



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Miteinander – Füreinander*

## **ANGEBOTE**

**Juli 2026**

### **MGH LUDWIGSBURG Kinder- & Familienzentrum Grünbühl – Sonnenberg**



Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend



**WOHNUNGSBAU  
LUDWIGSBURG**

# UNSER WOCHENPROGRAMM

## Montag:

9:00 - 12:00 Uhr

**Alpha-Lerntreff**, MGH-Pavillon

kostenloses Angebot, Grundbildungszentrum Ludwigsburg, Anmeldung: isik.tanrikulu@gbz-ludwigsburg.de

12:00 - 13:30 Uhr

**Mittagstisch St. Elisabeth**, MGH-Café  
Anmeldung Tel.: 07141 129-0538

15:00 - 16:00 Uhr

**Grünbühl-Sonnenberg Chor**, MGH-Café  
kostenloses Angebot mit Alon Wallach, gemeinsam singen und musizieren.

16:00 - 19:00 Uhr

**Kinder- und Jugendcafé**, MGH-Pavillon  
für Kinder und Jugendliche, 12 - 18 Jahre

12:30 - 13:30 Uhr

**Tafelmobil vor Ort**, Alter See 18 (bei THW)  
wegen der Baustelle Alter Ossweiler Weg

## Dienstag:

18:00 - 21:00 Uhr

**Chor „Meteliza“**, MGH-Pavillon

Gemeinsam deutsche und russische Volkslieder singen.

## Mittwoch:

8:30 - 9:30 Uhr

**Qi Gong** im MGH-Pavillon, Harmonisierung von Körper und Geist in fließenden Bewegungen. Einstieg jederzeit möglich.

12:00 - 13:30 Uhr

**Mittagstisch St. Elisabeth**, MGH-Café  
Gemeinsames Mittagessen Anmeldung  
Tel.: 07141 129 -0538

14:30 - 17:00 Uhr

**Café L'ink** im MGH-Café

Inklusions-Projekt von tRAGWERK e. V

Wenn nichts anderes angegeben ist,  
ist keine Anmeldung nötig.

16:00 - 19:00 Uhr

**Kinder- und Jugendcafé**, MGH-Pavillon  
für Kinder und Jugendliche, 12 - 18 Jahre

19:00 - 20:00 Uhr

**Grünbühl-Sonnenberg Chor**, MGH-Café  
kostenloses Angebot mit Alon Wallach,  
gemeinsam singen und musizieren.

## Donnerstag:

10:00 - 11:30 Uhr

**KiFa-Spielgruppe** im MGH-Pavillon  
für Eltern mit Krabbelkindern oder Säuglingen. Infos: Tel. 07141 910-3591 oder z.fabbro@ludwigsburg.de

14:00 - 15:00 Uhr

**KiFa-Müttergruppe** im MGH-Café  
Themen der Elternphase. Infos: Tel. 07141 910-3591 oder z.fabbro@ludwigsburg.de

18:00 - 19:30 Uhr

**Sprachgruppe**, MGH-Café  
Gemeinsam Deutsch erlernen und  
Deutschland entdecken.

19:30 - 21:00 Uhr

**Yoga am Abend – mit Liudmyla Kaun**  
MGH Pavillon, sanfte Abendroutine für  
Anfänger ab 15 Jahren

## Freitag:

9:00 - 12:00 Uhr

**Alpha-Lerntreff**, MGH-Pavillon  
kostenloses Angebot, Grundbildungszentrum Ludwigsburg, Anmeldung: isik.tanrikulu@gbz-ludwigsburg.de

12:00 - 13:30 Uhr

**Mittagstisch St. Elisabeth**, MGH-Café  
Anmeldung Tel.: 07141 129-0538

19:30 - 21:00 Uhr

**Rancho Portugues de Ludwigsburg e. V.**  
MGH-Pavillon  
Portugiesische Folklore für Jung und Alt.

## WECHSELNDE VERANSTALTUNGEN

Wenn nichts anderes angegeben ist,  
ist keine Anmeldung nötig.

Freitag, 3.7., 19:00 - 23:00 Uhr

### **Skatabend**, MGH-Café

Für Neugierige, Anfänger\*innen und Fortgeschrittene.

Montag, 6. & 20.7., 18:00 - 20:00 Uhr

### **Gitarrenabend**

MGH-Café, für Anfänger geeignet.

Anmeldung: Tel. 07141 910-3583 oder  
anmeldung.mgh@ludwigsburg.de

Dienstag, 7.7., 9:30 - 11:30 Uhr

### **Wurstsalat-Brunch**, MGH-Café

gemütlicher Start in den Tag mit Wurstsalat.

Nur solange Vorrat reicht.

Anmeldung: Tel. 07141 910-3583 oder  
anmeldung.mgh@ludwigsburg.de

Dienstag, 7.7. & 21.7., 14:00 - 16:00 Uhr

Montag, 13.7. & 27.7., 14:00 - 16:00 Uhr

### **Insta Was?**, MGH-Café

Workshop: Instagram für Neulinge und Fortgeschrittene Schritt für Schritt erklärt.

Anmeldung: leonie.oppenlaender@stud.ph-ludwigsburg.de

Dienstag, 7.7., 15:30 - 16:30 Uhr

### **Digitalberatung**

MGH-Büro, individuelle Digitalberatung durch Ehrenamtliche des Seniorenbüros

Anmeldung: Tel. 07141 910-2014 oder  
seniorenbuero@ludwigsburg.de

Dienstag, 14.7., 14:00 - 16.30 Uhr

### **KiFaZ Nachbarschaftscafé**, MGH-Café,

Batiken. Bitte T-Shirts, Taschen mitbringen.

Donnerstag, 9. & 23.7., 13:00 - 18:00 Uhr

### **Skatnachmittag**, MGH-Pavillon

Gemeinsames Skatenspiel in gemütlicher Runde

Donnerstag, 9.7., 15:30 - 18:00 Uhr

### **Café Lieblingsplatz**, MGH-Café

Manchmal braucht es nur einen guten Kaffee oder Tee, ein Stück Kuchen und nette Menschen zum Reden.

Freitag, 10. & 24.7., 17:00 - 19:00 Uhr

### **Spiel gegen das MGH**

MGH-SportBox am Quartiersplatz gemeinsam den Spaß an Sport und Spiel entdecken. Kostenloses Angebot

Freitag, 10.7., 19:00 - 24:00 Uhr

### **Gesellschaftsspieleabend**

MGH-Café, für Experten-, Kenner- und Familienspieler.

Freitag, 10.7., 15:00 - 17:00 Uhr

### **Sommerfest im Kinder- und Familienzentrum**

Montag, 13. & 27.7., 18:00 - 20:00 Uhr

### **Französischer Kulturabend**, MGH-Café

Ein Abend für Genuss und Kultur.

Anmeldung: Tel. 07141 910-3583 oder  
anmeldung.mgh@ludwigsburg.de

Dienstag 21.7., 19.30 - 21.30 Uhr

### **Café mit Herz**, MGH-Café

Vortrag und Fragestunde zum Thema Pflegebedürftigkeit

Anmeldung: Tel. 07141 910-3583 oder  
anmeldung.mgh@ludwigsburg.de

Donnerstag, 16.7., 19:30 - 21:30 Uhr

### **Lesekreis**, MGH-Café

Literatur- und Lesebegeisterte tauschen sich zu Neuerscheinungen und Leseempfehlungen aus.

Donnerstag 23.7., 16.30 - 19.00 Uhr

### **Speed-Friending**

Es findet sich spontan niemand für's Kino, Konzert oder den Bummel über den Wochenmarkt? Beim Speed-Friending gibt es die Möglichkeit neue Bekanntschaften für gemeinsame Freizeitaktivitäten zu finden.

Anmeldung: Tel. 07141 910-3583 oder anmeldung.mgh@ludwigsburg.de

Freitag, 24.7., 14:00 - 17:00 Uhr

### **Kochnachmittag**, MGH-Pavillon

Spezialitäten aus verschiedenen Ländern gemeinsam kochen und genießen.

Unkostenbeitrag 2 € pro Person

Anmeldung: Tel. 07141 910-3583, -3584 oder anmeldung.mgh@ludwigsburg.de

Freitag, 24.7., 19:00 - 24:00 Uhr

### **Spieleabend**, MGH-Café

Social Deduction „Blood on the clocktower“

Anmeldung: florianhorn7@hotmail.com

Sonntag, 26.7., 14 Uhr

### **Spaziergang Neurodivers LB e. V.**

Treffpunkt MGH-Café

Anmeldung: inbox.shg@posteo.de

täglich

### **SportBox am MGH**

Kostenloses Angebot des MGH

Neue Geräte und Übungen

Nutzung über App

JETZT VERFÜGBAR IN DEINEM



### **Hinweis:**

**Wir gehen vom 15. August bis 6. September in die Sommerferien.**

## **IHR WEG ZU UNS**

### **ADRESSE:**

Mehrgenerationenhaus Ludwigsburg

Weichselstraße 10-14

71638 Ludwigsburg

Bushaltestelle: Am Sonnenberg

Linie 427 und 533

### **ÖFFNUNGSZEITEN:**

Montag bis Freitag: 08:00 bis 16:00 Uhr

### **KONTAKT UND ANMELDUNG:**

Tel: 07141 910-3583

Mail: anmeldung.mgh@ludwigsburg.de

### **WEBSITE:**

<https://www.ludwigsburg.de/mehrgenerationenhaus>



### **WEITERE KONTAKTDATEN:**

Kinder- und Familienbildung:

Tel. 07141 910-3580

Mail: kifa@ludwigsburg.de

Kinder- und Familienzentrum

Tel. 07141 910-3591