



**Programm
August –
September
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!

**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

UNSER PROGRAMM AUGUST BIS SEPTEMBER



Montags | 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., 02.08. | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff

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

Kosten: 3 € + Verzehrkosten für Gäste



Mittwochs | 12:00 – 13:00 Uhr

Fit bleiben durch Sport

Verbessern Sie Ihre Lebensqualität durch dieses Gymnastik-Mix-Angebot zur Herz-Kreislauf-Aktivierung und zum Muskelaufbau. Bei schönem Wetter auch draußen!

Kosten: 12 € im Monat



Mittwochs | 15:00 – 17:00 Uhr

Seniorengymnastik

Gymnastik im Sitzen, geeignet bis ins hohe Alter.

Kosten: 12 € im Monat





Do., 04.08. | 13:00 – 14:30 Uhr | Anmeldung immer montags!

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.

04.08. Zucchini gefüllt mit Hackfleisch

08.09. Bulgur (Weizengrütze) Gemüse-Pfanne

15.09. Auberginen Eintopf

22.09. Gefüllte rote Paprika dazu Joghurt

29.9. Pilz-Pfanne mit Knoblauch-Joghurt

Ganz wichtig: Anmeldung immer montags! Uhrzeit hat sich geändert: immer um 13 Uhr

Kosten: 4,50 – 6,50 €



Di., 09.08. | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff

Die Wirkung der Heilkräuter in der Medizin – Vortrag mit Frau Völker

Kosten: 3 € + Verzehrkosten für Gäste



Di., 16.08. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 15.08.

Stadtteiltreff

Einmal im Monat laden wir Akteure aus dem Stadtteil ein. An diesem Dienstagnachmittag erwarten wir Frau Margit Grohmann (Seniorenbeirätin im Ortsbezirk 5) und Frau Petra Gerland (Stellvertretung). Sie sind interessiert? Dann freuen wir uns auf Sie.

Kosten: 3 € + Verzehrkosten für Gäste



Di., 23.08. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 22.08.

Stadtteiltreff

„Das große amerikanische Sperrgebiet nach dem zweiten Weltkrieg in Frankfurt“. Vortrag mit Frau Andrea Janssen (Geschäftsführende Vorsitzende Freund Frankfurts e.V.)

Kosten: 3 € + Verzehrkosten für Gäste



Di., 30.08. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 29.08.

Stadtteiltreff

Frankfurts Architektur – Epochen und Höhepunkte, Vortrag mit Herr Boller (Freundeskreis Liebenswertes Frankfurt)

Kosten: 3 € + Verzehrkosten für Gäste



Di., 06.09. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 05.09.

Stadtteiltreff

Geist fit – abwechslungsreiche und unterhaltsame Übungen für die grauen Zellen, Rätsel lösen, Worte suchen, Zahlen kombinieren oder Bilder zuordnen. Schauen Sie vorbei, wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Kosten: 3 € Verzehrkosten für Gäste





Di., 13.09. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 30.08.

Stadtteiltreff

Frankfurter Anlagenring – Führung mit Herrn Boller.

Treffpunkt: Mittlerer Hasenpfad



Sa., 17.09. | 10:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 30.08.

Hofflohmarkt in Sachsenhausen

Am Tag der Hofflohmärkte sind wir dieses Jahr auch dabei. Ganz tolle vintage Schätze warten auf Sie! Ob kleine Möbelstücke, Klamotten, Porzellan oder Bücher ... Natürlich gibt es Kaffee & Kuchen. Falls Sie mitmachen möchten, melden Sie sich bitte bis zum 30.08. an. Wir freuen uns auf Sie.



Di., 20.09. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 19.09.

Stadtteiltreff

Die Wirkung der Bäume auf uns Menschen – Vortrag mit Frau Völker

Kosten: 3 € + Verzehrkosten für Gäste



Di., 27.09. | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff

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

Kosten: 3 € + Verzehrkosten für Gäste



Fr., 30.09. | 13:30 – 14:30 Uhr

Sprechstunde

Mit Frau Margit Grohmann (Seniorenbeirätin Ortsbezirk 5)

NEU!



Fr., 30.09. | 16:00 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis 20.09.

Oktoberfest

O'Zapft is! Feiern Sie mit uns! Mit Live-Musik – Markus Kneisel und bayerische Schmankerl. Es wäre schön, wenn Sie in Dirndl, Tracht oder Lederhosen erscheinen würden. Mia gfrein uns!

Kosten: 10 €

alle guten Dinge an drei Orten



Die Internetcafés des Frankfurter Verbandes

Egal ob virtuell oder in Präsenz: In unseren drei Internetcafés können Sie Kontakte knüpfen oder pflegen. In gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee, Tee, Kuchen und kleinen Snacks. Und falls Sie mal technische Hilfe benötigen – sind wir für Sie da!



Café Anschluss

Hansaallee 150
60320 Frankfurt

info@cafe-
anschluss.de

T. 069 / 299 807 2350



Internetcafé Kontakt

Dörfeldstraße 6
60435 Frankfurt

inge.bervoets@
frankfurter-verband.de

T. 069 / 299 807 263



Surftreff @uguste

Burgfriedenstraße 7
60489 Frankfurt

isabel.reimann@
frankfurter-verband.de

T. 069 / 299 807 2225



Café Mouseclick

Bolongarostraße 137
65929 Frankfurt

klaus.baumgarten@
frankfurter-verband.de

T. 069 / 299 807 2219



**FRANKFURTER
VERBAND**

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	14:30 – 17:00 Uhr	Kartenspielen – Training für die geistige Fitness Kosten: Verzehrkosten
Dienstags	10:00 – 11:30 Uhr	VHS English Conversation
	11:45 – 13:15 Uhr	VHS English Conversation
	15:00 – 17:00 Uhr	Stadtteiltreff
Mittwochs	12:00 – 13:00 Uhr	Wir bleiben fit
	15:00 – 17:00 Uhr	Seniorengymnastik
Donnerstags	13:00 – 14:30 Uhr	Wir lieben Türkische Gerichte! Sie auch?
	18:15 – 19:45 Uhr	VHS Entspannungskurs
Freitags	15:00 – 17:30 Uhr	Crêpes-Tag, frisch gebacken mit Eis und Sahne

Vom 15.08. – 02.09. ist die Cafeteria aus Urlaubsgründen geschlossen!
Sadtteiltreff, Gymnastik und Wir bleiben fit findet statt.

Wir haben ab sofort
eine neue Telefonnummer:

069 / 299 807 2229

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

Mittlerer Hasenpfad 40
60598 Frankfurt am Main

Leitung

Hülya Karademir
Telefon: 069 299 807 2229
huelya.karademir@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de

Cafeteria

Montags – Freitag
15:00 – 17:30 Uhr

Donnerstags
14:30 – 16:30 Uhr



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