



**Programm  
Mai – Juni  
2024**

# **Aktiv in Preungesheim**



**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 **Begegnungszentrum Preungesheim** gefallen.

*Viel Spaß beim Entdecken und Mitmachen!*

**Gemeinsam  
Gemeinschaft  
schaffen**

–  
**dank Ihrer  
Spende!**

Unterstützen Sie unsere wertvolle Arbeit durch einen finanziellen Beitrag!

Stichwort: **Spenden Offene Seniorendienste**

**Frankfurter Volksbank Rhein/Main eG**

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

BIC: **FFVBDEFF**

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite  
[www.frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren](http://www.frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren)



## UNSER PROGRAMM MAI BIS JUNI

---



**Di., 07.05. | 14:30 – 16:30 Uhr**

### **Schenk- und Tauschcafé**

Wir tauschen und schenken an diesem Nachmittag Haushaltsgegenstände und Bekleidung in gutem Zustand. Genießen Sie dabei hausgemachten Blechkuchen und Kaffee/Tee in geselliger Runde.

---



**Di., 21.05. | 15:00 – 17:00 Uhr**

### **„Maria, ihm schmeckt's nicht!“**

Ein witziges und warmherziges Buch von Jan Weiler. Wer noch keine italienischen Verwandten hat, wird nach der Lektüre unbedingt welche haben wollen. Susanne Ianelli wird aus dem Buch vorlesen.

---



**Do., 23.05. | 11:00 – 14:00 Uhr**

### **Gemeinsam kochen – gemeinsam essen**

Beim gemeinsamen Kochen wollen wir jeden Monat verschiedene Rezepte ausprobieren. Ein Teil der Gruppe kocht zusammen und mit allen Gästen wird die Mahlzeit gemeinsam eingenommen. Frau Hedtmann, eine erfahrene Köchin und Pädagogin begleitet die Veranstaltung.

**! Weiterer Termin am 27.06.**





**Di., 28.05. | 15:00 – 17:00 Uhr**

### **„Mit Ach und Krach“**

Woher kommen unsere Redewendungen? Kommen Sie mit auf Entdeckungsreise.



**Di., 04.06. | 15:00 – 17:00 Uhr**

### **Kleines Sommerfest**

Hören Sie gerne Musik oder wollen sich einfach nett unterhalten? Der Akkordeon-Teufel Alfred Weber sorgt für stimmungsvolle Live-Musik.



**Fr., 07.06. | 18:00 – 21:00 Uhr**

### **„DISCO 60 plus“**

Bringen Sie Spaß am Tanzen mit und lassen Sie sich vom gutgelaunten DJ Ralf unterhalten. Ein Angebot für alle, die neue Kontakte knüpfen oder sich auf der Tanzfläche austoben möchten.



**Di., 11.06. | 15:00 – 17:00 Uhr**

### **Der Hausnotruf stellt sich vor**

Informationen und Gespräche über einen Alltagshelfer, der das selbständige Wohnen in den eigenen vier Wänden unterstützt. Frau Duru, die Leitung des Hausnotrufs des Frankfurter Verbandes informiert Sie.



**Di., 18.06. | 15:00 – 17:00 Uhr**

### **„Wer bin ich?“**

Hausperling & Co entdecken. Welche heimischen Vögel kennen Sie bzw. erkennen Sie am Gesang?

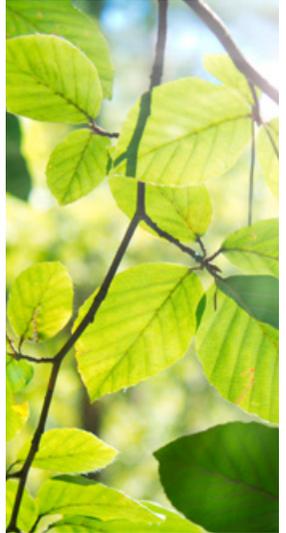


**Di., 25.06. | 13:30 – 16:00 Uhr**

### **Ausflug in den Chamissogarten**

Kommen Sie mit in einen besonders schönen Garten in Eschersheim. Wir werden dort mit selbstgebackenem Kuchen und Kaffee verwöhnt. Fahrt mit dem Fahrservice.





# 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**

## REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

<b>Montags</b>	<b>14:30 – 16:30 Uhr</b>	Treffen der an Parkinson Erkrankten und ihren Angehörigen, <i>monatlich</i>
	<b>18:00 – 19:00 Uhr</b>	„Tai Chi & Qi Gong“ – zertifizierter Gesundheitskurs <b>Kosten: 90 €</b>
<b>Dienstags</b>	<b>10:00 – 11:00 Uhr</b>	„Tai Chi & Qi Gong“ – zertifizierter Präventionskurs <b>Kosten: 90 €</b>
	<b>15:00 – 17:00 Uhr</b>	Treffpunkt für Senioren / Stadtteiltreff – siehe Innenseite <b>Kosten: 10 €/Monat</b>
	<b>18:00 – 20:00 Uhr</b>	Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz, <i>monatlich</i>
<b>Mittwochs</b>	<b>10:00 – 12:00 Uhr</b>	Tanzgruppe 60+ <b>Kosten: 4 € pro Termin</b>
<b>Donnerstags</b>	<b>10:30 – 12:00 Uhr</b>	Ganzheitliches Gedächtnstraining <b>Kosten: 4 € pro Termin</b>
	<b>11:00 – 14:00 Uhr</b>	Gemeinsam kochen – Gemeinsam essen <b>Kosten: 6 € pro Termin, monatlich</b>
	<b>17:30 – 19:30 Uhr</b>	Linedance Gruppe <b>Kosten: 3 € pro Termin</b>
<b>Freitags</b>	<b>09:30 – 11:30 Uhr</b>	Internationales Frauen-Frühstück <b>Kosten: 4 € pro Termin, 14- täglich</b>

## Begegnungszentrum Preungesheim

Jaspertstraße 11  
60435 Frankfurt am Main

### Leitung

Gabriele Wahn  
Telefon: 069 299 807 2242  
gabriele.wahn@frankfurter-verband.de  
www.frankfurter-verband.de



Abonnieren Sie auch unseren kostenlosen Newsletter  
mit aktuellen Veranstaltungstipps:  
**[newsletter.frankfurter-verband.de](http://newsletter.frankfurter-verband.de)**