



Keine Anmeldung nötig, kommt einfach vorbei.
Alle Angebote sind kostenlos. (Davon ausgeschlossen sind das Frühstück und der vegetarische Mittagstisch.)

Ludwigstr. 41 – 43 | 70176 Stuttgart
Telefon: 0711 505 368-30
www.eltern-kind-zentrum.de

ANGEBOTE FÜR SENIOR:INNEN

FEBRUAR / MÄRZ / APRIL 2026

Bewegung & Gesundheit	
<ul style="list-style-type: none">„Senioren bleiben in Bewegung“Qigong-IdogoKrafttraining mit dem Theraband	Mo 11:00 – 12:00 Uhr Di 8:30 – 9:00 Uhr Do 9:30 – 10:15 Uhr
Kreatives & Gemeinsames	
<ul style="list-style-type: none">Singen für Jung & AltHandarbeitstreffSpiele-TreffLieder der Welt - Singen für Jung & Alt	Mi 11:00 – 11:30 Uhr Mi 15:00 – 16:30 Uhr Di (14-tägig) 15:00 – 16:30 Uhr 28.01., 11.02., 18.02., 18.03., 25.03., 08.04. + 22.04.26
Austausch & Lernen	
<ul style="list-style-type: none">„Auch Altern will gelernt sein“Internet-Fragestunde	nach Vereinbarung Fr (1. Fr im Monat) 9:00 – 11:00 Uhr
Begegnung & Café	
<ul style="list-style-type: none">FrühstückstreffCafé mit GartenterrasseBeteiligungscafé	Mo 9:45 – 11:00 Uhr Mo – Fr 9:30 – 17:30 Uhr Do (1. Do im Monat) 15:00 – 16:30 Uhr
Essen & Ernährung	
<ul style="list-style-type: none">Vegetarischer MittagstischErnährungsberatung	Mo – Fr 12:00 – 14:00 Uhr auf Anfrage