



**Programm
April – Juni
2024**

Aktiv in Fechenheim



**FRANKFURTER
VERBAND**

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!

Sie möchten sich körperlich und geistig fit halten, kreativ austoben oder aktiv weiterbilden? Dann wird Ihnen das Veranstaltungsangebot im **Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim** gefallen.

Viel Spaß beim Entdecken und Mitmachen!



Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite
www.frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren

UNSER PROGRAMM APRIL BIS JUNI



Fechenheim auf Rädern – Rikschafahrten am Main entlang

In Kooperation mit der TSG Fechenheim 1860 und Radeln ohne Alter

Unsere Fahrrad-Riksha ist wieder on Tour! Wir laden Sie herzlich ein, die Natur und die schönen Ecken Fechenheims mit Wind im Haar zu genießen. Ehrenamtliche Pilot*innen fahren mit Ihnen für ca. 1 bis zwei Stunden eine Tour am Main entlang. Für weitere Informationen zu den kostenfreien Rikschafahrten rufen Sie uns an. Die Pilot*innen freuen sich auf Sie!

⚠ *Individuelle Terminvereinbarung*

***Je nach Wetterlage ist der Startschuss für die dritte Riksha-Saison
Ende April/Anfang Mai vorgesehen.***



Montags | 10:00 – 12:00 Uhr

Fechenheimer-Foto-Freunde

Der Hobbyfotograf Jürgen Gries möchte mit aktiven Fotobegeisterten den eigenen Stadtteil und die weitere Umgebung fotografisch erlebbar machen, das Auge schulen, Tipps zur Technik geben und das Ganze in einer netten Gemeinschaft.

**⚠ *Jeden 2. Montag: Fototheorie, Thema und Ziel der Exkursionen
festlegen, Bilderbesprechung.***

Jeden 4. Montag: Gemeinsam unterwegs und fotografieren.

Die Teilnahme an den Exkursionen erfolgt auf eigene Verantwortung.



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr

Lotsenbüro

Sie suchen das passende Ehrenamt oder die richtige Anlaufstelle? Wir helfen Ihnen weiter! Nutzen Sie unser Beratungsangebot im Stadtteil telefonisch oder vor Ort, bei uns erhalten Sie Informationen oder konkrete Unterstützung.

⚠ *Mit Terminvereinbarung*



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr

In Kontakt mit Familie und Freunden – mit dem Smartphone oder Tablet

Sie sind Einsteiger*in in der Smartphone-Nutzung und möchten mehr als nur telefonieren? Mit einem/r Helfer*in lernen Sie die Möglichkeiten der digitalen Kommunikation kennen und üben deren Nutzung.

1. Termin: Mit dem Smartphone E- Mails verschicken, empfangen und verwalten.

Folgetermine zur Wiederholung und zu weiteren Themen wie: WhatsApp, Videotelefonie wöchentlich möglich. 8-10 Termine.



Mittwochs | 14:00 – 16:30 Uhr

Mittwoch ist Spieletag!

„Beim Spiel kann man einen Menschen in einer Stunde besser kennenlernen als im Gespräch in einem Jahr.“ (Platon) Haben Sie Lust auf Skat, Rummikub oder Bingo? Spiele verbinden und machen einfach Spaß! Weitere Mitspieler und Mitspielerinnen sind herzlich willkommen. Ihr Lieblingsspiel ist nicht dabei? Sprechen Sie uns an, wir freuen uns auf Ihre Ideen!



Mittwochs | 19:00 – 22:00 Uhr

Doppelkopf am Abend

Haben Sie Lust auf Doppelkopf in lockerer Runde? Wir suchen noch weitere Mitspieler*innen. Ob Fortgeschrittene, Kenner oder Wiedereinsteiger – bei Interesse bitten wir um Anmeldung. Im Mittelpunkt stehen für uns Spaß und Freude am Spiel. Leitung: Dorothea Kronenberger



Donnerstags | 10:00 – 13:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Kultur-Touren

Kooperationsprojekt „Places to see“

Wir begeben uns auf eine Frankfurter Kultur-Entdeckungsreise! Jeden Monat besuchen wir eines der Museen oder eine kulturelle Einrichtung, verbunden mit einer Führung und kreativem Austausch. Das Angebot richtet sich an Kunst- und Kulturinteressierte, Unerfahrene und Neugierige, die in einer aktiven Gruppe (wieder) mehr Kultur erleben möchten.

⚠️ Der Eintritt und die Führung sind kostenfrei. Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.

Die Führungen dauern in der Regel 1 Stunde + Ab- und Rückfahrt. Nähere Informationen zur Abfahrtszeit und zum Treffpunkt erfolgen bei der Anmeldung.



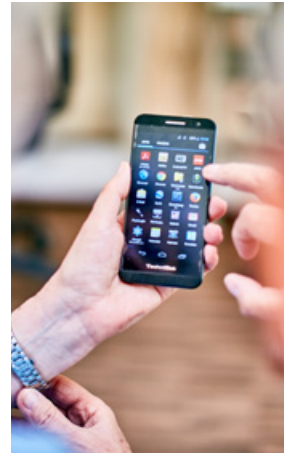
Donnerstags | 14:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Menschenkenntnis und Selbsterkenntnis mit dem Enneagramm – Seminarreihe Teil 2

Das Enneagramm beschreibt die verschiedenen Persönlichkeiten und ihr Verhalten für den alltäglichen Umgang miteinander. Ziel der Seminarreihe ist es, sich und andere besser zu verstehen. Eine Wiederholung der Grundlagen ist geplant, bei Interesse melden Sie sich gerne.

Jeweils 1. und 3. Donnerstag im Monat. Leitung: Bernhard Köhler

Kosten: 2,50 €





Freitags | 10:00 – 13:00 Uhr

Computer für Fechenheim 65+

Sie haben bisher kein Gerät oder Internetzugang und möchten mal etwas „googlen“, sich ein Erklärvideo anschauen, oder die Fechenheimer Online Zeitung „mainkur:ier“ lesen? Dann sind Sie bei uns richtig! Ein Laptop steht für Interessierte frei zur Verfügung und ein/e Helfer*in begleitet und unterstützt Sie bei den ersten Schritten und beantwortet Ihre Fragen. Ohne Vorkenntnisse und Technikwissen. Einfach mal probieren!

! mit Terminvereinbarung



Sonntags | 14:00 – 17:00 Uhr

Nähtreff „Frankfurt Modern Patchwork“

Wollten Sie schon immer mal das kreative Gestalten mit Stoffen ausprobieren? Jeden 3. Sonntag im Monat wird genäht, „gequiltet“ und dabei neue Muster, Techniken und Aktuelles ausgetauscht. Von kreativen Eigenkreationen bis hin zu Gemeinschaftsprojekten. Anfängerinnen sind willkommen.

**Kontakt: Cornelia Perna, 069 426 948 99,
corneliaperna@googlemail.com**



Do., 11.04. | 10:00 – 13:00 Uhr

Kultur-Touren „Städel Museum“

Kooperationsprojekt „Places to see“

Erleben Sie bei einer 1-Stündigen Führung die Highlights der bekanntesten und bedeutendsten Werke des Städel Museums! Hierzu gehören u. a. Botticelli, Cranach und Rembrandt, Monet, Renoir und Beckmann, Richter, Warhol und Kippenberger.

Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

! Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.



Di., 16.04. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kochtreff „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Christa May

Gemeinsam kochen und essen – das verbindet. Sie möchten nur zum Essen kommen? Sehr gerne. Bitte melden Sie sich hierzu an.

Kosten: Je nach Menü



Do., 18.04. | 10:00 – 13:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Bildungs-Tour „Zoo Frankfurt“

Kooperationsprojekt „Places to see“

An diesem interessanten und spannenden Zoobesuch, begleitet von einem fachkundigen Zoobegleiter, erwarten uns Informationen zur Haltung, Geschichten zu den Tierindividuen und Allgemeines zum Zooleben.

Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

! *Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.*



Fr., 19.04. | 19:00 – 22:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Raum für musikalische Begegnungen – Jamsession und offene Bühne

Nach der ersten stimmungsvollen Session waren alle einig: „Wir wollen weiter gemeinsam musizieren!“ Musiker*innen, Sänger*innen, sowie Publikum sind herzlich willkommen. Jutta Loskill moderiert und begleitet mit ihrem Trio „Real Steel Love“ den musikalischen Abend. Ein Klavier und ein Verstärker sind vorhanden. Eigene Instrumente, Noten und gute Schwingungen können gerne mitgebracht werden.

! *Fragen zur musikalischen Gestaltung des Abends beantwortet Jutta Loskill gerne per Email: jloskill@t-online.de
Anmeldungen bitte über das Begegnungs- und Servicezentrum*



Sa., 20.04. | 11:00 – 14:00 Uhr

Hey Fechenheim, wir putzen dich heraus!

Ab 11:00 Uhr sind Fechenheimer*innen zum gemeinsamen Müllsammeln auf den Wegen und Plätzen, Straßen und Gassen unterwegs.

Treffpunkt: Paulibrunnen am Linneplatz.

Im Anschluss ca. 13:00 Uhr lädt das Begegnungs- und Servicezentrum zu Kaffee, Kuchen und Austausch ein.

**Kontakt: Leonore Vogt, 069 247 514 969 11,
leonore.vogt@diakonie-frankfurt-offenbach.de**

! *Veranstalter: Quartiersmanagement Fechenheim + Regionalrat Fechenheim*



Mi., 24.04. | 15:00 – 16:00 Uhr

Wir spielen Bingo!

Ein unterschätztes Spiel; Bingo macht einfach Spaß, jede und jeder kann mitmachen und auch jederzeit dazu kommen. Und für die Konzentration tut man auch noch was. Schnuppern Sie rein – es gibt kleine Preise!

Kosten: 1 €



Fr., 26.04. | 14:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Babbelstund' im Zentrum

Ei Gude, Wie? Einfach mal „babbeln“ ist das Motto und der Wunsch von Besucher*innen des Zentrums. In lockerer Runde möchten wir monatlich ins Gespräch kommen und uns austauschen. Ob zu aktuellen Ereignissen, zu Themen rund um das Älterwerden oder, oder ...



Di., 30.04. | 10:00 – 12:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Brunch und Begegnung im April

Zu unserem späten Frühstück möchten wir regelmäßig Nachbarn zum näheren Kennenlernen und Austausch einladen – Was gibt es Neues im Stadtteil? Wer macht was? Wie kann ich Fechenheim mitgestalten?

Zu Gast: Brigitte Friebertshäuser, Gründerin der Online Zeitung mainku:rier, Organisation von Musikveranstaltungen in Fechenheim

Kosten: 5 €



Do., 02.05. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kultur-Touren „Museum Angewandte Kunst“

Kooperationsprojekt „Places to see“

Uns erwartet eine Führung zur Frage: Was ist angewandte Kunst?

„Als lebendiger Ort des Entdeckens richtet das Museum Angewandte

Kunst seinen Fokus auf die Wahrnehmung gesellschaftlicher Strömungen

und Entwicklungen, mit einem Schwerpunkt auf Design, Mode und

Performatives.“ **Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.**

! Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.



So., 05.05. | 13:00 – 18:00 Uhr

Sounds of Fechenheim – und wir sind dabei!

„Ein Tag für die Musik“ ist eine Initiative von hr2-kultur und möchte die

musikalischen Aktivitäten in Hessen fördern und damit die große Vielfalt in

Sachen Musik präsentieren. In Fechenheim wurde die Idee vom lokalen

„Musikerstammtisch“ aufgegriffen und in Eigeninitiative von den vertretenen

Bands und einzelnen Musikern organisiert. Insgesamt sieben Formationen

und einzelne Musiker werden am Main und an verschiedenen Orten in der

Altstadt Fechenheims mehrere kleine Konzerte geben, die im 30 Minuten

Takt aufeinander abgestimmt und fußläufig erreichbar sind. Von meditativer

Weltmusik über ein klassisches Klavierkonzert, Hard Rock, Jazz, Blues,

Ambient und dem bisher ungehörten Musikgenre TransMain Folk ist für

jeden Musikgeschmack etwas dabei.

! Nähere Informationen über separate Aushänge/Flyer.

Veranstalter: Musikerstammtisch Fechenheim



Fr., 10.05. | 14:30 – 17:30 Uhr | Anmeldung bis 02.05.

Tanz im Mai

Mit Live-Musik von Jörg Ratz-Oldies bis aktuelle Hits. Zum Mitsingen, Schunkeln und Tanzen. Feiern Sie mit!

Kosten: 3 €



Fr., 24.05. | 14:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Babbelstund' im Zentrum

Ei Gude, Wie? Einfach mal „babbeln“ ist das Motto und der Wunsch von Besucher*innen des Zentrums. In lockerer Runde möchten wir monatlich ins Gespräch kommen und uns austauschen. Ob zu aktuellen Ereignissen, zu Themen rund um das Älterwerden oder, oder ...



Di., 28.05. | 10:00 – 12:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Brunch und Begegnung im Mai

Zu unserem späten Frühstück möchten wir regelmäßig Nachbarn zum näheren Kennenlernen und Austausch einladen – Was gibt es Neues im Stadtteil? Wer macht was? Wie kann ich Fechenheim mitgestalten?

Kosten: 5 €



Mi., 29.05. | 15:00 – 16:00 Uhr

Wir spielen Bingo!

Ein unterschätztes Spiel; Bingo macht einfach Spaß, jede und jeder kann mitmachen und auch jederzeit dazu kommen. Und für die Konzentration tut man auch noch was. Schnuppern Sie rein – es gibt kleine Preise!

Kosten: 1 €



Fr., 31.05. | 11:00 – 18:00 Uhr

Auf gute Nachbarschaft!

Am Tag der Nachbarn möchten wir mit Ihnen und Euch 15 Jahre gute Nachbarschaft feiern! Wir laden herzlich ein zu guten Gesprächen, gemeinsam in Erinnerung schwelgen, neue Pläne schmieden und das bei leckeren Getränken und kleinen Snacks. Ab 14:00 Uhr heißen wir Jung und Alt zu einem nachbarschaftlichen Spielenachmittag willkommen. Spiele verbinden und machen einfach Spaß! Nach Herzenslust können an mehreren Tischen unterschiedliche Spiele gespielt werden. Ob Brettspiel, Kartenspiel oder Würfelspiel. Diverse Spiele sind vorhanden, es können aber auch gerne eigene Spiele mitgebracht werden.



Di., 18.06. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kochtreff „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Christa May

Gemeinsam kochen und essen – das verbindet. Sie möchten nur zum Essen kommen? Sehr gerne. Bitte melden Sie sich hierzu an.

Kosten: Je nach Menü



Do., 20.06. | 13:30 – 16:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Bildungs-Tour „Palmengarten“

Kooperationsprojekt „Places to see“

Auf einem fachkundig begleiteten 1,5-stündigen Spaziergang erwarten uns: „Pflanzen aus aller Welt, alter Baumbestand, Wiesen und Wasser, Wildheit und Wissen, Kunst und Kultur“

Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

! Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.



Fr., 21.06. | 14:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Babbelstund' im Zentrum

Ei Gude, Wie? Einfach mal „babbeln“ ist das Motto und der Wunsch von Besucher*innen des Zentrums. In lockerer Runde möchten wir monatlich ins Gespräch kommen und uns austauschen. Ob zu aktuellen Ereignissen, zu Themen rund um das Älterwerden oder, oder ...



Di., 25.06. | 10:00 – 12:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Brunch und Begegnung im Juni

Zu unserem späten Frühstück möchten wir regelmäßig Nachbarn zum näheren Kennenlernen und Austausch einladen – Was gibt es Neues im Stadtteil? Wer macht was? Wie kann ich Fechenheim mitgestalten?

Zu Gast: Doris Kuhn, VDK- Stellv. Vorsitzende des Kreisverbands Frankfurt

Kosten: 5 €



Mi., 26.06. | 15:00 – 16:00 Uhr

Wir spielen Bingo!

Ein unterschätztes Spiel; Bingo macht einfach Spaß, jede und jeder kann mitmachen und auch jederzeit dazu kommen. Und für die Konzentration tut man auch noch was. Schnuppern Sie rein – es gibt kleine Preise!

Kosten: 1 €

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**

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 – 13:00 Uhr	Lotsenbüro
	10:00 – 12:00 Uhr	„Fechenheimer-Foto-Freunde“, 2. und 4. Montag
	10:00 – 13:00 Uhr	Wege ins Netz, 1. und 3. Montag
	14:00 – 16:30 Uhr	Handarbeitskreis „Fechenheimer Wolltat“
Dienstags	10:00 – 14:00 Uhr	Kochtreff: „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Kosten: Je nach Menü, 2-monatlich
	10:00 – 14:00 Uhr	Kochtreff für Männer Kosten: 5,50 €, 2-monatlich
	10:00 – 12:00 Uhr	Brunch und Begegnung Kosten: 5 €, monatlich
Mittwochs	14:00 – 16:30 Uhr	Skat und andere Spiele
	14:00 – 16:30 Uhr	Rummik(l)ub, 2. Mittwoch im Monat
	15:00 – 16:00 Uhr	Wir spielen Bingo! Kosten: 1 €, monatlich
Donnerstags	19:00 – 22:00 Uhr	Doppelkopf am Abend, 14-täglich
	10:00 – 13:00 Uhr	Kultur-Touren, monatlich
	14:00 – 16:00 Uhr	Seminarreihe- Menschenkenntnis und Selbsterkenntnis Kosten: 2,50 €, 1. und 3. Donnerstag
Freitags	10:00 – 11:00 Uhr	Gedächtnistraining- Quiz und Rätsel Kosten: 1,50 €
	10:00 – 13:00 Uhr	Computer für Fechenheim 65++
	14:00 – 16:00 Uhr	Babbelstund' im Zentrum, monatlich
Sonntags	14:00 – 17:00 Uhr	Nähtreff „Frankfurt Modern Patchwork“, 3. Sonntag

Begegnungs- & Servicezentrum Fechenheim

Alt-Fechenheim 89
60386 Frankfurt am Main

Leitung

Naoual Alyarrudi
Telefon: 069 299 807 2216
naoual.alayarrudi@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de



Abonnieren Sie auch unseren kostenlosen Newsletter
mit aktuellen Veranstaltungstipps:
newsletter.frankfurter-verband.de