzen.

In unserem interkulturellen Mehrgenerationenhaus Tübingen und Stadtteiltreff Mitte-West sind alle willkommen. Es begegnen sich Singles und Familien, Jugendliche und Ältere, Menschen aus Deutschland und Zugewanderte.

Unser Haus und unsere Angebote stehen allen Menschen, so unterschiedlich sie sind, offen. Wir bieten Raum für gemeinsame Aktivitäten und schaffen ein nachbarschaftliches Miteinander und Zusammenhalt in unserer Stadt.

Wir suchen Ehrenamtliche!

Mehrgenerationenhäuser leben vom ehrenamtlichen Engagement vieler Bürger:innen. So ist es auch bei uns. Du hast Interessen oder Talente? Gib dein Wissen oder Können an andere weiter! Alles was du brauchst, ist die Freude an der Zusammenarbeit mit anderen Menschen und ein bisschen Zeit.

Bei uns kannst du:

- > Gruppen oder Kurse anbieten (z.B. Musik, Kochen, Sprachen, Bewegung, Eltern-Kind Treffs, Spielereffs)
- > im Café mitarbeiten
- > bei Veranstaltungen unterstützen
- > bei der Öffentlichkeitsarbeit mitwirken
- > Deutsch Nachhilfe geben

Wir freuen uns auf dich!

InFö e.V., Mehrgenerationenhaus (MGH)

Mauerstr. 2, 72070 Tübingen

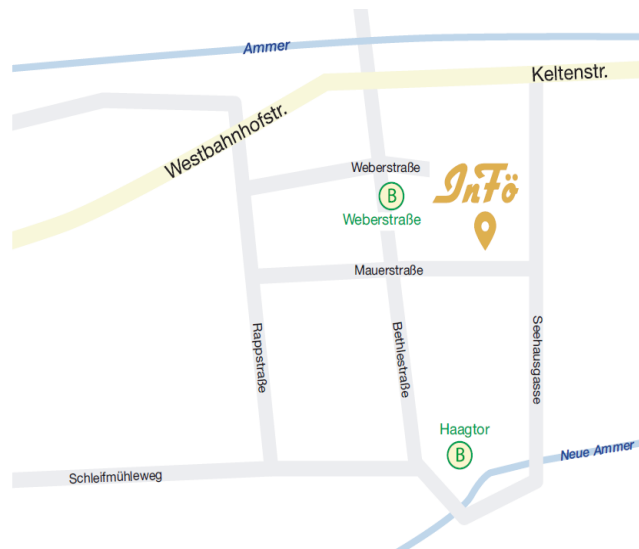
Kontakt: Daria Braun

Telefon: 07071/9739288

E-Mail: mgh@infoe-tuebingen.de

Homepage: www.infoe-tuebingen.de

Instagram: [infoe_tuebingen](https://www.instagram.com/infoe_tuebingen)



Gefördert von:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



INTERKULTURELLES
MEHREGENERATIONENHAUS
TÜBINGEN
&
STADTTEILTREFF MITTE-WEST



MONTAG

COMPUTERKURS BASISGRUNDLAGEN

17:30 - 19:00 - im Café (1.OG) mit Maxi
Hier lernst du, wie du einen Computer bedienst.
Einführung in Windows, in das Internet und in Word.
Kurstermine: 23.01. / 30.01. / 06.02. / 13.02. / 20.02.
Anmeldung bei Daria Braun 07071-9739288

YOGA (in English)

6-7pm - via Zoom with Solmaz
Want to do something fun and active with other people? Join us to improve posture, strengthen your body and concentration, which will increase relaxation and lead to better sleep. No experience needed!
Register via solmaz.mohadjer@gmail.com

FORRÓ

20.00 - 22.00 Uhr - im Café (1.OG) mit Sebastian
Forró ist ein brasilianischer Paartanz, bei dem sich die Partner mit dem ganzen Körper berühren. Wichtige Instrumente sind Zabumba, Sanfona und die Triangel. Die Bewegungen der Partner sind synchron.

DIENSTAG

NÄHEN, STRICKEN, UPCYCLING - WORKSHOP

Am 24.01. von 17 bis 19:30 Uhr im Café (1.OG) mit Johanna und Barbara
Wir nähen, stricken und üben Deutsch zusammen.
Nähexpert:innen sind genauso willkommen wie Anfänger:innen. Nähmaschinen, Stoffe, Wolle und Kurzwaren sind vorhanden.

DONNERSTAG

DEUTSCH PRAKTISCH

10.30 - 12.00 Uhr - Im Café (1.OG) mit Susi
Du möchtest dein Deutsch verbessern? Hier lernen wir neue Wörter und sprechen in einer kleinen Gruppe miteinander.

FREITAG

DEUTSCH PRAKTISCH ONLINE

10.30 - 12.00 Uhr per Skype mit Margret
Du möchtest dein Deutsch verbessern? Hier lernen wir neue Wörter und sprechen in einer kleinen Gruppe miteinander.
Anmelden unter: mgh@infoe-tuebingen.de

SAMSTAG

LIBERTY DANCE - Tanzen für Frauen mit Flucht- oder Migrationserfahrung

14.00 - 15.30 Uhr im Saal des Deutsch-Amerikanischen Instituts (Karlstraße 3)
Let's dance together! Im d.a.i. wird jeden Samstag getanzt, entspannt, gelacht und die Freude an der Bewegung gefeiert.

SONNTAG

WINTERSPIELSTUBE

14.30 - 17.30 Uhr im Café (1.OG) mit Julia (auf Deutsch und Russisch)
Hier können Babys, kleine Kinder und ihre Geschwister im Warmen spielen, und die (Groß-)Eltern gemütlich eine heiße Tasse Kaffee oder Tee trinken. Es wird gespielt, gebastelt und gelacht.

YOGA (in English)

6-7pm via Zoom with Miguel
Register via solmaz.mohadjer@gmail.com

MONTAG BIS FREITAG

OFFENES CAFÉ (1.OG)

Montag bis Freitag 10.00 - 11.00 Uhr
Wir freuen uns auf euren Besuch!

LEIHBÜCHEREI im Café (1.OG)

Ob Roman, Sachbuch, Kinderbuch oder Wörterbuch - in unserem Café findet ihr eine große Auswahl an Büchern in Deutsch aber auch vielen anderen Sprachen. Ausleihe kostenlos.
Montag bis Donnerstag 09.00 - 16.00 Uhr

KLEIDUNG GESUCHT?

In unserem Café gibt es Secondhand Kleidung für Menschen aus dem Viertel. Sie kann umsonst mitgenommen werden.
Montag bis Freitag 09.00 - 16.00 Uhr

GRUNDBILDUNG

Sie kennen Menschen im Erwachsenenalter, die nicht fließend lesen und schreiben können?
Im Februar startet ein neuer Grundbildungskurs in Lese-, Schreib- und Rechenkompetenz für Erwachsene.
Anmeldung bis zum 29.01.2023 unter:
Tel: 07071-9739288 oder mgh@infoe-tuebingen.de

DEUTSCH NACHHILFE

Sie kennen Menschen, die Unterstützung beim Deutsch lernen brauchen? Wir vermitteln kostenfreie Nachhilfe.
Anmeldung unter: mgh@infoe-tuebingen.de

Alle Angebote sind kostenlos!