



Bild: DhanushkaSG

OKTOBER 2024

Frühstück
9.00-
11.30 Uhr

Mittagstisch
12.00-
14.00 Uhr

MEHRGENERATIONENHAUS IM GEORGSHOF

Steinweg 20
38518 Gifhorn

Küche: 05371/ 61 95 12- 12
Büro: 05371/ 61 95 12- 10

mgh-georgshof@dachstiftung-diakonie.de



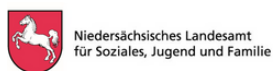
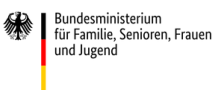
Abb. Barbara Dudzinska

NEU!

Frische saisonale Salatbowl
mit hausgemachtem Dressing
und Baguette 8,50€

Mo - Fr 12-14 Uhr

Gefördert durch:



Öffnungszeiten

Montag - Freitag 9.00 - 15.00 Uhr
Und nach Programm und Vereinbarung

Anfahrt mit dem PKW über Knickwall



DI	01.10	Kürbiscremesuppe mit Kürbisbrot und Salatteller 
MI	02.10	Hackbraten mit Gemüse und Kartoffeln
DO	03.10	Tag der Deutschen Einheit - geschlossen
FR	04.10	Brückentag - geschlossen
		
MO	07.10	Griechische Woche:  Gyros überbacken dazu Krokette
DI	08.10	Griechischer Salatteller mit selbstgebackenem Brot dazu Dip 
MI	09.10	Moussaka- Auflauf mit Hackfleisch, Kartoffeln, Zucchini u. Aubergine
Do	10.10	Bifteki - Frikadellen mit Schafskäse gefüllt dazu griechischen Kartoffelpüree und Salatbeilage
FR	11.10	Sardinen gebacken mit Salat und Brot
MO	14.10	Türkische Woche:  Nudeln mit Knoblauch-Joghurt-Hackfleischsoße
DI	15.10	Gözleme- gefüllte Teigtaschen mit Käse dazu Salat 
MI	16.10	Menemen- Paprika, Zwiebeln, Tomaten- Gemüse mit Reis 
DO	17.10	Köfte- Türkische Frikadelle mit gebratenen Spitzpaprika dazu Wedges
FR	18.10	Thunfisch Frikadellen mit Kisir- türkischer Bulgursalat und Joghurtsoße
MO	21.10	Italienische Woche: Pizza Salami + Schinken oder Pizza Mozzarella + Rucola, dazu Salat 
DI	22.10	Lasagne Bolognese dazu Salatbeilage
MI	23.10	Hähnchenschenkel mit italienischen Kartoffeln aus dem Ofen
DO	24.10	Spaghetti "Ghandi" mit Putenbrust und Ananas 
FR	25.10	Fischfilet mediterran überbacken dazu Reis
MO	28.10	Königsberger Klopse mit Kartoffeln und Salat
DI	29.10	Gemüse-Reis-Pfanne dazu Salat 
MI	30.10	Senfeier mit Kartoffeln und Rote Bete 
DO	31.10	Reformationstag - geschlossen

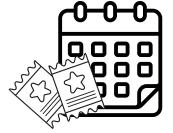
NEU!

**Frische saisonale Salatbowl
mit hausgemachtem Dressing
und Baguette** 8,50€
Mo - Fr 12 - 14 Uhr

 = vegetarisch

Die tollen Gemüseboxen
können ihr im Abo bei der
ReLa Isetal (www.rela-isetal.de)
bestellen und dann direkt bei
eurem Besuch im MGH abholen.





Dienstag 01.10. 10:00 - 11:30 Uhr	Englisch für Senioren	
Mittwoch 02.10. 14:30 - 16:30 Uhr	Treffen Alleinlebender	Elvira.kuhnke@t-online.de
16:00 - 18:00 Uhr	Malkurs Herbstleuchten	edith.jensch@dachstiftung-diakonie.de
19:30 - 21:00 Uhr	Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste	selbsthilfegruppe-depressionen@web.de
Donnerstag 03.10. 15:00 - 17:00 Uhr	Formularhilfe im Freiwilligenzentrum	FWZ 0151-46686975
Freitag 04.10. 14:30 - 17:00 Uhr ab 20 Uhr	Spielenachmittag für Senioren Anne Müller singt - 10 Frauen möchte ich sein	www.annemuellersingt.de Karten im VvK erhältlich im Mehrgenerationenhaus
Samstag 05.10 ab 20 Uhr	Anne Müller singt - 10 Frauen möchte ich sein	www.annemuellersingt.de Karten im VvK erhältlich im Mehrgenerationenhaus
Montag 07.10. 08:00 - 15:30 Uhr	Deutsche Rentenversicherung	Termine: 0531-7006-441
15:00 - 17:00 Uhr	Singgruppe Kneippverein	kneippverein-gifhorn.de
18:00 - 19:30 Uhr	ACTUM Selbsthilfegruppe für Suchterkrankte	S. Kraft 0159-01610499
Dienstag 08.10. 10:00 - 11:30 Uhr	Englisch für Senioren	
10:00 - 17:00 Uhr	Aktionstag TouchLifemobile Massage	B. Schulte 0178-194149
Mittwoch 09.10. 19:30 - 21:00 Uhr	Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste	selbsthilfegruppe- depressionen@web.de
Donnerstag 10.10. 09:30 - 12:00 Uhr	Rentenberatung	W.Schröder 05371-6365601
15:00 - 17:00 Uhr	Formularhilfe im Freiwilligenzentrum	FWZ 0151-46686975
Freitag 11.10. 14:30 - 17:00 Uhr	Spielenachmittag für Senioren	
Montag 14.10. 18:00 - 19:30 Uhr	ACTUM Selbsthilfegruppe für Suchterkrankte	S. Kraft 0159-01610499
Dienstag 15.10. 10:00 - 11:30 Uhr	Englisch für Senioren	
17:30 - 20:00 Uhr	Selbsthilfegruppe Fibromyalgie	Ina Mehlhase 0177-3061130

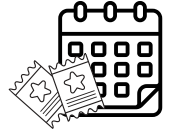
MEHRGENERATIONENHAUS IM GEORGS HOF

Steinweg 20 | 38518 Gifhorn



TERMINE & VERANSTALTUNGEN

Oktober 2024



Mittwoch 16.10.

15:00 - 17:00 Uhr
19:30 - 21:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Schlaganfall
Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste

Rita Rumrich 05371-55486

selbsthilfegruppe-depressionen@web.de

Donnerstag 17.10.

15:00 - 17:00 Uhr

Formularhilfe im Freiwilligenzentrum

FWZ 0151-46686975

Freitag 18.10.

14:30 - 17:00 Uhr

Spielenachmittag für Senioren

Montag 21.10.

18:00 - 19:30 Uhr
18:30 - 20:00 Uhr

ACTUM Selbsthilfegruppe für Suchterkrankte
QiGong Herbstkurs Fortgeschrittene

S. Kraft 0159-01610499

J. Steinbock 05371- 71875

Dienstag 22.10.

10:00 - 11:30 Uhr
10:00 - 17:00 Uhr

Englisch für Senioren
Aktionstag TouchLife mobile Massage

B. Schulte 0178-194149

Mittwoch 23.10.

16:00 - 18:00 Uhr
19:30 - 21:00 Uhr

Malkurs Herbstleuchten
Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste

edith.jensch@dachstiftung-
diakonie.de

selbsthilfegruppe-
depressionen@web.de

Donnerstag 24.10.

09:30 - 12:00 Uhr
11:00 - 12:30 Uhr
15:00 - 17:00 Uhr
18:30 - 20:00 Uhr

Rentenberatung
Vortrag weißer Ring- Schockanrufe und Enkeltrick
Formularhilfe im Freiwilligenzentrum
QiGong Herbstkurs Anfänger

W.Schröder 05371-6365601

K.H Becker

FWZ 0151-46686975

J.Steinbock 05371-71875

Freitag 25.10.

14:30 - 17:00 Uhr
15:00 - 17:00 Uhr

Spielenachmittag für Senioren
Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose

Montag 28.10.

18:00 - 19:30 Uhr
18:30 - 20:00 Uhr

ACTUM Selbsthilfegruppe für Suchterkrankte
QiGong Herbstkurs Fortgeschrittene

S. Kraft 0159-01610499

J.Steinbock 05371-71875

Dienstag 29.10

10:00 - 11:30 Uhr
15:00 - 17:00 Uhr

Englisch für Senioren
Selbsthilfegruppe Parkinson

Mittwoch 30.10

16:00 - 18:00 Uhr
19:30 - 21:30 Uhr

Malkurs Herbstleuchten
Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste

edith.jensch@dachstiftung-diakonie.de

Donnerstag 31.10

15:00 - 17:00 Uhr
18:30 - 20:00 Uhr

Formularhilfe im Freiwilligenzentrum
QiGong Herbstkurs Anfänger

FWZ 0151-46686975

J.Steinbock 05371-71875

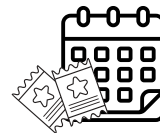
MEHRGENERATIONENHAUS IM GEORGSCHOF

Steinweg 20 | 38518 Gifhorn



TERMINE & VERANSTALTUNGEN

Oktober 2024



TouchLife®
Massage nach Leder & von Kalkreuth

Aktionstage im MGH Mobile Massage



NEU!
10.00 –
17.00 Uhr

Ich kümmere mich um Ihre verspannten Muskelpartien. Sie sitzen bequem auf einem speziell konzipierten Massagestuhl und gönnen sich eine kleine Auszeit. Den Kopf einfach einmal frei bekommen und einfach einmal die Anspannungen lösen.

Ich unterstütze Sie hierbei gerne.
20 Minuten für 20,00 €

Anmeldung bei Beate Schulte unter
0178/1949 149.

Eine längere Massage auf einer Massageliege ist nach Absprache auch möglich.



Ort: Mehrgenerationenhaus im Georgshof Steinweg 20 38518 Gifhorn

Termine 2024
10.00 – 17.00 Uhr

Dienstag, 27.08.
Dienstag, 03.09.
Dienstag, 24.09.
Dienstag, 08.10.
Dienstag, 22.10.
Dienstag, 12.11.
Dienstag, 26.11.
Dienstag, 10.12.

Malkurs Herbstleuchten

Du hast Lust deiner Kreativität freien Lauf zu lassen?

Wir Zeichnen und Malen in entspannter Atmosphäre

Wo: Mehrgenerationenhaus im Georgshof, Steinweg
20,38518 Gifhorn, Gruppenraum 1

Wann: ab dem 18. September
6x Mittwochs 16 - 18 Uhr
(außer in den Herbstferien)

Anfänger - Fortgeschrittene - Jeder ist Willkommen!

Kursleitung: Gisela Hanisch

Materialbeitrag: 2€

ab 12 Jahren

Infos und Anmeldung:

edith.jensch@dachstiftung-diakonie.de



Stilles Qi Gong

mit Jutta Steinbock

Herbstkurs 2024
für Fortgeschrittene

ab 21. Oktober
montags 18:30 – 20:00

Kursort
Mehrgenerationenhaus
Steinweg 20 (Giebelzimmer)
Gifhorn

Kursgebühr für 8 Abende: 120,- €
(Der Kurs wird von Krankenkassen bezuschusst)

Anmeldung und weitere Informationen bei Jutta Steinbock
Tel. (05371) 7 18 75
www.kurse-stillesqigong.de

Stilles Qi Gong

mit Jutta Steinbock

ANFÄNGERKURS 2024

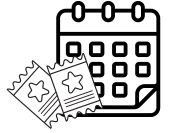
ab 24. Oktober
donnerstags 18.30 – 20.00

Kursort:
Mehrgenerationenhaus
Steinweg 20 (Giebelzimmer)
Gifhorn

Kursgebühr für 8 Abende: 120,- €
(Der Kurs wird von Krankenkassen bezuschusst)

Anmeldung und weitere Informationen bei Jutta Steinbock
Tel. (05371) 7 18 75

www.kurse-stillesqigong.de



SUCHT oder LEBEN?

Du entscheidest.

komm zur
Selbsthilfegruppe Actum
für Suchterkrankte und Angehörige

Wann? jeden Montag
18:00 - 19:30 Uhr

Wo? Mehrgenerationenhaus
Steinweg 20, 38518 Gifhorn

Noch Fragen?
Stefanie Kraft
Tel.: 01590-1610499

VORTRAG DES WEISSEN RING



24.10 11- 12:30 Uhr
**Senioren*innen sind betroffen:
Schockanrufe und Enkeltrick**

Die Vielfältigen Arten von Betrügereien-
welche insbesondere an Senioren/innen
begangen werden- täuschend echt.
Was kann ich tun?
Wie kann ich mich und andere schützen?
Und was kann ich tun wenn es passiert ist?



Dozent: Herr Karlheinz Becker
Im Saal des Mehrgenerationenhaus im Georgshof,
Steinweg 20, Gifhorn
Keine Anmeldung erforderlich, die Vorträge sind kostenfrei

 Mehr
Generationen
Haus

Im Mehrgenerationenhaus im Georgshof,
Steinweg 20, 38518 Gifhorn
mgh-georgshof@dachstiftung-diakonie.de

 Venito
Diakonische Gesellschaft
für Kinder, Jugendliche und Familien

NEU!

FORMULARHILFE

**JEDEN DONNERSTAG
15:00 - 17:00 UHR**

**Ohne
Termin**



SIE BENÖTIGEN HILFE BEIM AUSFÜLLEN
VON FORMULAREN?

NEU!

Frische saisonale Salatbowl mit hausgemachtem Dressing und Baguette 8,50€

Mo - Fr 12-14 Uhr



Abb. Barbara Dudzinska

