



**Programm  
Juni – August  
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!***

**Allgemeine Schutz- und Hygienemaßnahmen sind weiterhin nötig.**

Wir bleiben zu unser aller Sicherheit vorsichtig und achten besonders auf Abstand und Hygiene.

In den Innenräumen empfehlen wir Ihnen dringend, eine medizinische Maske zu tragen.



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

## UNSER PROGRAMM JUNI BIS AUGUST



### Digitale Hilfen für Senioren

Im Bereich der digitalen Welt (z. B. Smartphone oder Tablet) bieten wir Unterstützung und Hilfe zu unterschiedlicher Fragestellung. Auskunft dazu geben Vanessa und Heike, Tel.: 0176/368 142 02

**Kosten: Spendenbasis**

! *Individuelle Terminvereinbarung*



Sa., 28.05. | 15:00 – 18:00 Uhr | Teilnahme nur mit Anmeldung

### Malkurs „mal“ anders mit dem Künstler Rudi Burkhardt

NEU!

Sie erlernen die Maltechnik und erfahren von den Erkenntnissen alter Meister. Dabei vermittelt Ihnen der Künstler die Schritte von der Kunst zur Lebenskunst. Dabei spielt die inspirative und kreative Farbgestaltung mit verschiedenen Materialien eine Rolle.

**Kosten: Schnuppertag kostenlos**

! *Das erste Mal ist ein Schnuppertag. Sie erfahren im Kurs die Kursgebühr und Unkostenpauschale für das Material*



Di., 07.06. | 15:00 – 17:00 Uhr

### Geschichten rund um den Apfel Familienzentrum Regenbogen am Bügel evangelischer Regionalverband



EVANGELISCHER  
REGIONALVERBAND

Von Evas Apfel über den Apfel bei Wilhelm Tell bis zum Apfelwein weiß Gabriele Wolffsstarck zu berichten. Und damit es nicht bei den Geschichten bleibt – bringen Sie bitte ein Brettchen und ein kleines Messer mit. Wir stellen gemeinsam einen köstlichen Apfelcrumble her und lassen ihn uns schmecken.

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





Fr., 10.06. | 14:00 – 16:00 Uhr | Teilnahme nur mit Anmeldung

## **Kleidertauschparty**

*nebenan.de Stiftung*

Im Rahmen vom Tag des Nachbarn veranstalten wir einen Kleidertausch. Gerne können guterhaltene Kleiderstücke mitgebracht werden und dafür darf etwas mitgenommen werden. Dabei können Sie bei Kaffee und Kuchen einen Plausch halten.

**Kosten: Verzehrkosten**



Di., 14.06. | 15:00 – 17:00 Uhr

## **Turteln wie die Tauben**

*Die Lesefreuden vom Bürgerinstitut e.V.*

Hier scheiden sich die Geister. Die einen finden sie schrecklich, die anderen – wie Picasso – vergöttern sie. Ricarda Grünberg betrachtet mit Ihnen die unterschiedlichen Sichtweisen auf die zarten Wesen.

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



Di., 21.06. | 15:00 – 17:00 Uhr | Teilnahme nur mit Anmeldung

## **Das Schuhmobil kommt!**

Stefan Bach kommt zu uns mit einer feinen Auswahl von Schuhen für die Frühlings- und Sommersaison. Stöbern und probieren Sie in Ruhe und lassen sich vom Fachmann bei einer leckeren Tasse Kaffee beraten.

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





**Di., 28.06. | 15:00 – 17:00 Uhr**

### **Wissenswertes über Früchte**

Wera Völker berichtet über Inhaltsstoffe und Wirksamkeit von Früchten. Dabei gibt es Küchentipps für die Zubereitung. Betrachtet wird auch die Fruchtentstehung und Geschichte von exotischen Früchten.

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



**Mi., 06.07. | 15:00 – 16:00 Uhr | Teilnahme nur mit Anmeldung**

### **Sittanz in der Sommerpause mit Vanessa Hasbach**

Schwungvoll und mit viel Freude bringt Ihnen Vanessa Hasbach mit-musikalischen Evergreens die Bewegung am Stuhl näher. Machen Sie mit!

**Kosten: 4 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



**Mi., 20.07. | 15:00 – 16:00 Uhr | Teilnahme nur mit Anmeldung**

### **Sittanz in der Sommerpause mit Vanessa Hasbach**

Schwungvoll und mit viel Freude bringt Ihnen Vanessa Hasbach mit-musikalischen Evergreens die Bewegung am Stuhl näher. Machen Sie mit!

**Kosten: 4 € zzgl. weiterer Verzehrkosten**



**Di., 02.08. | 15:00 – 18:00 Uhr**

### **Sommerliches „Stell Dich ein“ mit dem Musiker Jörg Ratz**

Wir feiern den Sommer mit Süßem und Herzhaften bei Live-Musik und guter Laune und kleinem Programm. Kommen Sie vorbei wir freuen uns auf Sie!

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



**Di., 09.08. | 15:00 – 17:00 Uhr**

## **Magische Küchenkräuter**

**Familienzentrum Regenbogen am Bügel**  
**evangelischer Regionalverband**



**EVANGELISCHER  
REGIONALVERBAND**

Geheimnisvolle Kräuter spielen in vielen Märchen eine große Rolle. An diesem Nachmittag kommen die Kräuterhexen zu Wort. Bitte Bingen Sie ein Brettchen und ein kleines Messer mit – dann können wir gemeinsam eine Kleinigkeit in der magischen Küche zaubern.

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



**Di., 16.08. | 15:00 – 17:00 Uhr**

## **Tanzen im Sitzen mit Vanessa Hasbach**

Schwungvoll und mit viel Freude bringt Ihnen Vanessa Hasbach mit musikalischen Evergreens die Bewegung am Stuhl näher. Machen Sie mit!

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



**Mi., 17.08. | 14:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 10.08.2022**

## **Ausflug: Alter Flugplatz Bonames**

**In Kooperation mit dem Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim**

Besuch des alten Bonameser Flugplatzes mit kleinem Rundgang durch Flora und Fauna und anschließender Einkehr ins Cafe oder Restaurant im nahen Umkreis.

Anmeldung bei Jeannette Nold: [jeannette.nold@frankfurter-verband.de](mailto:jeannette.nold@frankfurter-verband.de)  
und Sybille Vogl: [sybille.vogl@frankfurter-verband.de](mailto:sybille.vogl@frankfurter-verband.de)

**Kosten: Unkostenpauschale 5 € + Fahrt- und Verzehrkosten**



**Di., 23.08. | 15:00 – 17:00 Uhr**

## **Die Geschichte des Brotes**

Brot ist eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel. Wera Völker berichtet über Herkunft und diversen Getreide- und Brotsorten bis hin zur Verarbeitung. Kostprobe gefällig?

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



**Di., 30.08. | 15:00 – 17:00 Uhr**

## **Orientalischer Brotaufstrich und Fingerfood leicht zubereitet**

Narges Mahmoudi zeigt Ihnen wie man im Handumdrehen kleine und feine Köstlichkeiten zubereitet. Machen Sie mit und genießen Sie Selbstgemachtes!

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



**NOTIZEN AUS DER NACHBARSCHAFT**

**Hinweis:** Im Juli haben wir Sommerpause im Stadtteiltreff.



## REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

<b>Montags</b>	<b>11:00 – 11:45 Uhr</b>	Yoga <b>Kosten: 48 € Kursgebühr</b> , jeweils 45 Minuten, Kursleitung Klara Kraft, Tel.: 0176 / 129 822 49 (Anmeldung erbeten)
<b>Dienstags</b>	<b>15:00 – 17:00 Uhr</b>	Stadtteiltreff <b>Kosten: 3 € zzgl. weiterer Verzehrkosten</b> (oder Mitgliedsbeitrag)
<b>Mittwochs</b>	<b>09:00 – 10:00 Uhr</b>	Frühstücksangebot <b>Kosten: 5 € je nach Teller</b> , (Anmeldung erbeten)
	<b>10:00 – 12:00 Uhr</b>	Lotsensprechstunde
	<b>11:00 – 13:00 Uhr</b>	Interkultureller Frauentreff, Familienzentrum Regenbogen, Ben-Gurion-Ring 39, 60437 Frankfurt, <b>letzter Mittwoch im Monat</b>
<b>Donnerstags</b>		Theatermacher am Bügel Laienspiel <b>Kosten: Spendenbasis, Verzehrkosten</b> , Anmeldung erbeten unter: Jutta Reuter, Tel.: 0157 / 536 698 30, <b>nach Absprache</b>
	<b>11:00 – 12:00 Uhr</b>	Aktiv bis 100, <b>Kosten: Mitgliedsbeitrag TS Nieder Eschbach</b>
<b>Freitags</b>	<b>14:00 – 16:00 Uhr</b>	Spieletreff, <b>Kosten: Verzehrkosten</b>
<b>Samstags</b>	<b>15:00 – 18:00 Uhr</b>	Malkurs „mal“ anders mit dem Künstler Rudi Burkhardt <b>Kosten: Bekanntgabe im Kurs, alle zwei Wochen</b>

**Cafeteria**  
**Dienstag & Freitag**  
**09:00 Uhr bis**  
**11:00 Uhr**

## Begegnungs- & Servicezentrum Nieder-Eschbach

Ben-Gurion-Ring 20  
60437 Frankfurt am Main

### Leitung

Jeannette Nold  
Telefon: 069 299 807 2010  
bgz.niedereschbach@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)**