

Unsere Höhepunkte im Frühling!

*... in vielen
Frankfurter
Stadtvierteln!*



April
bis Juni
2024



**FRANKFURTER
VERBAND**

In der Gemeinschaft macht das Leben einfach mehr Spaß!

Ausflüge, Freizeit, Bildung, Kultur, Kreatives und Information – das Programm des **Frankfurter Verbandes** bietet Ihnen zahlreiche Möglichkeiten, das Leben aktiv zu gestalten. Die Vielfalt unserer **Aktiv-Älterwerden**-Angebote wird Sie begeistern.

Ob Sie die Begegnung mit Gleichgesinnten suchen, sich körperlich und geistig fit halten wollen, im Internet surfen möchten, beabsichtigen, Ihrer Kreativität Spielraum zu geben, oder gemeinsam musizieren wollen – für jeden haben wir interessante Angebote. Und das Beste: Einige Angebote sind für Sie kostenfrei und bei vielen anderen Veranstaltungen wird lediglich ein geringer Kostenbeitrag genannt.

Einige Veranstaltungen sind für Inhaber*innen des Frankfurt-Pass günstiger.
Sie erkennen sie an diesem Zeichen:



**Gemeinsam
Gemeinschaft
schaffen**
–
**dank Ihrer
Spende!**

Stichwort: **Spenden Offene Seniorendienste**

Frankfurter Volksbank Rhein/Main eG

IBAN: **DE93 5019 0000 0500 3780 00**

BIC: **FFVBDEFF**

Alle Veranstaltungen finden Sie im Internet auf:
www.frankfurter-verband.de/aktiv-aelterwerden



INHALTSVERZEICHNIS

UNSERE HÖHEPUNKTE VON APRIL BIS JUNI 2024



Ausflüge in und um Frankfurt herum

Seite 4

Ob Spaziergänge oder Wanderungen – in der Gemeinschaft macht das Erleben und Entdecken mehr Spaß. Steigen Sie bei uns ein!



Beratung, Information & Bildung

Seite 14

Vorträge und Sprachen (Englisch/Französisch), Selbsthilfegruppen und Beratung, Gedächtnistraining, sowie Lotsenbüro. Nutzen Sie unsere unterschiedlichen Angebote und Möglichkeiten. Wir helfen Ihnen gerne weiter!



Kultur

Seite 22

Musik und Theater, Gespräche und Vorlesungen, Kino und Führungen – es gibt viel zu erleben und Erlebnisse zu teilen. Kommen Sie mit!



Feste, Treffs und Spiele

Seite 32

Es gibt viele Gründe zusammen Zeit zu verbringen. Drinnen und draußen, mit alten und neuen Freunden: wir leben Gemeinschaft. Bunt und vielfältig. Seien Sie dabei!



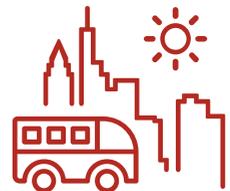
Ausflüge in und um Frankfurt herum



Aus dem Stadtviertel heraus

Wir bringen Sie auf Touren.

Ob Spaziergänge oder Wanderungen –
in der Gemeinschaft macht das Erleben
und Entdecken mehr Spaß.
Steigen Sie bei uns ein!



12.
04.

**Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach
in Zusammenarbeit mit dem Begegnungs- und Servicezentrum
Heddernheim**

Ausflug in die Gebrüder Grimm Stadt

Unser Ausflug führt uns nach Steinau an der Straße. Wir wandeln auf den Spuren der Gebrüder Grimm und besuchen das alte Amtshaus und heutige Museum. Weltberühmt wurden die Brüder durch ihre Märchensammlung. Es besteht im Anschluss die Möglichkeit, die Altstadt zu besichtigen und einzukehren.

Termin Freitag, 12. April | 10:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 05. April

Kosten Details bei Anmeldung

Buchungsnr. 22151-01-2024

! *Die Treffpunkte und Zeiten für die Busabfahrt werden bei Anmeldung bekannt gegeben.*

18.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

**Der Hermannshof –
Schau- und Sichtungsgarten in Weinheim
an der Bergstrasse**

Der Hermannshof ist eine 2,2 ha große private Parkanlage, die öffentlich zugänglich ist. Seit 1888 ist das Anwesen im Besitz der Industriellenfamilie Freudenberg, nachdem Hermann Freudenberg das Grundstück mit einer Villa erworben hat. Seine klimatisch günstige Lage ermöglicht dort die Kultur einer großen Pflanzenvielfalt. Während der Führung sehen Sie eine beachtliche Sammlung seltener Gehölze und zahlreicher Staudenarten.

Im Anschluss besteht Möglichkeit zum Kaffeetrinken in der Altstadt von Weinheim. Das heutige Mittagessen erwartet Sie in Heppenheim-Kirschhausen im Restaurant „Zur alten Mühle“.

Termin Donnerstag, 18. April | 09:15 Uhr

Ort 09:15 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)
09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte
09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Kosten 28 € Fahrpreis und Führung (Vorkasse),
Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass
erhalten eine Ermäßigung.
Kosten für Speisen und Getränke sind selbst
zu tragen.

Buchungsnr. 22156-02-2024



23.
04.

**Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend
in Zusammenarbeit mit Gemeindepädagogin Monika Geselle,
Nikolai Gemeinde**

Busfahrt nach Heidelberg

Wir machen einen Tagesausflug in die ehemalige kurpfälzische Residenzstadt Heidelberg. Wir starten mit einer Stadtführung in der malerischen Altstadt. Danach können Sie sich in einem Restaurant kulinarisch verwöhnen lassen. Wir essen á la Carte. Am Nachmittag beenden wir unseren Ausflug, gemütlich mit Kaffee und Kuchen und treten die gemeinsame Rückfahrt an.

Termin Dienstag, 23. April | 09:30 Uhr

Anmeldung bis 18. April

Ort Treffpunkt: 09:15 Uhr, Rhönstraße 89

Abfahrt: 09:30 Uhr

Rückkehr: ca. 18:00 Uhr

Kosten 20 € für Fahrt und Stadtführung (bitte Vorkasse)

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Buchungsnr. 22162-01-2024

23.
04.

**Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung
Offenes Aktivangebot mit Monika Franz – Gemeinsam unterwegs
in und um Frankfurt**

Das Pferd frisst keinen Gurkensalat

So lautete der erste Satz, den Philipp Reis 1861 mit seiner neuen Erfindung in die Ferne übertrug, er nannte sie „das Telephon“.

Eine Ausstellung zum Anfassen und Hörer abheben. Das Telefon als auditives Medium kommt mit informativen Hörgeschichten selbst zu Wort.

Termin Dienstag, 23. April | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 09. April

Ort Philipp-Reis-Haus, Hugenottenstr. 93, 61381 Friedrichsdorf

Kosten 5 €

Teilnehmer 30

Buchungsnr. 22160-05-2024

Kontakt Monika Franz

**! Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz,
dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299 807 268.**



**24.
04.**

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst

**Wandern mit andern –
Auf geht's zur Rieslingschleife Flörsheimer Schweiz**

Wir fahren mit öffentlichen Verkehrsmitteln nach Wicker, zum östlichen „Tor des Rheingaus“. Der Rundwanderweg umfasst 7 km, die Höhendifferenz 49 Meter. Es gibt viel Interessantes entlang der Strecke. Zu einem späten Mittagessen (14:00 Uhr, zur Lokalöffnung) kehren wir in der Flörsheimer Warte ein.

Termin Mittwoch, 24. April | 11:15 Uhr

Anmeldung bis 22. April

Ort Bahnhofshalle Höchst

Kosten Kosten für Verkehrsmittel, Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

**26.
04.**

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

**Das prickelnde Erbe –
Führung durch die Villa Mumm**

Die Villa Mumm ist in den Jahre 1902 – 1904 vom „Champagnerbaron“ Hermann Mumm von Schwarzenstein errichtet worden. Die Mums gehörten zu den einflussreichsten Familien Frankfurts und erbauten am Rande der Stadt ein repräsentatives Objekt, das zu einem zentralen Treffpunkt der gehobenen Gesellschaft wurde. Die Villa und der Park sind heute als Kulturdenkmal geschützt. Seit 1997 nutzt das Bundesamt für Kartographie und Geodäsie das Gebäude. Die Führung besteht aus zwei Teilen, einem Bildervortrag und einer Besichtigung der geschichtsträchtigen Räume.

Termin Freitag, 26. April | 15:30 Uhr

Anmeldung bis 19. April

Ort 15:30 Uhr – Richard-Straus-Alle 11, direkt am Eingang

Kosten 7 € Führung

Teilnehmer 16

Buchungsnr. 22156-03-2024

28.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – West/Riedhof

Original Hamburger Fischmarkt in Aschaffenburg

Was darf's sein: ein saftiges Fischbrötchen mit Krabben, ein Backfisch im Bierteigmantel oder gebratene grüne Heringe?

Genießen Sie mit uns den Backfisch & Co. aus Hamburg auf dem Schlossplatz in Aschaffenburg. Nach Essen und Marktbummel lassen wir den Tag im Tanzparadies ausklingen.

Termin Sonntag, 28. April | 10:00 – 19:00 Uhr

Anmeldung bis 22. April

Kosten 22 € inkl. Busfahrt und Eintritt ins Tanzparadies

Buchungsnr. 33117-02-24

! *Abfahrt: Mörfelder Landstr. /Ecke Heimatsring gegenüber der Hausnummer 247 (Shell Tankstelle)*

Zahlung im Zuge der Anmeldung

07.
05.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung

Offenes Aktivangebot mit Monika Franz – Gemeinsam unterwegs in und um Frankfurt

Jugendstilforum in Bad Nauheim

Das Badehaus 3 im Sprudelhof ist am besten erhalten und daher Sitz des Jugendstilforums. Wir besuchen weitgehend im Original erhaltene Badezellen, den Schmuckhof, die Wartehalle und eine Sammlung, die mehr als 2500 Objekte von Jugendstil bis Bauhaus umfasst.

Termin Dienstag, 07. Mai | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 23. April

Ort Jugendstilforum Badehaus 3 im Sprudelhof,
61231 Bad Nauheim

Kosten 11 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-06-2024

Kontakt Monika Franz

! *Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz, dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299 807 268.*

15.
05.

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Burgruine Münzenberg – das Wahrzeichen der Wetterau

Die Burgruine Münzenberg wurde im 12. Jahrhundert von den Stauffern errichtet. Die Festung ist eine der wenigen Anlagen mit zwei Bergfrieden, der östliche kann bestiegen werden und bietet einen phantastischen Rundumblick in die Umgebung. Während der Führung hören Sie spannende Geschichten über das Kaisergeschlecht der Staufer und die Bedeutung der Burganlage im Hochmittelalter. Das gemeinsame Mittagessen erwartet Sie im Burghotel Münzenberg, direkt unter der Burg gelegen. Nach der Burgführung besteht Gelegenheit zum Kaffeetrinken vor Ort.

Termin Mittwoch, 15. Mai | 09:15 Uhr

Ort 09:15 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)
09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte
09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Kosten 28 € Fahrpreis, Eintritt und Führung (Vorkasse), Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung. Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Buchungsnr. 22156-04-2024



21.
05.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung Offenes Aktivangebot mit Monika Franz – Gemeinsam unterwegs in und um Frankfurt

Auf den Spuren der Schäfersteine im Frankfurter Stadtwald

Die Schäfersteine aus dem 15. Jahrhundert markierten die Weiderechte für die Schafherden des Deutschen Ordens. Entlang der 49 erhaltenen Steine begleitet uns Dieter Wesp auf einem schönen Spazierweg durch den Stadtwald. Jeder Stein für sich erzählt ein Stück Frankfurter Geschichte.

Termin Dienstag, 21. Mai | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 07. Mai

Ort Endhaltestelle der Tramlinie 17, Stadtrand Neu-Isenburg,
60598 Frankfurt

Kosten 5 €

Teilnehmer 30

Buchungsnr. 22160-07-2024

Kontakt Monika Franz

**⚠️ Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz,
dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299807 268.**



**22.
05.**

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Wir besuchen die Altstadt von Mainz

Wir fahren mit dem Zug nach Mainz und bummeln durch die schöne Altstadt. Wir erfahren einiges über die historischen Gebäude und kehren in ein gemütliches Lokal ein.

Termin Mittwoch, 22. Mai | 10:30 Uhr

Anmeldung bis 15. Mai

Ort Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben.

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sowie die Tickets des ÖPNV sind selbst zu tragen. Zzgl. ein Gastbeitrag von 3 €.

Buchungsnr. 22155-05-01

**23.
05.**

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Der Drei-Burgen-Weg – eine Wanderung im Taunus

Die Wanderung (ca. 9 km) beginnt am Bahnhof von Königstein und führt erst durch urbane Gebiete an den Burgen der Städte Königstein, Falkenstein und Kronberg entlang. Der Wanderweg verläuft teilweise durch schmale, felsige Pfade, vorbei an spektakulären Aussichtspunkten. Eine Innenbesichtigung der drei Burgen ist während der Wanderung nicht möglich. Am Ende der Wandertour ist ein gemeinsames Mittagessen in Kronberg vorgesehen.

Termin Donnerstag, 23. Mai | 09:30 Uhr

Anmeldung bis 15. Mai

Ort Treffpunkt: 09:40 Uhr – Hauptbahnhof Frankfurt

Kosten 2 € zzgl. Fahrtkosten

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Buchungsnr. 22156-05-2024

**⚠ Für die Wanderung benötigen Sie festes Schuhwerk
und ausreichend Wasser.**

12.
06.

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Wir besuchen den Opel-Zoo

Wir machen einen Spaziergang durch den beliebten Opel-Zoo, wunderbar zwischen Königstein und Kronberg im Taunus gelegen.

Sie können Ihr eigenes Picknick mitbringen oder in eines der Lokale vor Ort einkehren.

Termin Mittwoch, 12. Juni | 10:15 Uhr

Anmeldung bis 05. Juni

Ort Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben.

Kosten Die Kosten für den Zoeeintritt und Tickets des ÖPNV sind selbst zu tragen.

Buchungsnr. 22155-06-01

25.
06.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung Offenes Aktivangebot mit Monika Franz – Gemeinsam unterwegs in und um Frankfurt

Wie der Kaiser ins Butterfass kam

Die Führung durch Frankfurts wahrhaft kaiserlich-königliche Vergangenheit als Krönungsort beginnt im Karmeliterkloster mit dem Portrait von Barbarossa. Wir begeben uns mit Sascha Ruehlow auf einen Rundgang durch das Frankfurt des späten Mittelalters und der frühen Neuzeit und kommen voraussichtlich in den Kaisersaal mit den Portraits aller 52 Kaiser.

Termin Dienstag, 25. Juni | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 28. Mai

Ort Karmeliterkloster, Münzgasse 9, 60311 Frankfurt

Kosten 10 €

Teilnehmer 30

Buchungsnr. 22160-08-2024

Kontakt Monika Franz

**⚠️ *Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz,
dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299 807 268.***

20.
06.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Busfahrt nach Freinsheim, das sympathische Städtchen in der Pfalz

Besuchen Sie mit uns das hübsche Städtchen mitten in der Pfalz. Nicht nur Wein hat „Fränsem“ – wie es liebevoll auf pfälzisch genannt wird – zu bieten. Die historische Altstadt mit vielen Sehenswürdigkeiten, Museen (z. B. das Spielzeugmuseum) und Einkehrmöglichkeiten wartet darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Nach dem gemeinsamen Mittagessen im Weingut besteht die Möglichkeit, sich einer interessanten Führung anzuschließen (zzgl. 7 €), eine Entdeckungstour auf eigene Faust zu unternehmen oder eine Planwagentour zu machen (Die Kosten dafür bitte erfragen!)

Termin Donnerstag, 20. Juni | 10:00 – ca. 18:00 Uhr

Anmeldung Anmeldung und Zahlung bis 03. Juni

Kosten 26 €. Sonstige Kosten für Verzehr, ggfs. Eintritt, Führung oder Planwagenfahrt sind nach vorheriger Anmeldung extra zu zahlen.

Teilnehmer max. 47

Buchungsnr. 44154-01-2024

Das Wertvollste, das man zu
verschenken hat, ist Zeit.



Ehrenamt beim Frankfurter Verband

Es gibt viele Frankfurterinnen und Frankfurter, die sich in ihrer Freizeit für andere engagieren wollen. Und es gibt viele Leute, von Jung bis Alt, die dieses Geschenk mehr als gerne annehmen. Der Frankfurter Verband bringt diese Menschen zusammen. Wenn Sie Lust haben, Gleichgesinnte kennenzulernen und sich mit ihnen gemeinsam für andere zu engagieren, dann sind Sie bei uns richtig! Bei uns sind Frankfurter für Frankfurter aktiv!

Fachbereich: Freiwilliges Engagement

Peter Gehweiler Tel.: 069 299 807 2353

Christine Fischer Tel.: 069 299 807 2352

ehrenamt@frankfurter-verband.de



**FRANKFURTER
VERBAND**



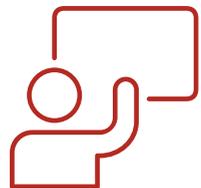
Beratung, Information & Bildung



Wissen & Austausch im Stadtviertel

Wir bilden uns stetig weiter.

Vorträge und Sprachen (Englisch/Französisch), Selbsthilfegruppen und Beratung, Gedächtnis-training, sowie Lotsenbüro.
Wir helfen Ihnen gerne weiter!



12.
04.

**Begegnungs- und Servicezentrum Höchst
in Kooperation mit dem Verein für Geschichte und Altertumskunde
Frankfurt a.M.-Höchst e.V.**

**Gauguin, Paul –
Normandie und Südsee-Sehnsucht**

Erleben Sie Gauguin! Kunsthistoriker Dr. Dieter Tino Wehner vom Geschichtsverein Höchst präsentiert die faszinierende Welt des berühmten Künstlers. Tauchen Sie ein in Gauguins Sehnsucht nach dem Paradies, entdecken Sie die Farbenpracht seiner Werke – ein besonderes kunsthistorisches Highlight!

Termin Freitag, 12. April | 16:00 – 17:30 Uhr

Anmeldung bis 10. April

16.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst / Café Mouseclick

**Kurs: Komoot für Wanderungen
und Radtouren einsetzen**

Klaus Baumgarten präsentiert Ihnen die App und erläutert Ihnen ihre entscheidenden Funktionen. Entdecken Sie, wie Sie Komoot optimal für Ihre nächste Wanderung nutzen können, um neue Routen zu entdecken, oder lassen Sie sich von Komoot auf Ihrer nächsten Radtour navigieren.

Termin Dienstag, 16. April | 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung bis 12. April

17.
04.

**Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung
in Kooperation mit Physikalischer Verein**

**Sternwarte unterwegs –
Auf der Jagd nach Kleinplaneten**

In einer riesigen Staub- und Gaswolke entstand unser Sonnensystem mit acht Planeten. Millionen von Asteroiden umkreisen die Sonne, wovon einige der Erde gefährlich nahekommen und mit ihr kollidieren können.

Die genaue Bahnbestimmung dieser Asteroiden ist Beobachtungsthema der Sternwarte.

Der Vortrag von Rainer Kling gibt einen Überblick über die Arbeit und Ergebnisse der Sternwarte. Ihre Fragen werden beantwortet.

Termin Mittwoch, 17. April | 14:30 – 15:30 Uhr

Anmeldung bis 15. April

Kosten Kosten 2 €

! *Besuchen Sie unser gemütliches Café vor oder nach dem Vortrag.*

18.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer

**Der Hausnotruf stellt sich vor –
Informationsveranstaltung und Gesprächsrunde**

Allein wohnen im Alter? Aber sicher! Der Hausnotruf Deutschland ist für alle, die nicht alt sind, sondern alt werden wollen. Der Alltagshelfer unterstützt dabei, in den eigenen vier Wänden selbstständig zu wohnen.

Mehtap Duru, die Leitung des Hausnotrufs, stellt Ihnen das Assistenzsystem vor und informiert Sie über die Tarife und Angebote des Frankfurter Verbandes für Alten- und Behindertenhilfe.

Termin Donnerstag, 18. April | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 15. April

23.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach

Wohnformen im Alter

Wie möchte man und wie kann man im Alter leben?

Frau Christine Gumbert betrachtet mit Ihnen unterschiedliche Wohnformen, wie selbstständiges Wohnen, betreutes Wohnen, Pflegeheim und alternative Wohnformen (Alters-WG). Weitere Themen werden Rechte und Pflichten vom Vermieter und Mieter sein.

Termin Dienstag, 23. April | 15:00 – 17:00 Uhr

Kosten 3,50 € Kaffee- und Kuchengedeck

25.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

**Braucht es Glück, um glücklich zu sein? –
Literaturcafé**

Im Literaturcafé dreht sich heute alles um das Thema Glück und Glücklichkeit. Als ganzheitliche Kommunikationstrainerin stellt Fabiana von Saldern die Frage: „Braucht es Glück zum glücklich sein?“

Ergänzend gibt die Pädagogin und Autorin Sonja von Saldern Anregungen, wie das alltägliche Glück Platz im Alltag finden kann.

Termin Donnerstag, 25. April | 15:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung Bitte mit Anmeldung!

Kosten 5 €

26.
04.

**Begegnungs- und Servicezentrum Höchst
in Kooperation mit dem Verein für Geschichte und Altertumskunde
Frankfurt a.M.-Höchst e.V.**

**Chagall, Marc –
Surrealer Maler-Poet der Träume**

Erleben Sie Marc Chagall! Kunsthistoriker Dr. Dieter Tino Wehner vom Geschichtsverein Höchst entführt Sie in die Welt des bedeutenden Malers des 20. Jahrhunderts und „Maler-Poeten“. Faszinieren Sie sich an seinen traumhaften, surrealen Bildwelten in einer Reise durch die Kunstgeschichte.

Termin Freitag, 26. April | 16:00 – 17:30 Uhr

Anmeldung bis 24. April

13.
05.

**Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – West/Riedhof
Pflegerberatung**

Durch die Pflegeberatung von David Hildesheim, Leiter des Teams Süd des ambulanten Dienstes des Frankfurter Verbandes, erfahren Sie, wie die Pflege im Falle einer Pflegebedürftigkeit organisiert werden kann.

Termin Montag, 13. Mai | 16:00 – 17:00 Uhr

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

! *Wir starten um 15:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen.*

14.
05.

**Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach
in Kooperation mit dem Familienzentrums am Bügel**

**Skurrile Geschichten von Maikäfer
und Waldmeister ...**

Rund um den Mai ranken sich kuriose Geschichten. Kennen Sie Maikäfersuppe? Was hat es mit dem Maikäferflugbenzin auf sich? Dann wäre noch die Mystik um den Waldmeister, dem wohlriechenden Labkraut.

Gabriele Wolff-Starck begibt sich mit Ihnen auf die Spuren. Dabei darf ein Gläschen Maibowle nicht fehlen.

Termin Dienstag, 14. Mai

15:00 – 17:00 Uhr

Kosten 3,50 € Kaffee- und
Kuchendeck





**16.
05.**

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

**Workshop –
Plastiksparen im Alltag**

Wie kann es gelingen, im Alltag möglichst wenig Plastik zu benutzen und dabei innerhalb kürzester Zeit bis zu 80 Prozent Plastik einzusparen? Die Referentin Petra Kress zeigt, wie man mit Begeisterung für einen gesünderen Lebensstil und ohne finanziellen Aufwand die Umwelt schonen und etwas für die eigene Gesundheit tun kann. Lassen Sie sich mitreißen!

Termin Donnerstag, 16. Mai | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung Bitte mit Anmeldung!

Kosten 5 €

**04.
06.**

**Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim
in Kooperation mit Leben mit Demenz e.V.**

**Gesprächskreis für Angehörige
von Menschen mit Demenz**

Beim Gesprächskreis für pflegende Angehörige haben Sie die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen. Sie finden Verständnis, Ermutigung und Unterstützung.

Der Gesprächskreis wird von Ulrich Amrhein moderiert und findet immer am ersten Dienstag im Monat statt.

Termin Dienstag, 04. Juni | 09:30 – 12:00 Uhr

**! Bei Personen, die neu teilnehmen möchten,
bitten wir um ein Vorgespräch.**

Rikscha-Fahrer:innen gesucht: Schenken Sie Menschen (Fahrrad-)Freude ...

... und unternehmen Sie mit der **elektrisch unterstützten Rikscha** und ein bis zwei Passagieren Ausfahrten am Main entlang.

Neue Pilot*innen erhalten eine Einweisung zum korrekten Umgang mit Rikscha und Passagieren und gewinnen mit Trainingsfahrten Sicherheit.

Sprechen Sie uns an – wir freuen uns auf Sie!

Tel.: 069 299 807 2216



Begegnungs- & Servicezentrum

Fechenheim

Alt-Fechenheim 89

60386 Frankfurt am Main

Leitung

Naoual Alyarrudi



**FRANKFURTER
VERBAND**



Frankfurter Plattform 55+

AKTIONSTAG zum bundesweiten Digitaltag 2024 am 7. Juni 2024 von 13 bis 17 Uhr

- » Erfahren Sie Hintergründe und Wissenswertes zur Frankfurter Plattform 55+
- » Austausch mit den Beteiligten und Gleichgesinnten
- » Ausprobieren der Plattform direkt vor Ort
- » Teilnehmen an der Einführung in die Plattform
- » Diskussion mit Expert*innen zu neuen Informationen und Zusammenhängen
- » Gewinnspiel mit tollen Preisen

Lassen Sie sich überraschen!

Der Startschuss findet um 13:00 Uhr im Café Anschluss des Frankfurter Verbandes für Alten- und Behindertenhilfe e.V. statt. Beginnen werden wir mit interessanten Grußworten und wissenswerten Vorträgen. Ergänzend dazu wird die Frankfurter Plattform 55+ vorgestellt und Sie erhalten die Möglichkeit, diese selbst auszuprobieren.

Die Frankfurter Plattform 55+ bietet Ihnen einen zentralen Zugang zu vielen Bildungs- und Beratungsangeboten in Ihrer Nähe und in Ihrem Stadtteil.

Wann: 7. Juni 2024, 13-17 Uhr

Wo: Café ANSCHLUSS

Hansaallee 150 | Eingang Ecke Pfadfinderweg
60320 Frankfurt am Main

Haltestelle Dornbusch

U-Bahn: U1, U2, U3 und U8 | Busse: 34 und 64

www.frankfurter-plattform-55plus.de



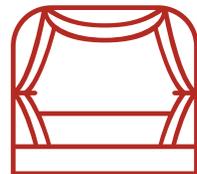
Kultur und Kreativität



Das bunte und vielfältige Stadtviertel

Wir erleben gemeinsam kulturelle Vielfalt

Musik und Theater, Gespräche und Vorlesungen,
Kino und Führungen – es gibt viel zu erleben
und Erlebnisse zu teilen.
Kommen Sie mit!





**09.
04.**

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim

**Frühjahrskonzert –
Seniorenorchester des Frankfurter Verbandes**

Lauschen Sie Unterhaltungsstücken sowie Frühlingklängen des Seniorenorchesters des Frankfurter Verbandes, in dem bis zu 34 Musiker mitwirken. Der Dirigent ist Herr Günther Stegmüller. Wir freuen uns auf Sie!

Termin Dienstag, 09. April | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 05. April

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Teilnehmer max. 80

**09.
04.**

**Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach
in Kooperation mit dem Familienzentrum am Bügel**

Frühlingsboten – Ideen für Pflanzgefäße

Endlich ist Frühling! Farbenfroh gestalten Sie Blumentöpfe mit Frühblüher. Der frische Duft und die Farben versprechen Wohlbefinden und gute Laune. Gabriele Wolfsstarck pflanzt mit Ihnen das „Glück im Blumentopf“, ein ganz persönliches Frühlingserwachen ...

Termin Dienstag, 09. April | 15:00 – 17:00 Uhr

Kosten 3,50 € Kaffee- und Kuchengedeck

**11.
04.**

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung

Ich trag mein Klavier durch das Land

„Ich trag mein Klavier durch das Land“, so heißt das Programm des Frankfurter Liedermachers, Pianisten und Sängers Harald Lange. Seine kurzweiligen Lieder beschreiben die ernsten und humorvollen Seiten des Lebens. Viel Vergnügen!

Termin Donnerstag, 11. April | 15:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 09. April

**! Ab 14:00 Uhr bieten wir vor dem Konzert eine Kaffeetafel an,
bitte bei der Anmeldung angeben.**



**16.
04.**

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst
Schreibstube per ZOOM

NEU!

Lust aufs Schreiben? In unserer „digitalen“ Schreibstube setzen wir Ihrer Kreativität keine Grenzen. Ein vorgegebenes Thema, dann wird „freischnauze“ drauflos geschrieben. Beim abschließenden Austausch können Mutige ihre Texte vorlesen. Seien Sie dabei!

Termin Dienstag, 16. April | 18:00 – 20:30 Uhr

Anmeldung bis 15. März

Ort Onlineveranstaltung

! *Wir treffen uns einmal im Monat!*

**18.
04.**

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein
Singen kann jeder*r! Offenes Singen

Für alle, die Freude am Singen haben, ist dieses ungezwungene Angebot gedacht. Hier darf jede*r mitsingen. Niemand muss Angst haben, nicht gut genug zu sein! Wir singen bekannte Volkslieder, Weisen, aber auch ein paar modernere Stücke. Leo Raatz begleitet auf der Gitarre.

Termin Donnerstag, 18. April | 15:00 – 16:00 Uhr

**18.
04.**

Begegnungszentrum Ginnheim
„Betreutes Denken“ – Lesung mit Live-Musik

Entscheiden Sie bewusst! Begleiten Sie Buchautor René Scholz auf eine unterhaltsame Reise des Nachdenkens und Musik unter dem Motto „Betreutes Denken“. Erfahren Sie, wie richtige oder falsche Entscheidungen unser Leben prägen. Ein spannender Denktag, der Ihnen wertvolle Einsichten schenkt.

Termin Donnerstag, 18. April | 15:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 18. April

Kosten Kosten für Eintritt, Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

! *Das Café öffnet um 14:30 Uhr.*

20.
04.

Begegnungszentrum Ginnheim

C'est si bon! – Chanson-Abend mit Leo, Gesang und Gitarre

Einladung zu einer besonderen musikalischen Reise „Frankfurt – Paris en Chanson“. Leo ist Franzose, lebt in Frankfurt und verzaubert Sie mit seiner beeindruckenden Stimme und mit grooviger Gitarrenbegleitung. An diesem Abend geht es um Liebe, Leidenschaft, Lachen, Leid und ums Leben.

Termin Samstag, 20. April | 17:00 – 19:00 Uhr

Anmeldung bis 18. April

Kosten Kosten für Eintritt, Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

⚠ **Einlass ab 16:30 Uhr.**

20.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

in Kooperation mit „Initiative Schwanheim/Goldstein bewegt sich“

Konzert: Klavier und Geige

Die junge Violinistin Stella Marie Homberg und die arrivierte Pianistin Karen Tanaka gestalten einen Duo-Abend mit Werken von Mozart, Brahms, Piazzolla und der berühmten hochromantischen Sonate von César Franck. Lassen Sie sich verzaubern von der wunderbaren Musik und ihren Interpretinnen.

Termin Samstag, 20. April | 18:00 – 19:30 Uhr

Anmeldung Bitte mit Anmeldung!

24.
04.

Café Anschluss in Kooperation mit Frankfurt liest ein Buch

Frankfurt liest ein Buch

Maria Niesen liest aus: Zebras im Schnee von Florian Wacker.
Zebras – sind sie weiß auf schwarz gestreift oder schwarz auf weiß?

Termin Mittwoch, 24. April | 15:00 – 17:00 Uhr

25.
04.

Begegnungszentrum Ginnheim

in Kooperation mit dem Jugendzentrum Ginnheim

**„Im Glück“ – Ein clowneskes Solo
frei nach dem Märchen Hans im Glück**

Ein Theaterstück für jung und alt. „Im Glück“ stellt die Frage: Was brauchen wir wirklich für ein glückliches Leben? Machen die Berge von mehr oder weniger nützlichen Dingen, die wir produzieren, kaufen und wieder wegschmeißen, uns glücklich? Ist weniger nicht tatsächlich mehr?

Compagnie Nik: Stück für Großeltern mit Enkel (FSK 6)

Termin Donnerstag, 25. April | 15:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 23. April

Kosten Kosten für Eintritt, Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

⚠ **Das Café öffnet um 14:30 Uhr. Saal-Einlass ab 14:55 Uhr.**

28.
04.

Café Anschluss

Im Rahmen unserer Nachhaltigkeitsreihe – Upcycling Flohmarkt im Zentrum Dornbusch

NEU!

Bei unserem innovativem Upcycling Flohmarkt im Zentrum Dornbusch finden Sie originelle und individuelle Upcycling-Kreationen, z. B. aus Hemd, Bluse und Tischtuch, die unter der Leitung einer Schneiderin und Modedesignerin entstanden sind, coole Flohmarktsachen, Informationen über die Einrichtung und unsere vielfältigen kreativen Kurse und Workshopangebote sowie leckeren Kaffee und frischgebackenen Kuchen!

Termin Sonntag, 28. April | 11:00 – 17:00 Uhr

28.
04.

**Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim –
Auguste-Oberwinter-Haus**

Des gute Herz un 's bessere Maul

Erleben Sie eine humorvolle Reise durch die direkte Art der Frankfurter Mundart mit Silke Wustmann. Lachen Sie über charmante Schnörkellosigkeit und entdecken Sie, dass auch der Frankfurter ein Herz für Humor hat. Ein Nachmittag, der Frankfurt von seiner amüsanten Seite zeigt!

Termin Sonntag, 28. April | 14:30 – 17:00 Uhr

Kosten 7,50 € inkl. Kaffee und Kuchen

01.
05.

**Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst
mit Unterstützung des Kulturkellers und der AWO Höchst**

NEU!

Frankfurt liest ein Buch – Lesung mit Florian Wacker

Es ist der Senioreninitiative Höchst gelungen, den Autor zu einer Lesung aus seinem Buch „Zebras im Schnee“ zu gewinnen. Von der Jetztzeit (ent-)führt dieser Roman, der sich spannend wie ein Krimi liest, in das Frankfurt der 1920er Jahre.

Der Kulturkeller öffnet um 18:00 Uhr und hält leckere Snacks bereit. Lesungsbeginn ist 19:00 Uhr.

Termin Mittwoch, 01. Mai | 19:00 – 20:30 Uhr

Ort Kulturkeller Höchst, Bolongarostr. 186, 65929 Frankfurt

Kosten 10 €, 8 € ermäßigt

Teilnehmer 80

! *Eintrittskarten sind in der SIH und bei Presse Krämer in Höchst erhältlich.*



**26.
05.**

**Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim –
Auguste-Oberwinter-Haus in Kooperation mit Atelier Gertrud M. RIST
Ausstellungseröffnung: Kalligrafie trifft Grafik**

Gertrud M. Rist (Grafik-Designerin und Kalligrafin) und ihre langjährigen Schülerinnen, Regina Witt-Deadlow, Alexa Sauber und Susanne Bischoff zeigen wie man Kalligrafie, die Kunst des schönen Schreibens, ansprechend präsentieren kann. Dabei werden unterschiedliche Techniken mit Kalligrafie kombiniert sowie humorvolle und geistreiche Texte zu Papier gebracht.

Termin Sonntag, 26. Mai | 15:00 – 17:00 Uhr

**04.
06.**

**Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt
Landart**

Kreatives Gestalten in und mit der Natur. Wir werden zu Künstler*innen, experimentieren spielerisch vor Ort mit Farben, Formen und Gegenständen aus der Natur. Am Ende werden die Kunstwerke der Natur überlassen. Wir empfehlen Ihnen, eine Kamera oder ein Smartphone mit Kamerafunktion mitzubringen, um die entstandenen Werke anschließend zu fotografieren.

Termin Dienstag, 04. Juni | 11:00 – 14:00 Uhr

Anmeldung bis 20. Mai

Ort Der genaue Kursort wird nach Anmeldung bekannt gegeben.

Kosten 25 €

Buchungsnr. 22158-24-262

⚠ Bitte mitbringen:

***Wetterangepasste Kleidung, etwas für eine kleine Brotzeit,
eine Sitzunterlage, sowie Stift und Notizheft für eigene Beobachtungen.***

08.
06.

Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt

Schneider-Workshop

Unter fachkundiger Anleitung nähren Sie in unserer Schneiderwerkstatt ein ganz individuelles Projekt Ihrer Wahl – ganz gleich, ob Sie das Nähen gerade erst für sich entdeckt haben oder schon Erfahrung sammeln konnten.

Kursleitung: Milena Kossmann, Schneiderin, Modedesignerin

Bitte mitbringen:

Das Schnittmuster, einen geeigneten Stoff mit passendem Nähgarn und die entsprechenden Zutaten.

Weitere Hinweise erhalten Sie bei der Anmeldung.

Termin Samstag und Sonntag, 08.–09. Juni | 10:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 29. Mai

Kosten 75 €

Teilnehmer 8

Buchungsnr. 22158-24-263

13.
06.

Begegnungszentrum Ginnheim

Sommerkonzert des Seniorenorchesters des Frankfurter Verbandes

Unter der Leitung des Dirigenten Günther Stegmüller spielt das Seniorenorchester weltbekannte Melodien. Ausgewählten Stücke werden mit Gesang begleitet. Eine unterhaltsame Moderation rundet das Programm ab. Für das Wohlbefinden stehen erfrischende Getränke und kleine Snacks zur Verfügung.

Termin Donnerstag, 13. Juni | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 11. Juni

Kosten Kosten für Eintritt, Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

⚠ *Das Café öffnet um 14.30 Uhr.*



Im Rahmen unserer Nachhaltigkeitsreihe im Zentrum Dornbusch:

15.
04.

Kreativwerkstatt

Upcycling Rethink Fashion – was machen wir mit kaputten Lieblingsklamotten?

NEU!

Neue Produkte! Denn nichts ist nachhaltiger. Fertigen wir aus einer Jeans und einer Wachstischdecke einen Lunchbeutel. Nähen wir eine Hose aus einem Bettlaken oder einen Kulturbeutel aus einem Frotteehandtuch, riskieren wir den Materialmix! Wir haben noch mehr Ideen und außerdem die fachliche Anleitung. Haushaltsnäähmaschinen, Overlockmaschine und Bügelstation stehen zur Verfügung.

Kursleitung: Milena Kossmann, Schneiderin, Modedesignerin

! *Bitte mitbringen:
Nähgut, Nähgarn, Schere, ggf. Nähzutaten wie Reißverschlüsse
oder Gummis, Schnitte und Ideen.*

5 Termine Montag, 15. April
Montag, 22. April
Montag, 29. April
Montag, 06. Mai
Montag, 13. Mai

Uhrzeit 11:00 – 14:00 Uhr

Kosten 75 €

Teilnehmer max. 8

Buchungsnr. Kursnummer 22158-24-112

Anmeldung bis 01. April – für alle 5 Termine

04.
06.

Café Anschluss

Landart – Kreatives Gestalten in und mit der Natur

Natürliche Materialien und das Draußensein in und mit der Natur regen alle Sinne an. Wir werden zu Künstler*innen, experimentieren spielerisch vor Ort mit Farben, Formen und Gegenständen aus der Natur. So kann Kunst entstehen, die in einem unmittelbaren Bezug zur Umgebung steht. Am Ende werden die Kunstwerke der Natur überlassen.

Wir empfehlen Ihnen, eine Kamera oder ein Smartphone mit Kamerafunktion mitzubringen, um die entstandenen Werke zu fotografieren.

Kursleitung: Christine Fischer, Juristin, zertif. Körperpsychotherapeutin (EBP)

Termin Dienstag, 04. Juni | 11:00 – 14:00 Uhr

Anmeldung bis 01. Juni

Kosten 25 €

Teilnehmer max. 10

⚠ Bitte mitbringen:

Wetterangepasste Kleidung, kleine Brotzeit, eine Sitzunterlage, sowie Stift und Notizheft für eigene Beobachtungen.

15.
06.

Kreativwerkstatt

Farb- und Stilberatung – nachhaltig betrachtet

Die nachhaltigste Form der Stilveränderung beginnt im eigenen Kleiderschrank. Indem wir das, was bereits vorhanden ist, mit einem neuen Blick betrachten und neu kombinieren, anstatt immer wieder Neues zu kaufen, schonen wir unsere Umwelt und unsere Geldbeutel. Finden wir die Farben, Stoffe und Schnitte, in denen wir uns absolut wohl fühlen, die zu unserem Typ, unserer Persönlichkeit und zu unserem Leben passen.

Kursleitung: Alina Pergande, geprüfte und zertifizierte Farb- und Stilberaterin

Termin Samstag, 15. Juni | 11:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 01. Juni

Kosten 40 €

Teilnehmer max. 6

Buchungsnr. 22158-24-264

⚠ Bitte mitbringen:

Schreibunterlage, ein paar Lieblingskleidungsstücke oder -accessoires. Kommen Sie gerne ungeschminkt oder bringen Sie Abschminktücher mit.



Feste, Treffs und Spiele



Gemeinsam aktiv im Stadtviertel

Wir feiern den Winter

Es gibt viele Gründe, zusammen Zeit zu verbringen.
Dinnen und draußen, mit alten und neuen Freunden:
Wir leben Gemeinschaft. Bunt und vielfältig.
Seien Sie dabei!



01.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – West/Riedhof

Ostermontag-Brunch

Genießen Sie einen leckeren Brunch mit traditionellen Köstlichkeiten aus verschiedenen Regionen und Kulturen in einer geselliger Atmosphäre mit Musik. Ein Glas Sekt ist auch dabei.

Termin Montag, 01. April | 11:00 – 14:00 Uhr

Anmeldung bis 22. März

Kosten 10 €

06.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – West/Riedhof

Samstags Schachclub für Anfänger und Fortgeschrittene

NEU!

Schach verbindet, lehrt und begeistert, „denn Schach ist alles zugleich: Kunst, Wissenschaft und Sport!“ (nach Anatoly Karpov). Schauen Sie doch einfach in unserem Samstags-Schachclub vorbei und spielen Sie eine Runde Schach mit uns unter der Anleitung von Mykola Khitsko.

Termin Samstag, 06. April | 12:00 – 15:00 Uhr

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

⚠ **Termine: 06., 27. April, 11., 25. Mai, 08., 22. Juni**

16.
04.

Begegnungszentrum Ginnheim

Tanz-Café mit Live-Musik (Evergreens)

Ob allein, zu zweit oder in der Gruppe – beim regelmäßigen Tanz-Café einfach das Tanzbein schwingen und sympathische Menschen treffen. Heute sorgt Jürgen Daniel für ordentlich gute Stimmung und heiße Rhythmen!

Termin Dienstag, 16. April | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 16. April

Kosten Kosten für Eintritt, Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

⚠ **Das Café öffnet um 14:30 Uhr.**

17.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst
**Savoir vivre im Garten der SIH –
Wir weihen unsere Boulebahn ein!**

NEU!

Viele Stunden haben unsere Helfer an der Bahn gebaut und ihr Engagement mit Zwicken und Zwacken im Rücken bezahlt. Jetzt wird gefeiert! Pastic trifft auf Bratwurst, Baguette auf Kartoffelsalat. Neulinge können bei einem Boulekurs schnuppern und dann vielleicht gleich beim Eröffnungsturnier punkten.

Termin Mittwoch, 17. April | 12:00 Uhr
Anmeldung bis 12. April
Kosten 6 € für Grillwurst, Beilagen und Getränke.
Bitte bei der Anmeldung zahlen.

19.
04.

Begegnungszentrum Sossenheim
Tischtennis Spaß in Sossenheim

Wecken Sie wieder Ihre Tischtennis-Begeisterung auf? Nehmen Sie den Schläger wieder in die Hand und genießen Sie den Spaß am Spiel. Tischtennis – eine erfrischende Aktivität für Bewegung und Unterhaltung, für jedes Alter. Wir freuen uns über Ihre Teilnahme.

Termin Freitag, 19. April | 10:00 – 11:30 Uhr
Anmeldung bis 12. April
Kosten 2,50 €

19.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein
Handkäs und Gebabbel

Lecker eingelegerter Handkäs und Frankfurter Gebabbel gehören einfach zusammen. Evi Hofmann begleitet den kulinarischen Ausflug mit entsprechendem literarischem Beiwerk in Frankfurter Mundart.

Termin Freitag, 19. April | 16:00 – 17:30 Uhr
Anmeldung Bitte mit Anmeldung
Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

21.
04.

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend
Musik am Sonntag

NEU!

Sonntags gemeinsam Musik und Lieblingsmelodien hören. Sich dabei entspannen und treiben lassen – und noch etwas über das Lied erfahren. Gerne können Sie Bekannte und Nachbarn mitbringen. Wir freuen uns auf Sie.

Termin Sonntag, 21. April | 10:30 – 11:30 Uhr
Anmeldung erforderlich



50 Jahre

**Sozialzentrum
Marbachweg**
ein Grund zum Feiern!

14.06.

Dancing Queen is staying alive – Disconacht Ü60 im Julie-Roger-Haus

Das Julie-Roger-Haus lädt herzlich zu einem Tanzabend im lebendigen Flair der 70er Jahre ein! Freuen Sie sich auf einen Abend voll mitreißender Musik, wenn die „Dancing Queen“ auf „Stayin‘ Alive“ trifft. Der Abend beginnt mit einem herzlichen Empfang im Foyer des Hauses.

Stoßen Sie mit uns an – mit einem Klassiker der Zeit: Bowle mit Kullerpfirsich. Während der Disco können kleine Snacks gekauft werden. Probieren Sie den „falschen Hasen“ mit Kartoffelsalat oder einen vegetarischen Leckerbissen.

20:00 Uhr | Einlass 19:00 Uhr

**Restaurant des
Julie-Roger-Hauses**

Gummersbergstraße 24
60435 Frankfurt am Main

Anmeldung

Tel.: 069 299 807 218 oder bei
armin.blum@frankfurter-verband.de



19.06.

Lernen Sie uns kennen – Tag der offenen Tür im Gesundheitszentrum

Informieren Sie sich über Physiotherapie, Ergotherapie und das Bewegungsbad. Probieren Sie den Fitnesszirkel aus, die Therapeuten weisen Sie ein. Treffen Sie unser Team und stellen Sie gerne Fragen zu Therapien und Anwendungen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Indoorsportschuhe mit!

12:00 – 16:00 Uhr

Gesundheitszentrum des Frankfurter Verband e.V.

Schliemannweg 12-14
60435 Frankfurt am Main

Tel.: 069 299 807 272

mike.schubert@frankfurter-verband.de

21.06.

Zeit zum Feiern – Nachbarschaftsfest im Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim

Alessandro Uddin sorgt mit einem Mix aus Pop, R&B und Schlagen für gute Stimmung und Tanzlaune. Freuen Sie sich auf fetzige Musik, Gutes vom Grill, selbstgebackene Kuchen und sommerliche Drinks auf der schönen Terrasse.

14:30 – 18:00 Uhr

Haus der Begegnung im Sozialzentrum Marbachweg

Dörpfeldstraße 6
60435 Frankfurt

Tel.: 069 299 807 263

inge.bervoets@frankfurter-verband.de



**24.
04.**

Begegnungszentrum Sossenheim

Gourmet-Frühstück

Wir laden Sie herzlich zu einem leckeren und abwechslungsreichen Frühstücks-Buffer in geselliger Atmosphäre mit O-Saft, Kaffee und Tee ein. Ein Gläschen Sekt ist auch dabei.

Termin Mittwoch, 24. April | 09:00 – 11:00 Uhr

Anmeldung bis 17. April

Kosten 6 €

**07.
05.**

Begegnungszentrum Preungesheim

Schenk- und Tauschcafe

Haben Sie Spaß am Stöbern und Plaudern? Wir tauschen/schenken an diesem Nachmittag Bekleidung, Schmuck und Haushaltsgegenstände in gutem Zustand. So machen wir anderen und uns selbst eine Freude und tragen zur Müllvermeidung bei. Genießen Sie dabei selbstgebackene Waffeln und Kaffee in geselliger Runde. Erleben Sie die Gemütlichkeit unseres Tauschcafés!

Termin Dienstag, 07. Mai | 14:30 – 16:30 Uhr

**14.
05.**

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Frühstück mit dem Chor der Goldsteinschule

Genießen Sie unser ausgiebiges Frühstück ab 9:00 Uhr mit anschließender Musikdarbietung. Die Kinder haben wunderschöne Lieder einstudiert. Der Chor besucht uns um 10:00 Uhr, wird mit uns frühstücken und anschließend für uns singen. Die Kinder freuen sich über ein großes Publikum.

Termin Dienstag, 14. Mai | 09:00 – 10:30 Uhr

Anmeldung Bitte mit Anmeldung

Kosten 4,50 €

**25.
05.**

Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim –

Auguste-Oberwinter-Haus

Musik am Fluss @ Rödelheimer Musiknacht

Das AOH rockt die Rödelheimer Musiknacht! Freuen Sie sich auf tolle Bands, leckere Grillwurst und gute Stimmung in und um das Auguste. Musikgenuss pur!

Termin Samstag, 25. Mai | 15:00 – 21:30 Uhr

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

06.
06.

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Mit 66 Jahren ... – Schwungvoll auf der Tanzfläche!

NEU!

Feiern Sie mit uns eine Tanzparty im Gallus! DJ Jörg Kratz bringt mit Musik der 1960er und 1970er Jahre Schwung auf die Tanzfläche. Genießen Sie dazu ein kulinarisches Angebot für Ihr leibliches Wohl! Tanzen Sie mit uns durch die Zeit – ein besonderer Abend erwartet Sie!

Termin Donnerstag, 06. Juni | 17:00 – 20:00 Uhr

Anmeldung erbeten

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

24.
06.

Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt

Waldbaden

Beim Waldbaden können wir durchatmen, loslassen und die wohltuende Wirkung des Waldes mit allen Sinnen erfassen. Angeleitet durch kleine Meditationen, leichte Bewegungsübungen, Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen werden die Sinne aktiviert, das Immunsystem gestärkt und Stressabbau gefördert. Unser Geist wird klarer, Seele und Körper werden erfrischt.

Termin Montag, 24. Juni | 11:00 – 14:00 Uhr

Anmeldung bis 10. Juni

Ort Der genaue Kursort wird nach Anmeldung bekannt gegeben.

Kosten 25

Buchungsnr. 22158-24-265w

! *Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, etwas für eine kleine Brotzeit und eine Sitzunterlage sind hilfreich. Bitte keine Hunde mitnehmen.*

25.
06.

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim in Kooperation und mit freundlicher Unterstützung der „AWO – Ortsverein Bockenheim“

S O M M E R F E S T 2024 – Bunt es Leben Bockenheim

Im Sommer 2024 feiern wir gemeinsam das bunte Leben in Bockenheim! Zu unserem alljährlichen Sommerfest laden wir Sie in unseren herrlichen Gartenbereich und die gemütlichen Räumlichkeiten ein. Mit Spezialitäten unseres Urgesteins am Grill, Klaus Bayer, mit bunten Salaten von „Über den Tellerrand Frankfurt e.V.“, mit Livemusik ... und weiteren Überraschungen. Wir freuen uns auf Sie!

Termin Dienstag, 25. Juni | 12:00 – 18:00 Uhr

Anmeldung bis 17. Juni

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

! *Anmeldung erforderlich!*



**25.
06.**

Begegnungszentrum Riederwald

Sommerfest

Tanzen Sie gerne, hören Sie gerne Musik oder wollen sich einfach nur nett unterhalten? Dann kommen Sie vorbei zur Live-Musik von Mike Hagenmeyer und genießen Sie Kaffee und Kuchen und/oder gegrillte Würstchen mit leckerem Salat!

Termin Dienstag, 25. Juni | 14:30 – 17:30 Uhr

**25.
06.**

Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach

Maritimes Sommerfest

Schnuppern Sie Urlaubsatmosphäre zwischen Fischernetzen und Muscheln. Dabei genießen Sie einen kühlen Cocktail und Süßes und Pikantes. Werden Sie an den Flohmarktständen fündig oder spielen Sie eine Runde Boule. Für musikalische Unterhaltung sorgt der Musiker Jörg Ratz mit Liedern, die Fernweh machen. Wir freuen uns über Ihren Besuch – Ahoi!

Termin Dienstag, 25. Juni | 15:00 – 18:00 Uhr

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

**26.
06.**

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – West/Riedhof

Sommerfest

Wir feiern auf der grünen Wiese zwischen dem Begegnungs- und Servicezentrum und der Seniorenwohnanlage mit Live-Musik, erfrischenden Getränken, Grillspezialitäten, frischen Salaten sowie Kaffee und Kuchen und eine große Tombola.

Termin Mittwoch, 26. Juni | 12:00 – 18:00 Uhr

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Gemeinsam Gemeinschaft schaffen – dank Ihrer Spende!

Mit großem Engagement unterstützen wir ältere Menschen in Frankfurt am Main – durch unsere Angebote zu Bewegung, digitaler Technik, Kultur, Begegnung und vielem mehr. Das lebendige Miteinander soll allen offen stehen, unabhängig von der finanziellen Situation des Einzelnen.

Unterstützen Sie unsere wertvolle Arbeit durch einen finanziellen Beitrag! Jede Spende ist willkommen und hilft, Leben ein Stück lebenswerter zu gestalten.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Stichwort: **Spenden Offene Seniorendienste**

Frankfurter Volksbank Rhein/Main eG
IBAN: DE93 5019 0000 0500 3780 00
BIC: FFVBDEFF



**FRANKFURTER
VERBAND**

KONTAKTDATEN, der in diesem Programm genannten Standorte

Weitere Standorte finden Sie unter frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren



Begegnungs- & Servicezentrum Bockenheim

Am Weingarten 18 – 20 b
60487 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2212

✉ lucas.marx@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Bornheim / Ostend

Rhönstraße 89
60385 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2214

✉ mahnaz.wobig@frankfurter-verband.de

Zentrum Dornbusch – Café Anschluss

Hansaallee 150
60320 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2350

✉ cafe.anschluss@frankfurter-verband.de

Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt

Hansaallee 150
60320 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2357

✉ kreativwerkstatt@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Eckenheim

Dörpfeldstraße 6
60435 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 263

✉ inge.bervoets@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Fechenheim

Alt-Fechenheim 89
60386 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2216

✉ naoual.alyarudi@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Gallus

Frankenallee 206 – 210
60326 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2217

✉ hans-christoph.fehr@frankfurter-verband.de

Begegnungszentrum Ginnheim

Ginnheimer Landstraße 172 – 174
(Eingang im Hof)
60431 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2227

✉ katrin.koch@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Heddernheim**

Aßlarer Straße 3
60439 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2218

✉ sybille.vogl@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Hofgut Goldstein**

Tränkweg 32
60529 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2223

✉ carmen.simon@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Höchst und Café Mouseclick**

Bolungarostraße 137
65929 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2219

✉ klaus.baumgarten@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Senioren-Initiative Höchst**

Gebeschusstraße 44
65929 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2221

✉ ute.brink-geenen@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Melange am Römer**

Braubachstraße 15 b
60311 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2295

✉ judith.steppacher@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Nieder-Eschbach**

Ben-Gurion-Ring 20
60437 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2010

✉ jeannette.nold@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Nordweststadt**

Gerhart-Hauptmann-Ring 298
60439 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 5522

✉ sabine.harynek@frankfurter-verband.de

**Begegnungszentrum
Preungesheim**

Jaspertstraße 11
60435 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2242

✉ gabriele.wahn@frankfurter-verband.de

**Begegnungszentrum
Riederwald**

Am Erlenbruch 26
60386 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2242

✉ andrea.hackbarth@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Rödelheim**

Burgfriedenstraße 7
60489 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2225

✉ sascha.brenninger@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Sachsenhausen – Riedhof**

Mörfelder Landstraße 210
60598 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2211

✉ alena.laufer@frankfurter-verband.de

**Begegnungszentrum
Sossenheim**

Toni-Sender-Straße 29
65936 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 5523

✉ karsten.ruddies@frankfurter-verband.de

In der Gemeinschaft macht das Leben einfach mehr Spaß! Aktiv Älterwerden ist beim Frankfurter Verband Programm: Bei uns kommen Sie mit netten Leuten aus Ihrer Nachbarschaft zusammen – für Freizeitaktivitäten mit Wir-Gefühl!



Kontakt

Zusätzliche Informationen zu den Veranstaltungen erhalten Sie bei:

Klaus Baumgarten

Tel: 069 299 807 2219

pr.baumgarten@frankfurter-verband.de

Weitere Informationen finden Sie im Internet:

www.frankfurter-verband.de/aktiv-aelterwerden

www.facebook.com/frankfurterverband

Abonnieren Sie den kostenlosen Newsletter mit aktuellen Veranstaltungstipps:

newsletter.frankfurter-verband.de