

WER WIR SIND

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. Im interkulturellen Mehrgenerationenhaus sind alle willkommen. Es begegnen sich Singles und Familien, Jugendliche und Ältere, Menschen aus Deutschland und Zugewanderte. Wir bieten Raum für gemeinsame Aktivitäten und schaffen ein nachbarschaftliches Miteinander und Zusammenhalt in unserer Stadt.

Wir suchen Ehrenamtliche!

Im Mehrgenerationenhaus kannst du beim vorhandenen Programm mitwirken oder eine eigene Aktivität starten.

Insbesondere suchen wir nach Menschen, die unser offenes Café gerne mitgestalten möchten!

Mehr dazu unter "Wir suchen" auf unserer Website oder per E-Mail oder Telefon.

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
- > Nachhilfe geben

Wir freuen uns auf Dich!

KONTAKTDATEN

InFö e.V., Mehrgenerationenhaus (MGH)

Mauerstr. 2, 72070 Tübingen

Kontakt: Lea Riße

Telefon: 07071/9739288

E-Mail: mgh@infoe-tuebingen.de

Homepage: www.infoe-tuebingen.de

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

Bürozeiten: Montag - Donnerstag: 9.30 - 13.30 Uhr



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend



MONATSPROGRAMM JANUAR 2026



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

InFö 
INTEGRATION FÖRDERN

Interkulturelles Mehrgenerationenhaus Tübingen & Stadtteiltreff Mitte-West



MONATSPROGRAMM JANUAR 2026

Montag

Deutsch Konversation - ab B2

13:00 - 14:00 Uhr im Café (1. OG) mit Michael
Wir unterhalten uns auf Deutsch über aktuelle Themen..
Dabei erweitern wir unseren Wortschatz und üben Grammatik.

Lese- und Schreibtreff für Erwachsene

14:00 - 15:30 Uhr im Café (1. OG)
Möchten Sie ihr Lesen und Schreiben verbessern?
Dann melden Sie sich bitte über email oder Telefon an!*

Yoga online - in English

18:00 - 19:30 Uhr online via ZOOM with Solmaz
Start the week every Monday with a lively yoga session with a certified teacher. No experience needed!**Please check the program: yoga.solmazmohadjer.com/schedule.html**
Please register via: solmaz.mohadjer@gmail.com

Forró

20:00 - 22:00 Uhr im Café (1.OG) mit Sebastian
Brasilianischer Paartanz, der die natürliche Körperbewegung widerspiegelt. Auch für Anfänger:innen geeignet.

Mittwoch

Nähen, Stricken, Upcycling & Deutsch

17:00 - 19:30 Uhr im Café (1.OG) mit Barbara & Johanna
Wir nähen, stricken und üben dabei Deutsch zusammen.
Nähmaschinen und Materialien sind vorhanden.

Donnerstag

Neu! Nachhilfe für Schüler*Innen

16:00-17:00 Uhr in Raum 4 (1.OG)
Keine Panik vor Klassenarbeiten!
Schulstoff vertiefen – verständlich und geduldig von Student*Innen erklärt. Um Anmeldung wird gebeten!*

MONATSPROGRAMM JANUAR 2026

Freitag

Deutsch Praktisch Online - ab A2

10:00 - 11:30 Uhr via Skype mit Margaret
Wir lernen neue Wörter und sprechen in einer kleinen Gruppe über verschiedene Themen.*

Neu! Nachhilfe für Schüler*Innen

16:00-17:00 Uhr in Raum 4 (1.OG)
Keine Panik vor Klassenarbeiten!
Schulstoff vertiefen – verständlich und geduldig von Student*Innen erklärt. Um Anmeldung wird gebeten!*

Samstag

Art course for beginners

14:00 - 16:00 Uhr in Raum 4 (1.OG) with Daria and Aleksandra
Learn to draw, explore artistic styles, and apply your skills in creative hands-on projects.
Course language: Ukrainian, Russian, English.

English for children

15:00 - 16:00 Uhr in Raum 2 (2.OG) with Crystal and Muntaha
Habt ihr Lust spielerisch Englisch zu lernen? Dann kommt gerne vorbei! Let 's learn english!

Sonntag

Arabischunterricht für Kinder

10:30-13:30 Uhr im Café (1.OG)
Ihr seid zwischen 7 und 13 Jahre alt und habt Lust, Arabisch zu lernen oder euer Arabisch zu verbessern? Dann seid ihr bei uns genau richtig!

Yoga Online - in English

18.00 - 19.00 Uhr online via Zoom with Miguel
Improve your posture, strengthen your body and concentration.
No experience needed!
Register via: solmaz.mohadjer@gmail.com

Winterspielstube

14:30 - 17:30 Uhr im Café (1.OG) mit Julia
Hier können Kinder und ihre (Groß-)Eltern jeden Sonntag im Warmen spielen und basteln. Einfach vorbeikommen!

MONATSPROGRAMM JANUAR 2026

Aktuelles

Winterpause im Mehrgenerationenhaus von 23. Dezember - 6. Januar

Im Dezember und Januar gehen wir für 2 Wochen in die Winterpause!

In dieser Zeit gibt es bei uns

keine Angebote!

Wir freuen uns auf euch
ab dem 7. Januar!

Alles kostenfrei!

Weitere Angebote

Offenes Café

Montag bis Freitag von 10.00 - 13.30 Uhr
Leihbücherei In unserem Café findet ihr eine große Auswahl an Büchern auf Deutsch und vielen anderen Sprachen.

Montag bis Donnerstag von 9.00 - 17.00 Uhr
Freitag von 9.00 - 13.00 Uhr

PC Arbeitsplatz im 2. OG

Freie PC Nutzung von 9.00 - 17.00 Uhr.

Grundbildung für Erwachsene

Lesen, Schreiben, Rechnen und digitale Kompetenzen stärken.

*Anmeldungen unter:

Tel: 07071/9739288 oder
mgh@infoe-tuebingen.de