



**Programm  
Januar –  
März  
2022**

# **Aktiv in Nieder- Eschbach**



**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 Nieder-Eschbach** 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 2G-Regel: geimpft oder genesen.



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

## UNSER PROGRAMM JANUAR BIS MÄRZ



**Montags | nach Vereinbarung**

### **Digitale Hilfen für Senioren**

Im Bereich der digitalen Welt (z. B. Smartphone oder Tablet) bieten wir Unterstützung und Hilfe zur Selbsthilfe zu unterschiedlicher Fragestellung. Wir vermitteln Ihnen wertvolle Tipps und Tricks, damit Sie mit Freude ihr digitales Gerät bedienen und Ihr Wissen in diesem Bereich erweitern können.

**Kosten: 5 € für 30 Minuten**

**! Individuelle Terminvereinbarung (Tel.: 0176/36814202)**

**NEU!**



**Di., 11.01. | 15:00 – 17:00 Uhr**

### **Neujahrsempfang mit Polizei, VdK und Ortsbeirat 15**

**15. Polizeirevier Nieder Eschbach, VdK, Ortsbeirat 15**

Gemeinsam blicken wir auf das alte Jahr zurück und starten mit Zuversicht in das Neue. Sie erfahren Neuigkeiten aus dem Quartier und haben die Möglichkeit miteinander ins Gespräch zu kommen. Freuen Sie sich auf einen gemütlichen Nachmittag mit Andreas Wagner und Kollegen, Otto Pühl und Michael Paul.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



**Di., 18.01. | 15:00 – 17:00 Uhr**

### **Viel Glück fürs neue Jahr ...**

**Familienzentrum Regenbogen am Bügel  
evangelischer Regionalverband**



**EVANGELISCHER  
REGIONALVERBAND**

Gerade am Jahresanfang wünschen wir uns und anderen Glück. Was macht das Glücksgefühl aus und wie definiert man das Wort Glück? Gabriele Wolffstarck macht sich mit Ihnen auf dem Weg zum Glück und zeigt Ihnen wie man es genießt und bewahrt.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**





Di., 25.01. | 15:00 – 17:00 Uhr

## **Emil Nolde – ein Maler des deutschen Expressionismus**

*Die Lesefreuden vom Bürgerinstitut e.V.*

Leonore Gauland taucht mit Ihnen ein in den ausdrucksstarken Farbenrausch seiner Blumenbilder, den Nordseewellen und der Schweizer Bergwelt. Seine Bilder werden als „entartete Kunst“ abgewertet und verboten. In dieser Zeit entstehen seine bekannten „ungemalten Bilder“. Exzentrisch und schwierig war der Weg des Malers bis zur späten Anerkennung.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



Di., 01.02. | 15:00 – 17:00 Uhr

## **Informationsnachmittag – Sozialrathaus Nord**

*Sozialrathaus Nord*

Jürgen Bellm und sein Team informieren Sie über Neues aus dem Amt. Das Sozialrathaus bietet Ihnen unter anderem, Hilfe zu Leistungen, wie z. B. dem Frankfurt-Pass, Leistungen der Sozialhilfe für die unterschiedlichen Lebenslagen, Eingliederungshilfe, Hilfe zur Pflege oder Informationen zum Bildungs- und Teilhabepaket. Kommen Sie vorbei!

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**





**Di., 08.02. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 04.02.**

## **Heute ganz Ohr? Lassen Sie Ihr Hörvermögen überprüfen!**

### ***Hörgeräte Bonsel***

Wenn das Hörvermögen nachläßt, führt das oftmals zu Unsicherheit und Ausgrenzung im täglichen Leben. Eine rechtzeitige Überprüfung vom Experten kann dem entgegen wirken. Aaron Plag von Hörgeräte Bonsel, bietet Ihnen einen kostenlosen Hörtest und fachmännische Beratung rund um das Ohr.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



**Di., 15.02. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 11.02.**

## **Frankfurter Kultautor live – Meddie Müller liest**

Seine Romane spielen an bekannten Schauplätzen in Frankfurt. Seine skurrilen Geschichten begeistern ein breites Publikum. Er gehört zu den meistgelesenen Autoren der Stadt. Seien Sie gespannt! Im Anschluß haben Sie die Möglichkeit ein signiertes Buch zu erwerben.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten, Spende erbeten**



Di., 22.02. | 15:00 – 17:00 Uhr

## **Märchenfiguren – alt und weise?**

*Familienzentrum Regenbogen am Bügel  
evangelischer Regionalverband*



Gabriele Wolffstarck betrachtet mit Ihnen das Verhalten von den weisen und klugen Alten anhand von Märchen. Alle Geschichten können Sie als Erinnerung mit nachhause nehmen.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



Di., 01.03. | 15:00 – 17:00 Uhr | **Anmeldung bis 22.02.**

## **Kunterbuntes Faschingscafe**

Bei ausgelassener Stimmung treffen wir uns zum traditionellen Kreppekaffee und freuen uns über amüsante Darbietungen. Der Musiker Jörg Ratz bringt Sie mit Faschingsmusik in Schwung. Helau!

**Kosten: € 5 zzgl. weiterer Verzehrkosten**



Di., 08.03. | 15:00 – 17:00 Uhr

## **Johannes Mario Simmel –**

### **„Es muß nicht immer Kaviar sein“**

*Die Lesefreuden vom Bürgerinstitut e.V.*

Bettina Buggle präsentiert Ihnen das Wirtschaftswunder der 50er Jahre gebündelt in einem Roman von 1964. Heute ist diese Erzählung eine wunderbare Mischung aus Abenteuern und auserlesenen Kochrezepten der damaligen Zeit.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



Di., 15.03. | 15:00 – 17:00 Uhr

## **Noch vier Wochen bis Ostern ...**

*Familienzentrum Regenbogen am Bügel  
evangelischer Regionalverband*



Das Osterfest steht vor der Tür. Brauchtum und Überlieferungen rund um die Ostereier und spannende Geschichten über das Osterfest, erzählt Ihnen Gabriele Wolffstarck. Danach werden leckere Eier gekostet.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



Di., 22.03. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 15.03.2022

## Besuch der neuen Altstadt mit Einkehr ins Café Melange

Gemeinsam begeben wir uns in die Frankfurter Altstadt und bestaunen bei einem kleinen Rundgang die historischen Sehenswürdigkeiten. Zum Ausklang kehren wir im Café Melange ein und genießen leckeren Kaffee mit einem Stück Frankfurter Kranz. Sind Sie dabei?

**Kosten: RMV Kosten und Verzehrkosten**



Di., 29.03. | 15:00 – 17:00 Uhr

## Rechtzeitig Vorsorge treffen!

Damit im Notfall nach Ihrem Sinne gehandelt wird, gibt es verschiedene Möglichkeiten das schriftlich festzulegen. Isolde Paul vom Sozialdienst des Frankfurter Verbandes, gibt Ihnen Informationen zu den Themen Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung an die Hand.

**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



## REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

- Montags 11:00 - 12:00 Uhr** Yoga und Entspannung am Stuhl 60+ mit Simone Köhler-Fischer, Tel: 0171 5400589  
**Kosten: 5 €** jeweils 60 Minuten
- Dienstags 15:00 - 17:00 Uhr** Stadtteiltreff  
**Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**
- Mittwochs 09:00 - 10:00 Uhr** Frühstücksangebot  
**Kosten: 4 €** je nach Teller
- 10:00 - 12:00 Uhr** Lotsensprechstunde
- 19:00 - 20:00 Uhr** Rückenfitness für jedes Alter mit Gerhard Kuhn vom Rehasportverein Falkenstein  
**Kosten: 80 €**, 10 x 60 Minuten  
Die Kursgebühr kann bei der Krankenkasse geltend gemacht werden.
- Donnerstags 11:00 - 12:00 Uhr** Aktiv bis 100  
**Kosten: Mitgliedsbeitrag**
- ab 18:00 Uhr** Treffen der Theatermacher am Bügel (Laiengruppe)  
Teilnahme nur mit Anmeldung

- Individuelle Terminvereinbarung** Sprechstunde: **Digitale Hilfe für Senioren**  
Einzelgespräche  
Gesundheitsspaziergang



## Begegnungs- & Servicezentrum Nieder-Eschbach

Ben-Gurion-Ring 20  
60437 Frankfurt am Main

### Leitung

Jeannette Nold  
Telefon: 069 299 807 - 2010  
bgz.niedereschbach@frankfurter-verband.eu  
www.frankfurter-verband.de

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

