



Mehr
Generationen
Haus



Diakonische
Jugend- und Familienhilfe
Kästorf

Selbsthilfegruppen

SHG ACTUM für Menschen mit Suchterkrankungen und Angehörige	montags 18 – 19.30 Uhr	Rolf Misselhorn 05141/9932933 0151/58517172
SHG Multiple Sklerose	Letzter Fr. im Monat 15 – 17 Uhr	Susanne May 05373/4230
SHG Morbus Parkinson GF • Gruppe für Betroffene und Angehörige • Gruppe für Betroffene • Gruppe für Angehörige	2. Sa im Monat 15 – 17 Uhr 4. Di im Monat 15 – 17 Uhr	Jürgen Höft GF 733 95 Iris Telle GF 167 89



Programm August 2019

Öffnungszeiten

Montag – Freitag 9.00 – 15.00 Uhr
und lt. Programm bzw. Vereinbarung

Frühstück

9.30 – 11.30 Uhr

Mittagstisch

12.00 – 14.00 Uhr

Steinweg 20

38518 Gifhorn

Büro: 05371/ 61 95 12-0

Küche: 05371/ 61 95 12-12

Freiwilligenzentrum: 05371/ 61 95 12-11

Anfahrt mit dem Auto über Knickwall

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Niedersächsisches Landesamt für
Soziales, Jugend und Familie



Landkreis
Gifhorn



Stadt Gifhorn



Dachstiftung
Diakonie



Diakonische
Jugend- und Familienhilfe
Kästorf



Dem Leben
Raum geben



Mehrgenerationenhaus im Georgshof • Steinweg 20 • 38518 Gifhorn • Tel. 05371 6195120

Speiseplan Mehrgenerationenhaus im Georgshof

August 2019

Montag bis Freitag 12.00 bis 14.00 Uhr

- Alle Gerichte mit Nachspeise -

Änderungen vorbehalten – Ausgabe nur solange der Vorrat reicht.

			Vegetarisch
Do	1	Schnitzelpfanne mit Tomate + Champignons	Blumenkohlauflauf
Fr	2	Fischpfanne „Nordische Art“, Kartoffeln	Broccoli-Pfanne
Mo	5	Hähnchenschenkel mit ital. Kartoffeln	Linsentaler mit ital. Kartoffeln, Salat
Di	6	Lasagne „Bolognese“	Lasagne „Vegie“
Mi	7	Gemüsesuppe, dazu Mettenden	Gemüsesuppe
Do	8	Leberkäse mit Kartoffelbrei und Salat	Spiegelei mit Kartoffelbrei und Salat
Fr	9	Fischgrilletten mit Kartoffelsalat	Panierter Schafskäse mit Kartoffelsalat
Sa	10	10.00 – 14.00 Uhr Brunch im Mehrgenerationenhaus	
Mo	12	Eier in Senfsoße mit Kartoffeln und Rote Bete	
Di	13	Bauerntopf mit Kartoffeln, Paprika und Hackfleisch	Bauerntopf mit Kartoffeln, Paprika
Mi	14	Spaghetti mit Thunfischsoße	Spaghetti „Aioli“
Do	15	Putengeschnetzeltes mit Reis	Gemüseschnitzel mit Kräutersoße und Reis
Fr	16	Schollenfilet mit warmen Kartoffelsalat	Couscous-Bouletten mit warmen Kartoffelsalat
Mo	19	Schweinegulasch mit Spätzle	Bulgurgrillpfanne
Di	20	Königsberger Klopse mit Kartoffeln und Salat	Linsentaler, Kartoffeln + Salat
Mi	21	Spinat mit Kartoffeln und Spiegelei	
Do	22	Schaschlik mit Reis und Soße	Gemüsespieße mit Reis und Salat
Fr	23	Seelachsfilet mit Kartoffeln und Kräutersoße	Bandnudeln mit Pesto, Ruccola + Tomate
Mo	26	Kartoffelpuffer mit Apfelmus und Salat	
Di	27	Hackbraten mit Kartoffeln + Gemüse	Geb. Camembert mit Preiselbeeren + Salat
Mi	28	Grüne-Bohnen-Eintopf	Türkische-Rote-Linsensuppe (scharf)
Do	29	Spaghetti Cabonara	Spaghetti mit Möhren-Senf-Soße
Fr	30	Fischstäbchen mit Kartoffelbrei + Gurkensalat	Gebr. Zucchini mit Kartoffelbrei + Gurkensalat



August

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
05.	06.	07.	08.	09.	10.
8.00 – 16.00 Zirkus der Generationen 08.30 – 15.30 Rentenberatung 15.00 – 16.00 Singgruppe Kneipp-Verein 18.00 – 19.30 SHG Actum	8.00 – 16.00 Zirkus der Generationen 08.30 – 15.30 Rentenberatung 15.00 – 17.00 SHG Morbus Parkinson - Gruppentreffen	8.00 – 16.00 Zirkus der Generationen	8.00 – 16.00 Zirkus der Generationen	8.00 – 16.00 Zirkus der Generationen 10.00 – 11.00 Sich regen bringt Segen 14.30 – 17.00 Spielkreis für Senioren 16.00 Galavorstellung Zirkus	15.00 Galavorstellung Zirkus 11. 10.00 – 14.00 Brunch im MGH
12.	13.	14.	15.	16.	17.
08.30 – 15.30 Rentenberatung 18.00 – 19:30 SHG Actum	08.30 – 15.30 Rentenberatung 15.00 – 16.00 Volkslieder singen mit dem Kneipp-Verein	10.30 – 12.00 Opferschutzberatung Weisser Ring 19.00 Vortrag „Risiko G5“	18:30 – 20.30 Yin Yoga mit Klangschalen	14.30 – 17.00 Spielkreis für Senioren 15.00 – 16.30 Opferschutzberatung Weisser Ring	18.
19.	20.	21.	22.	23.	24.
08.30 – 15.30 Rentenberatung 09.30 – 11.00 18.00 – 19.30 SHG Actum	08.30 – 15.30 Rentenberatung			10.00 – 11.00 Sich regen bringt Segen 14.30 – 17.00 Spielkreis für Senioren	25. 13.00 – 18.00 Kaffeetafel zum Altstadtfest Stündlich: Theaterverein Gifhorn
26.	27.	28.	29.	30.	31.
08.30 – 15.30 Rentenberatung 18.00 – 19.30 SHG Actum	08.30 – 15.30 Rentenberatung			14.30 – 17.00 Spielkreis für Senioren 19.00 Veganer Stammtisch	01.



Mehr Generationen Haus

Diakonische Jugend- und Familienhilfe Kästorf

Mehrgenerationenhaus im Georgshof
Steinweg 20 * Gifhorn * Telefon: 05371 6195120
mgh-georgshof@kaestorf-jugendhilfe.de

Yin Yoga

mit Klangschalen
- in der Ruhe liegt die Kraft -
Christina Misczyk

15.08.2019

18.30 – 20.30 Uhr

16,00 €

Bitte Matte, Decke
und 1-2 Kissen
mitbringen

Anmeldungen an:
christina@misczyk.net
0151/ 58 58 25 27

Bild: Twinlill@pixelio.de



KrimiDinner

Eine kulinarische Lesung

18. Oktober 2019

18.00 Uhr



Mehr Generationen Haus

Raum zum Lernen,
Platz zum Feiern !

Mehrgenerationenhaus – *wo sonst?!*

Plane mit uns Deine Veranstaltung:

- Seminar
- Ausstellung
- Konfirmation
- Workshop
- Familienfeier
- Kommunion
- Lesung
- Geburtstage
- Jubiläum



Mittagstisch – Mo. - Fr. ab 12 Uhr



Frühstück – Mo. - Fr. ab 9 Uhr

Mehrgenerationenhaus Steinweg 20
im Georgshof Gifhorn
Tel. 05371 - 619 51 20
mgh-georgshof@kaestorf-jugendhilfe.de



Deutsche Rentenversicherung

Braunschweig-Hannover

Sprechtage im
Mehrgenerationenhaus

Mo + Di 8.30 – 15.30 Uhr
nur nach Terminvereinbarung

0800/ 1000 480 10