



**Programm
September –
Oktober
2022**

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!

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 SEPTEMBER BIS OKTOBER



Do., 08.09. | 15:00 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 02.09.

Führung durch die kriminaltechnische Lehrmittelsammlung

Auch bekannt als Kriminal-Museum.

Unter fachkundiger Führung lernen Sie berühmte echte Kriminalfälle aus Frankfurt kennen. Echte Exponate, mit denen auch Polizist*innen in der Ausbildung arbeiten, sind zu sehen.

Kosten: freiwilliger Beitrag;

**Treffpunkt: Polizeipräsidium Haupteingang Adickesallee 70,
60322 Frankfurt am Main;**

Teilnehmer*innen: 15

⚠️ *Anmeldung erforderlich!*



Do., 15.09. | 14:30 – 16:00 Uhr

Bingo mit Ingo

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

Kosten: 2 €



Mi., 21.09. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 14.09.

Unsere Lieblingsorte in Frankfurt – Austausch über Zoom

Haben Sie in Frankfurt einen oder mehrere Lieblingsorte? Was verbinden Sie mit diesen Orten – vielleicht eine ganz persönliche Geschichte?

Ist es dort laut, leise, bunt, gut besucht oder eher ein Geheimtipp?

Das Begegnungs- und Servicezentrum Gallus und das Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim laden zum interaktiven Treffen über Zoom ein. Stellen Sie Ihre Lieblingsorte vor – und wenn Sie mögen – erzählen Sie uns Ihre Geschichte. Wir unterstützen Sie, indem wir unseren Bildschirm teilen und für die passenden Bilder, Karten und Anbindungen sorgen. Denn wo viele persönliche Orte zusammenkommen, gibt es bestimmt für jeden etwas Neues zu entdecken!

⚠️ *Nach der Anmeldung erhalten Sie den Link zur Teilnahme*

NEU!



Do., 22.09. | 14:30 Uhr | Anmeldung erforderlich!

NEU!

Wir spielen KUBB!

Sie kennen Kubb noch nicht? Dann lernen Sie es kennen! Sie spielen gerne Kubb? Auch dann sind Sie uns willkommen, um es den anderen beizubringen. Bei Kubb werden mit Holzstäben gegnerische Figuren umgeworfen. Wer am Schluss den König des Gegners umwirft, hat die Runde gewonnen. Probieren Sie es aus!

Für Anfänger*innen wird das Spielfeld verkleinert.

Das Spiel findet bei gutem Wetter draußen in unserem schönen Innenhof statt.



Fr., 23.09. | 15:00 – 17:00 Uhr

NEU!

Auffrischung Paartanz (Latein und Standard)

Sie haben früher gerne getanzt? Sie tanzen immer noch gerne? Aber Sie haben einige Schritte und Figuren vergessen? Dann sind Sie hier richtig. Der erfahrene Tanzlehrer Dieter Lauer bringt uns wieder die Tanzschritte und Figuren bei. Zu Beginn einigen wir uns auf zwei Tänze aus dem Bereich Standard und Latein, auf die wir uns konzentrieren wollen. Bei Interesse werden im Anschluss weitere Termine vereinbart.

Kosten: 5 €;

**Treffpunkt: Begegnungszentrum Flörsheimer Straße,
Flörsheimer Straße 16, 60326 Frankfurt am Main**



Mo., 26.09. | 17:00 – 19:00 Uhr

Filmabend im Gallus

Mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Und noch ein Filmabend im September. Wenn Sie Filme in gemütlicher „Kinoatmosphäre“ mögen, dann sind Sie bei unserem Filmabend genau richtig. Veranstaltungen der nichtgewerblichen Filmarbeit unterliegen einem Außenverbot.

Den Filmtitel können Sie 14 Tage vorher telefonisch oder persönlich erfragen.



Do., 29.09. | 14:30 – 16:30 Uhr

NEU!

Froh zu sein bedarf es wenig und wer froh ist, ist ein König!

Wir singen Kanons! Singen ist gesund! Wissenschaftler:innen haben festgestellt, dass sich beim Singen in der Gruppe die Herzfrequenzen der Sänger*innen angleichen und stabilisieren. Singen unterstützt das Immunsystem. Die Atmung verbessert sich. Wir wollen uns an einer einfachen Form der Mehrstimmigkeit versuchen und singen gemeinsam Kanons. Wir beginnen mit einfachen zweistimmigen Kanons. Dann schauen wir, was wir uns zutrauen können. Wenn Sie also Lust am Singen haben, schauen Sie vorbei!



Mi., 05.10. | 18:00 – 19:30 Uhr | Anmeldung bis 21.09.

Führung durch den Frankfurter Römer

Mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Der Römer, seit über 600 Jahren Sitz der Frankfurter Stadtregierung, ist eines der schönsten Rathäuser der Republik und längst zum international bekannten Wahrzeichen geworden. Diese Führung informiert Sie über Geschichte und Architektur und bietet tolle Einblicke in Räume, die der Öffentlichkeit normalerweise nicht oder nur selten zugänglich sind. Freuen Sie sich auf eine spannende Tour mit Silke Wustmann hinter die Kulissen des Rathauses.

ACHTUNG: Diese Tour ist nur bedingt barrierefrei!

Kosten: 12 €;

Treffpunkt: Römerberg Justizia Brunnen;

Teilnehmer*innen: 15 – 30;

Buchungsnr.: 11153-22-6

! Anmeldung und Vorkasse erforderlich, Anmeldeschluss 2 Wochen vorher!



Di., 11.10. | 15:00 Uhr

Hofkonzert im Oktober

Engagement im Gallus – Eine Initiative von Deutsche Bank, Linklaters und Mehrgenerationenhaus Frankfurt

Jörg Ratz wird wieder für uns im Hof musizieren. Sie wünschen, er spielt. Wenn es die Corona-Lage zulässt, laden wir zum Zuhören und Tanzen ein!



Mi., 12.10. | 15:00 – 17:00 Uhr

Filmabend im Gallus

Mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Im Rahmen des „Europäischen Filmfestivals der Generationen“ zeigen wir vier Filme an unterschiedlichen Orten. Im Anschluss an die Filme gibt es die Möglichkeit zum Gespräch.

! Weitere Informationen zu den Filmen, Gesprächspartnern und Orten finden Sie im Programm des „Europäischen Filmfestivals der Generationen“ oder telefonisch.



Do., 13.10. | 14:30 – 16:00 Uhr

Bingo mit Ingo

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

Kosten: 2 €



Mo., 17.10. | 17:00 – 19:00 Uhr

Filmabend im Gallus

Mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Im Rahmen des „Europäischen Filmfestivals der Generationen“ zeigen wir vier Filme an unterschiedlichen Orten. Im Anschluss an die Filme gibt es die Möglichkeit zum Gespräch.

! *Weitere Informationen zu den Filmen, Gesprächspartnern und Orten finden Sie im Programm des „Europäischen Filmfestivals der Generationen“ oder telefonisch.*



Mi., 19.10. | 17:00 – 19:00 Uhr

Filmabend im Gallus

Mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Im Rahmen des „Europäischen Filmfestivals der Generationen“ zeigen wir vier Filme an unterschiedlichen Orten. Im Anschluss an die Filme gibt es die Möglichkeit zum Gespräch.

**Treffpunkt: Begegnungszentrum Flörsheimer Straße,
Flörsheimer Straße 16, 60326 Frankfurt am Main**

! *Weitere Informationen zu den Filmen, Gesprächspartnern und Orten finden Sie im Programm des „Europäischen Filmfestivals der Generationen“ oder telefonisch.*



Do., 20.10. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 13.10.

Besichtigung Baustelle Verlängerung U-Bahn Linie U5

Unter dem Europaviertel entsteht die Verlängerung der U-Bahn-Linie U5. Sie können sich unter fachlicher Anleitung die Großbaustelle ansehen! Auch „Wiederholer“ sind gerne gesehen! Die Baustelle verändert sich ständig!

ACHTUNG: Diese Führung ist nicht barrierefrei. Es handelt sich um eine echte Baustelle im Betrieb. Sicherheitsausrüstung (kann gestellt werden) ist erforderlich.

Kosten: freiwilliger Beitrag; Teilnehmer*innen: 12

! *Anmeldung erforderlich!*



Mo., 24.10. | 17:00 – 19:00 Uhr

Filmabend im Gallus

Mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Im Rahmen des „Europäischen Filmfestivals der Generationen“ zeigen wir vier Filme an unterschiedlichen Orten. Im Anschluss an die Filme gibt es die Möglichkeit zum Gespräch.

! **Weitere Informationen zu den Filmen, Gesprächspartnern und Orten finden Sie im Programm des „Europäischen Filmfestivals der Generationen“ oder telefonisch.**



Do., 27.10. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 20.10.

Besuch des Recyclingzentrums Frankfurt

Was passiert eigentlich mit der alten Waschmaschine, dem kaputten Fernseher? Im Recyclingzentrum Frankfurt gibt's die Antwort. Wertvolle Rohstoffe werden recycelt, Schadstoffe fachgerecht entsorgt und geeignete Geräte werden repariert und aufgearbeitet. Sie können hinter die Kulissen schauen.

Kosten: freiwilliger Beitrag

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

Internetcafé Kontakt

Dörpfeldstraße 6
60435 Frankfurt

Surftreff @uguste

Burgfriedenstraße 7
60489 Frankfurt

Café Mouseclick

Bolongarostraße 137
65929 Frankfurt



**FRANKFURTER
VERBAND**

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 – 11:00 Uhr	Gymnastik im Sitzen und Stehen Kosten: 2 € pro Termin
	11:00 – 13:00 Uhr	Lotsenbüro
	14:00 – 17:00 Uhr	Spiel und Spaß am Nachmittag
	17:00 – 19:00 Uhr	Filmabend im Gallus, <i>monatlich</i>
Dienstags	09:00 – 10:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik der VHS 1. Gruppe
	10:00 – 12:00 Uhr	Lotsenbüro
	10:15 – 11:15 Uhr	Wirbelsäulengymnastik der VHS 2. Gruppe
	14:30 – 16:30 Uhr	Stadtteiltreff
	17:00 – 18:00 Uhr	Deutsch-Französischer Gesprächskreis Kosten: freiwilliger Beitrag für das BGSZ erbeten
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, 2. und 4. Freitag im Monat
	14:30 – 16:30 Uhr	Stadtteiltreff

Wir haben **ab sofort**
eine neue Telefonnummer:

069 / 299 807 2217

Begegnungs- & Servicezentrum Gallus

Frankenallee 206-210
60326 Frankfurt am Main

Leitung

Hans-Christoph Fehr
Telefon: 069 299 807-2217
hans-christoph.fehr@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de

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

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

