



**Programm
November –
Dezember
2021**

Aktiv im Gallus



**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 Gallus** gefallen.

Viel Spaß beim Entdecken und Mitmachen!

Nähe zeigen – auch mit Abstand!

Als Teilnahmebedingungen gelten unsere aktuellen Hygieneregeln.

Zusätzlich für Veranstaltungen im Innenraum gilt die 3G-Regel:
geimpft, genesen oder
getestet.



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

UNSER PROGRAMM NOVEMBER BIS DEZEMBER



Do., 11.11. | 14:00 – 15:00 Uhr | Anmeldung bis 8.11.

Bingo mit Ingo

Der rasante Zahlenspaß mit Moderator und Spaßmacher „Ingo“ aka Hans-Christoph Fehr

Kosten: 2 €; Teilnehmer*innen: 12



Fr., 12.11. | 10:00 – 11:15 Uhr | Anmeldung bis 8.11.

Line Dance

Lust auf Tanzen, aber keine Lust auf Paartanz? Dann probieren Sie „Line-Dance“ aus. Tanzen hält Körper und Geist fit und macht Spaß.

Kosten: 2 €; Teilnehmer*innen: 10



Mo., 15.11. | 17:00 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis 10.11.

Filmabend im Gallus

Mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Unser Filmabend geht weiter. Wenn Sie Filme in gemütlicher „Kinoatmosphäre“ mögen, dann kommen Sie zu unserem Filmabend. Veranstaltungen der nichtgewerblichen Filmarbeit unterliegen einem Außenverbot. Der Filmtitel kann ab Anfang November persönlich oder telefonisch erfragt werden.

Begrenzte Teilnehmerzahl



Do., 18.11. | 15:00 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 10.11.

Struwwelpetermuseum – Besuch mit Führung

„Sieh einmal, hier steht er. Pfui, der Struwwelpeter.“ – „Und Minz und Maunz, die Katzen, erheben ihre Tatzen.“ Wer kennt sie nicht, die Geschichten aus dem wohl bekanntesten Kinderbuch Deutschlands? Im Museum erfahren wir mehr über den Schöpfer der Figuren, sein Leben als Arzt und Psychiatriereformer.

Kosten: 12 € für Führung und Eintritt

Treffpunkt: 14:50 Uhr am Stolzebrunnen auf dem Hühnermarkt

Teilnehmer*innen: mindestens 10, höchstens 15





Sa., 20.11. | 12:00 – 16:00 Uhr

Adventlicher Basar

Hier erwarten Sie in echter Handarbeit entstandene Stricksachen und Kreatives, hergestellt von der Handarbeitsgruppe unseres Zentrums. Für das leibliche Wohl ist mit Kürbissuppe, später mit Kuchen, Kaffee und weiteren Getränken gesorgt. Der Erlös des Basars kommt unserem Zentrum zu Gute.

! *Erkundigen Sie sich bitte vorher nach den aktuellen Corona-Beschränkungen!*



Do., 25.11. | 14:30 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 18.11.

Besichtigung der Baustelle der neuen U5

Unter dem Europaviertel entsteht die Verlängerung der U-Bahn-Linie U5. Wir können uns unter fachlicher Anleitung die Großbaustelle ansehen!

Kosten: freiwilliger Beitrag für das BGSZ erbeten

Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben

Teilnehmer*innen: maximal 10



Fr., 26.11. | 15:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 22.11.

Spaziergang im Park

Diesmal: Das Nizza.

Kosten: 1 €

Treffpunkt: Mainufer an der Untermainbrücke, DLRG Rettungsstation, Untermainkai 5, 60311 Frankfurt am Main.

Bei Anmeldung erhalten Sie eine Handynummer, damit Sie den Treffpunkt sicher finden.

Teilnehmer*innen: 12



Do., 02.12. | 15:00 Uhr

Lebendiger Adventskalender Gallus

Im Rahmen des lebendigen Adventskalender Gallus hören Sie adventliche Gedichte und Geschichten. Wir singen gemeinsam einige Weihnachtslieder bei alkoholfreiem heißen Weihnachtspunsch und knabbern weihnachtliche Leckereien. Kommen Sie vorbei und bringen Sie Freunde und Familie mit. Beachten Sie: Voraussichtlich findet die Veranstaltung draußen statt. Kleiden Sie sich bitte entsprechend der Witterung.



Do., 09.12. | 09:00 Uhr | Anmeldung bis 6.12.

Frühstück

Frühstücken. Lieber gemeinsam als einsam. In vorweihnachtlicher Atmosphäre.

Kosten: 4 €





Do., 09.12. | 14:30 Uhr | Anmeldung bis 2.12.

Führung durch den Frankfurter Dom

Der Frankfurter Dom ist die ehemalige Wahl- und Krönungskirche der römisch-deutschen Kaiser. Ein Ort, der Geschichte atmet. Unter fachkundiger Führung erfahren wir, was den Frankfurter Dom sonst noch so besonders macht.

Kosten: 5 €



Do., 16.12. | 14:00 – 17:30 Uhr | Anmeldung bis 6.12.

Weihnachtsfeier

In Kooperation mit Engagemnt im Gallus: Eine Initiative von Deutsche Bank, Linklaters und dem Mehrgenerationenhaus Frankfurt

Jörg Ratz sorgt musikalisch für vorweihnachtliche Stimmung. Wie in jedem Jahr gibt es weihnachtliche Bastelaktionen und eine kleine Bescherung. Am Nachmittag gibt es Kaffee und Kuchen, am frühen Abend klingt die Feier mit einem leckeren Abendessen aus.

Kosten: 12 € für Kaffee und Kuchen, Abendessen, musikalische Unterhaltung



Mo., 20.12. | 17:00 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis 13.12.

Filmabend im Gallus

Mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Zusammen mit anderen Filmfans einen weihnachtlichen Film in gemütlicher Atmosphäre bei Popcorn und anderen Knabbereien genießen: Das gibt's beim Filmabend im Gallus. Veranstaltungen der nichtgewerblichen Filmarbeit unterliegen einem Außenwerbeverbot. Ab dem 6.12. können Sie den Filmtitel telefonisch oder persönlich erfragen.

Teilnehmer*innen: 20



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 – 11:00 Uhr	Gymnastik im Sitzen und Stehen Kosten: 2 € pro Termin
	14:00 – 17:00 Uhr	Spiel und Spaß am Nachmittag
	17:00 – 19:00 Uhr	Filmabend im Gallus, <i>einmal im Monat</i>
Dienstags	09:00 – 10:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik der VHS 1. Gruppe
	10:15 – 11:15 Uhr	Wirbelsäulengymnastik der VHS 2. Gruppe
	14:30 – 16:30 Uhr	Stadtteiltreff
Mittwochs	10:00 – 11:00 Uhr	Qigong Kosten: 2,50 € pro Termin
	13:00 – 16:30 Uhr	Strick- und Handarbeiten
	14:30 – 16:30 Uhr	Stadtteiltreff Herxheimer
Freitags	10:00 – 11:15 Uhr	Wir tanzen Line! Kosten: 2 € pro Termin, <i>2. und 4. Freitag im Monat</i>
	14:30 – 16:30 Uhr	Stadtteiltreff
	15:00 – 16:00 Uhr	Spaziergang im Park, <i>letzter Freitag im Monat</i>

Cafeteria
Montag – Freitag
14:00 Uhr bis
17:00 Uhr

Begegnungs- & Servicezentrum Gallus

Frankenallee 206-210
60326 Frankfurt am Main

Leitung

Hans-Christoph Fehr
Telefon: 069 7382545
hans-christoph.fehr@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de



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