



**Programm
Januar –
Februar
2022**

Aktiv im Mittleren Hasenpfad



**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 Mittlerer Hasenpfad** 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

UNSER PROGRAMM JANUAR BIS FEBRUAR



Mo., 03.01. | 14:30 – 17:00 Uhr

Kartenspielen – Training für die geistige Fitness

Spielnachmittag in geselliger Runde. Es werden noch 4–6 Spieler für Romme/Poker gesucht. Interessiert? Rufen Sie uns bitte an.

Kosten: Verzehrkosten €



Di., 04.01. | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff

Erstes Treffen im neuen Jahr – Austausch, Vorschau auf die nächsten Termine und Beitragskassierung.



Mi., 05.01. | 11:00 – 12:00 Uhr

Fit bleiben durch Sport

Verbessern Sie Ihre Lebensqualität durch dieses Gymnastik-Mix-Angebot, zur Herz-Kreislauf-Aktivierung und zum Muskelaufbau.

Kosten: 12 € im Monat





Mi., 05.01. | 15:00 – 17:00 Uhr

Seniorengymnastik

Gymnastik im sitzen, geeignet bis ins hohe Alter.

Kosten: 12 € im Monat



Do., 06.01. | 13:00 – 14:30 Uhr | **Anmeldung immer Montag!**

Wir lieben türkische Gerichte! Sie auch?

Dann sind Sie bei uns richtig! Es gibt jeden Donnerstag einen türkischen Imbiss. Gerne können die Gerichte auch mitgenommen werden. Bringen Sie bitte dazu Behälter mit, da wir Müll vermeiden möchten.

06.01. Börek mit Hackfleisch

13.01. Bohneneintopf mit Knoblauchwurst

20.01. Okraeintopf mit Hackfleisch

27.01. Linsen-Bulgur Frikadellen

Ganz wichtig: Anmeldung immer Montag!

Uhrzeit hat sich geändert: immer um 13 Uhr

Kosten: 4,50 – 6,50 €



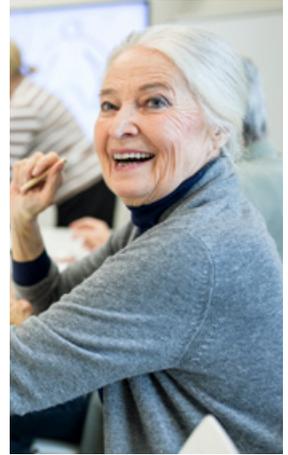
Di., 11.01. | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff – Wechselnde Angebote an Informationen und Unterhaltung

Zahlenjagd in Dribbdebach – Wir spielen BINGO, Sie möchten mitfiebern und mitspielen? Sie sind herzlichst eingeladen.

Kosten: 3 € + Verzehrkosten





Di., 18.01. | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff – Wechselnde Angebote an Informationen und Unterhaltung

Der Nordirland-Konflikt belastet das Volk und die Beziehung zwischen Großbritannien und Irland bis in die Gegenwart. Trotz zahlreicher Friedensinitiativen und des Engagements der Regierung Großbritanniens und Irlands. Vortrag – The ‚Troubles‘ – Religions- oder sozialer Konflikt?‘

Kosten: 3 € + Verzehrkosten



Di., 25.01. | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff – Wir lernen unsere Nachbarschaft kennen

Einmal im Monat laden wir eine*n Aktive*n aus der Nachbarschaft ein. An diesem Dienstagnachmittag erwarten wir Frau Plösser und Frau Nold vom Tanz und Theater Werkstatt Frankfurt. Evtl. entsteht ein neuer Tanzworkshop. Wir sind ganz gespannt.

Kosten: 3 € + Verzehrkosten



Di., 01.02. | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff – Wir lernen unsere Nachbarschaft kennen

Einmal im Monat laden wir eine*n Aktive*n aus der Nachbarschaft ein.

Da das 1. Treffen so interessant war, laden wir Aurum – Atelier und exklusive Goldschmiedearbeiten – nochmals zu uns ein. Diesmal mit einem spannenden Diavortrag.



Di., 08.02. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 07.02.

Stadtteiltreff – Vortrag Karneval & Kreppelnachmittag

Andere Länder, andere Sitten: Dieser Spruch trifft auch auf den Karneval zu. Denn zwar feiert man das Kostümfest in vielen Teilen der Welt, doch selbst innerhalb Europas geschieht dies auf sehr unterschiedliche Art und Weise.

Kosten: 3 € + Verzehrkosten



Di., 15.02. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 14.02.

Stadtteiltreff – Geistig Fit

Abwechslungsreiche und unterhaltsame Übungen für die grauen Zellen, um fit zubleiben. Rätsel lösen, Worte suchen, Fehler finden, Zahlen kombinieren oder Bilder zuordnen. Schauen Sie vorbei, wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Kosten: 3 € Verzehrkosten



Di., 22.02. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 21.02.

Stadtteiltreff – Wechselnde Angebote an Informationen und Unterhaltung

Vortrag Indien – ein sehr vielfältiges Land. Impressionen und persönliche Erfahrungen von einigen Aufenthalten in Indien.

Kosten: 3 € + Verzehrkosten



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	14.30 – 17:00 Uhr	Kartenspielen – Training für die geistige Fitness
Dienstags	10:00 – 11:30 Uhr	VHS English Conversation – Lernstufe B1
	11:45 – 13:15 Uhr	VHS English Conversation – Lernstufe A1
	15:00 – 17:00 Uhr	Stadtteiltreff
	18:15 – 19:45 Uhr	VHS Entspannungskurs – Hatha-Yoga Aufbau
Mittwochs	11:00 – 12:00 Uhr	Wir bleiben Fit
	15:00 – 17:00 Uhr	Senioren-gymnastik
Donnerstags	13:00 – 14:30 Uhr	Wir lieben türkische Gerichte! Sie auch? Kosten: 4,50 – 6,50 €
	18:15 – 19:45 Uhr	VHS Entspannungskurs – Hatha-Yoga Aufbau
	20:00 – 21:00 Uhr	VHS Entspannungskurs – Hatha-Yoga Aufbau

Cafeteria
Montags,
Donnerstags
und Freitags
15:00 – 17:30 Uhr

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

Mittlerer Hasenpfad 40
60598 Frankfurt am Main

Leitung

Hülya Karademir

Telefon: 069 20172056

huelya.karademir@frankfurter-verband.de

www.frankfurter-verband.de

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

