

Unsere Höhepunkte im Herbst!

*... in vielen
Frankfurter
Stadtvierteln!*



**Oktober
bis
Dezember
2022**



**FRANKFURTER
VERBAND**

In der Gemeinschaft macht das Leben einfach mehr Spaß!

Ausflüge, Freizeit, Bildung, Kultur, Kreatives und Information – das Programm des **Frankfurter Verbandes** bietet Ihnen zahlreiche Möglichkeiten, das Leben aktiv zu gestalten. Die Vielfalt unserer **Aktiv-Älterwerden**-Angebote wird Sie begeistern.

Ob Sie die Begegnung mit Gleichgesinnten suchen, sich körperlich und geistig fit halten wollen, im Internet surfen möchten, beabsichtigen, Ihrer Kreativität Spielraum zu geben, oder gemeinsam musizieren wollen – für jeden haben wir interessante Angebote. Und das Beste: Einige Angebote sind für Sie kostenfrei und bei vielen anderen Veranstaltungen wird lediglich ein geringer Kostenbeitrag genannt.

Einige Veranstaltungen sind für Inhaber/-innen des Frankfurt-Pass günstiger.
Sie erkennen sie an diesem Zeichen:



Alle Veranstaltungen finden Sie im Internet auf:
www.frankfurter-verband.de/aktiv-aelterwerden



INHALTSVERZEICHNIS

UNSERE HÖHEPUNKTE VON OKTOBER BIS DEZEMBER 2022



Ausflüge und Reisen

Seite 4

Ob Spaziergänge oder Wanderungen. Ob Ausflüge in die nähere Umgebung oder Reisen in andere Länder: In der Gemeinschaft macht das Erleben und Entdecken mehr Spaß. Steigen Sie bei uns ein!



Feste und Treffs

Seite 18

Es gibt viele Gründe, zusammen Zeit zu verbringen. Drinnen und draußen, mit alten und neuen Freunden: wir leben Gemeinschaft. Bunt und vielfältig. Seien Sie dabei!



Neue Medien

Seite 24

Technik macht Spaß und verbindet. Gemeinsam vor Ort, unterwegs oder in Gemeinschaft von zu Hause: Nutzen Sie die unterschiedlichen Angebote und Möglichkeiten – wir zeigen Ihnen gerne wie!



Kultur und Kreativität

Seite 28

Musik und Theater, Gespräche und Vorlesungen, Kino und Führungen – es gibt viel zu erleben und Erlebnisse zu teilen. Kommen Sie mit!



Beratung, Information & Bildung

Seite 34

Vorträge und Sprachen (Englisch/Französisch), Selbsthilfegruppen und Beratung, Gedächtnistraining, sowie Lotsenbüro – wir helfen Ihnen gerne weiter!



Ausflüge und Reisen



Vom Stadtviertel in die Welt

Wir bringen Sie auf Touren

Ob Spaziergänge oder Wanderungen. Ob Ausflüge in die nähere Umgebung oder Reisen in andere Länder: In der Gemeinschaft macht das Erleben und Entdecken mehr Spaß. Steigen Sie bei uns ein!



11.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung
Offenes Aktivangebot mit Monika Franz

Frankfurt School of Finance & Management

German Excellence. Global Relevance.

Wir sind unterwegs zur Frankfurt School of Finance & Management – der Campus in skandinavischer Architektur ist eine ideale Umgebung zum Lernen, Lehren und Arbeiten.

Termin Di., 11.10. | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 27.09.

Treffpunkt Am Empfang, Adickesallee 32-36, 60322 Frankfurt

Kosten 3 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-16-2022

Kontakt Monika Franz, 069 / 299 807 268

inge.bervoets@frankfurter-verband.de

❗ **Anmeldungen nur dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr**

12.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

in Kooperation mit der Alten- und Weihnachtshilfe der Frankfurter Rundschau e.V.

Burgruine Hardenburg in Bad Dürkheim in der Pfalz

Auf geht's – wir fahren nach Weisenheim am Berg zum gemeinsamen Mittagessen im Restaurant Holz-Weisbrodt Stammhaus. Nach kurzer Fahrt erreichen wir die Festungsrueine. Vom Parkplatz bis zur Burgruine führt ein zehnminütiger aufsteigender Fußweg.

Die imposante Anlage liegt am Ostrand des Pfälzerwaldes und gehört zu den eindrucksvollsten und größten Burganlagen der Pfalz. 1205 wurde sie als Burg der Grafen von Leiningen gegründet und später zum prächtigen Residenzschloss ausgebaut. Heute ist die Hardenburg eine Ruine – verwinkelt, verwunschen und immer noch faszinierend. Genießen Sie während der Burgführung spannende Geschichten und zugleich die tolle Aussicht. Nach der Führung besteht noch die Möglichkeit zum Kaffeetrinken in Bad Dürkheim.

Termin Mi., 12.10. | 09:15 Uhr

Treffpunkt 09:15 Uhr – Am Ebelfeld-Endstation U7 (Heerstraße)
09:30 Uhr – Bushaltestelle- Praunheimer Weg Mitte,
09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Kosten 28 € Fahrpreis, Eintritt und Führung, zzgl. Verzehrkosten,
13 € Fahrpreis, Eintritt und Führung, zzgl. Verzehrkosten
mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass (Vorauskasse)

Buchungsnr. 22156-09-2022

Kontakt Sabine Harynek, 069 / 299 807 5522

sabine.harynek@frankfurter-verband.de



12.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach –
in Kooperation mit dem Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Ausflug zum Opelzoo

Wir besuchen gemeinsam den beliebten Opel-Zoo zwischen Kronberg und Königstein. Er ist der zweitgrößte Zoo in Hessen und gehört zu Hessens meistbesuchten Freizeit- und Kultureinrichtungen. Im Zoo leben über 1000 Tiere in 186 Arten aus fast allen Kontinenten.

Im Anschluss an den Besuch ist eine gemütliche Einkehr vorgesehen.

Termin Mi., 12.10.
Anmeldung Anmeldung erforderlich, bis 10.10.2022
Kosten RMV-Ticket, Eintritt 17 €, erm. 16 €, Verzehrkosten

Heddernheim

Treffpunkt U-Bahnhof Heddernheim
Uhrzeit 10:30 – 15:00 Uhr
Kontakt Sybille Vogl, 069 / 299 807 2218
sybille.vogl@frankfurter-verband.de

Nieder-Eschbach

Treffpunkt Frankfurt (Main), Haltestelle Bonames Mitte um 10:00 Uhr,
(Abfahrt mit U2 um 10:13 Uhr / Umstieg Gonzenheim in den
Niederflurbus Bus X27, Ankunft 11:02 Uhr Kronberg Opel Zoo)
Uhrzeit 11:00 – 15:00 Uhr
Kontakt Jeannette Nold, 069 / 299 807 2010
jeannette.nold@frankfurter-verband.de

Rikscha-Fahrer:innen gesucht: Schenken Sie Menschen (Fahrrad-)Freude ...

... und unternehmen Sie mit der **elektrisch unterstützten Rikscha** und ein bis zwei Passagieren Ausfahrten am Main entlang.

Neue Pilot:innen erhalten eine Einweisung zum korrekten Umgang mit Rikscha und Passagieren und gewinnen mit Trainingsfahrten Sicherheit.

Sprechen Sie uns an – wir freuen uns auf Sie!

Tel.: 069 / 299 807 2216



**Begegnungs- & Servicezentrum
Fechenheim**

Alt-Fechenheim 89
60386 Frankfurt am Main

Leitung
Naoual Alyarrudi



**FRANKFURTER
VERBAND**

14.
10.

Begegnungszentrum Sossenheim **Spektakulärer Hardtbergturm**

Anmelden, wandern und den Ausblick genießen – bei unserer große Herbstwanderung zum neu errichteten Hardtbergturm in Königstein-Mammolshain, dem neuen Wahrzeichen des Vordertaunus, mit seinem spektakulären Blick auf die Frankfurter Skyline.

Termin Fr., 14.10. | 12:00 – 16:00 Uhr
Anmeldung bis 13.10.
Treffpunkt nach telefonischer Vereinbarung
Kosten Fahrtkosten
Teilnehmer 25
Buchungsnr. 44155-15-2022
Kontakt Sascha Brenninger, 069 / 299 807 5523
sascha.brenninger@frankfurter-verband.de

25.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung **Offenes Aktivangebot mit Monika Franz** **Kriminalmuseum Frankfurt**

Die kriminaltechnische Lehrmittelsammlung gibt Einblicke in zahlreiche Kriminalfälle der Frankfurter Polizeigeschichte seit 1920.

Termin Di., 25.10. | 13:45 Uhr
Anmeldung bis 11.10.
Treffpunkt Adickesallee 70, 60322 Frankfurt, Polizeipräsidium
Kosten 3 €
Teilnehmer 25
Buchungsnr. 22160-17-2022
Kontakt Monika Franz, 069 / 299 807 268
inge.bervoets@frankfurter-verband.de

⚠ **Anmeldungen nur dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr**

03.
11.

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus **Führung durch das Müllheizkraftwerk**

Aus Müll Energie machen? Das funktioniert im Müllheizkraftwerk in der Frankfurter Nordweststadt. Wie genau, das erfahren Sie bei der Führung durch die Anlage.

Termin Do., 03.11. | 15:00 Uhr
Anmeldung bis 27.10.
Kosten freiwilliger Beitrag für BGSZ Gallus
Kontakt Hans-Christoph Fehr, 069 / 299 807 2217
hans-christoph.fehr@frankfurter-verband.de

⚠ **Die Führung ist NICHT Barrierefrei.**
Festes Schuhwerk und lange Hosen sind erforderlich!

08.
11.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung
Offenes Aktivangebot mit Monika Franz
Freie Waldorfschule in Frankfurt –
Architektur & Pädagogik

Eine Erziehung zu Freiheit im Geistigen, Gerechtigkeitsempfinden, Weltoffenheit, Optimismus und Achtsamkeit. Die Entwicklung der in jedem Menschen ruhenden Begabungen und Fähigkeiten, wie sieht das in der Praxis aus?

Termin Di., 08.11. | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 25.10.

Treffpunkt Friedlebenstr. 52, 60433 Frankfurt, vor der Waldorf-Schule

Kosten 3 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-18-2022

Kontakt Monika Franz, 069 / 299 807 268
inge.bervoets@frankfurter-verband.de

⚠ **Anmeldungen nur dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr**

09.
11.

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt
in Kooperation mit der Alten- und Weihnachtshilfe der Frankfurter Rundschau e.V.

Gänseessen in Schotten-Busenborn

Nach einer eindrucksvollen Fahrt durch das größte zusammenhängende Vulkangebiet Europas, werden wir in der Mittagszeit im Gasthaus Bilstein in Schotten-Busenborn zum Gänseessen erwartet.

Am Nachmittag besuchen wir den Kurort Bad Orb. Die über 100 Jahre alte Parkanlage, mit dem größten Gradierwerk Hessens, lädt zu einem gemütlichen Spaziergang ein. Direkt im Kurpark, in den historischen Räumlichkeiten der Lesehalle, liegt das Café Kowalskis – eine gute Gelegenheit zum Kaffeetrinken. Dort erwarten Sie hausgemachte Blechkuchen und regionale Kleinigkeiten.

Am späten Nachmittag erfolgt dann die Rückfahrt nach Frankfurt.

Termin Mi., 09.11. | 09:15 Uhr

Treffpunkt 09:15 Uhr – Am Ebelfeld-Endstation U7 (Heerstraße)
09:30 Uhr – Bushaltestelle- Praunheimer Weg Mitte,
09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Kosten 22 € Fahrpreis (Vorauskasse), zzgl. Verzehrkosten,
11 € Fahrpreis (Vorauskasse), zzgl. Verzehrkosten mit
Frankfurt-Pass oder Kulturpass

Buchungsnr. 22156-11-2022

Kontakt Sabine Harynek, 069 / 299 807 5522
sabine.harynek@frankfurter-verband.de





**22.
11.**

**Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung
Offenes Aktivangebot mit Monika Franz**

**Neuer Globus Markt in Eschborn,
Blick hinter die Kulissen**

Seit über 180 Jahren für Kunden mehr als „nur ein normaler Supermarkt“. Viele verbinden mit dem Namen Globus eine gute Kundenberatung, toller Service und/oder eine besondere Qualität.

Termin Di., 22.11. | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 08.11.

Treffpunkt Ginnheimer Str. 18, 65760 Eschborn, Eingang Markthalle

Kosten 3 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-19-2022

Kontakt Monika Franz, 069 / 299 807 268
inge.bervoets@frankfurter-verband.de

⚠️ Anmeldungen nur dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr

Das Wertvollste, das man zu verschenken hat, ist Zeit.



Ehrenamt beim Frankfurter Verband

Es gibt viele Frankfurterinnen und Frankfurter, die sich in ihrer Freizeit für andere engagieren wollen. Und es gibt viele Leute, von Jung bis Alt, die dieses Geschenk mehr als gerne annehmen. Der Frankfurter Verband bringt diese Menschen zusammen.

Wenn Sie Lust haben, Gleichgesinnte kennenzulernen und sich mit ihnen gemeinsam für andere zu engagieren, dann sind Sie bei uns richtig! Bei uns sind Frankfurter für Frankfurter aktiv!



Peter Gehweiler

Tel: 069 / 299 807 2353

Christine Fischer

Tel: 069 / 299 807 2352



ehrenamt@frankfurter-verband.de

www.frankfurter-verband.de



**FRANKFURTER
VERBAND**



Feste und Treffs



Gemeinsam aktiv im Stadtviertel

Wir feiern den Herbst

Es gibt viele Gründe zusammen Zeit zu verbringen.
Drinne und draußen, mit alten und neuen Freunden:
wir leben Gemeinschaft. Bunt und vielfältig.
Seien Sie dabei!





Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Zumba auf dem Stuhl

Dieser Kurs ist für alle gedacht, die sich gerne auf Musik bewegen – aber aus verschiedenen Gründen dabei gerne zur Entlastung auf dem Stuhl sitzen möchten. Gerade sorgt mit rhythmischen Bewegungen für Spaß und gute Laune – das ist gesund, ist gut für die Fitness und macht glücklich ;-)

Der Kurs ist besonders für Senioren geeignet.

Termin montags | 10:00 – 11:00 Uhr

Anmeldung bis erforderlich

Kosten 30 € im Monat

Kontakt Mahnaz Wobig, 069 / 299 807 2214
mahnaz.wobig@frankfurter-verband.de

⚠ **Individuelle Terminvereinbarung**

**10.
10.**

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend in Kooperation mit dem Netzwerk Neue Nachbarschaften

Fremde werden zu Nachbarn

Im Rahmen der Veranstaltung *Café und mehr* stellt sich das Netzwerk *Neue Nachbarschaften* vor. Hinter dem Motto „Suche dir Freunde, ehe du sie brauchst!“ steckt der Wunsch, Menschen in ihren Stadtteilen so zu vernetzen, dass sie lange mit ihren Nachbarn in der gewohnten Umgebung bleiben können, um sich gegenseitigen zu unterstützen.

Termin Mo., 10.10. | 15:00 – 17:00 Uhr

Kosten Verzehrkosten

Kontakt Mahnaz Wobig, 069 / 299 807 2214
mahnaz.wobig@frankfurter-verband.de

NEU!

11.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim

Oktoberfest im Bockenheimer Treff

O'Zapft is. Nur eine Woche nach dem weltweit größten Volksfest, der Münchner Wiesn, lassen wir im Bockenheimer Treff ein wenig bayerische Kultur einziehen. Feiern Sie mit uns am Weingarten mit Musik, Brezn und den allseits beliebten Grill-Köstlichkeiten unseres Grillmeisters Klaus Bayer das Bockenheimer Oktoberfest.

Alle Gäste, die in traditioneller Tracht erscheinen, erhalten ein Freigetränk. Wir freuen uns auf Sie!

Termin	Di., 11.10. 13:00 Uhr
Anmeldung	bis 04.10.
Ort	Bockenheimer Treff
Kosten	Verzehrkosten
Kontakt	Lucas Marx, 069 / 299 807 2212 lucas.marx@frankfurter-verband.de

20.
10.

Begegnungszentrum Riederwald

Zünftiges Haxenessen

Essen Sie gern herzhaft und nach bayrischer Oktoberfest-Art? Dann sind Sie herzlich Willkommen zu unserem bayerischen Mittagessen: mit Mini-Haxen, Sauerkraut und Kartoffelpüree.

Termin	Do., 20.10. 12:30 – 14:30 Uhr
Anmeldung	bis 14.10.
Kosten	Verzehrkosten
Kontakt	Andrea Hackbarth, 069 / 299 807 2244 andrea.hackbarth@frankfurter-verband.de

20.
10.

Begegnungszentrum Praunheim

Wies'n Schmaus-Mittagessen

Freuen Sie sich auf einen herzhaften bayerischen „Wies'n Schmaus“ und genießen Sie Ihr Essen – in geselliger Atmosphäre mit schönen Gesprächen und guter Stimmung. Zur Vorspeise gibt es einen selbstgemachten Obatzter mit Bauernbrot und zum Hauptgang dann eine schmackhafte Bratwurst mit Sauerkraut. Ein süßes Dessert rundet das Menü ab. Melden Sie sich an – wir freuen uns auf Sie!

Termin	Do., 20.10. 12:00 – 14:00 Uhr
Anmeldung	bis 19.10. (begrenzte Teilnehmerzahl)
Kosten	6 € für Vorspeise, Hauptgang und Dessert
Kontakt	Verena Weis 069 / 299 807 2241 verena.weis@frankfurter-verband.de

08.
11.

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim

Ran an den Grill!

Zum letzten Mal in 2022 schmeißt die lebende Grilllegende, Klaus Bayer, den Grill für Sie an und lässt die Kohlen glühen. Schauen Sie vorbei und genießen Sie die Köstlichkeiten vom Grill!

Termin	Di., 08.11. 13:00 Uhr
Anmeldung	bis 01.11.
Ort	Bockenheimer Treff
Kosten	Verzehrkosten
Kontakt	Lucas Marx, 069 / 299 807 2212 lucas.marx@frankfurter-verband.de

14.
11.

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst

Online-Spieleabend

Die länger werdende Abende laden ein, mal wieder in geselliger Runde zu spielen – warum nicht einmal online?!

Wir spielen an diesem Abend ein Gesellschaftsspiel und das heitere Ratespiel „Dalli-Klick“. Klaus Baumgarten weist Sie gerne vorab in ZOOM oder die Spiele ein.

Termin	Mo., 14.11. 18:00 – 19:45 Uhr
Anmeldung	erforderlich
Ort	Onlineveranstaltung
Kontakt	Klaus Baumgarten, 069 / 299 807 2219 klaus.baumgarten@frankfurter-verband.de

17.
11.

Begegnungszentrum Praunheim

Es gibt frische Waffeln!

Der Duft von frisch gebackenen Waffeln zieht wieder durchs Haus. genießen Sie einfach pur oder wählen Sie aus verschiedenen Toppings aus.

An diesem Tag starten wir auch mit dem Verkauf unserer selbstgebackenen Weihnachtsplätzchen:

Von Buttergebäck, über Haselnussstangen bis Spritzgebäck – hier ist sicher für jeden Geschmack etwas dabei.

Liebevoll verpackt können Sie diese süßen Naschereien verschenken oder auch einfach selbst genießen.

Termin	Do., 17.11. 15:00 – 17:00 Uhr
Anmeldung	bis 16.11.
Kosten	Verzehrkosten
Kontakt	Verena Weis 069 / 299 807 2241 verena.weis@frankfurter-verband.de



**25.
11.**

Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim **Adventsbasar**

Rechtzeitig zum ersten Advent erwarten wir Sie mit liebevoll angefertigten Handarbeiten des Handarbeitskreises „Fechenheimer Wolltat“ und ebenso viel anderem Kreativem, Hausgemachten und Weihnachtlichem. Stöbern Sie zwischen nützlichen und schönen Dingen. Zudem verwöhnen wir Sie gerne mit Kaffee, Glühwein und frischen Waffeln.

Termin Fr., 25.11. | 14:00 – 18:00 Uhr
Kontakt Naoual Alyarrudi, 069 / 299 807 2216
naoual.alyarrudi@frankfurter-verband.de

**06.
12.**

Begegnungszentrum Sossenheim **Weihnachtsfeier**

Wir feiern zusammen – Fröhliche und besinnliche Weihnachtsfeier für alle Besucher und Freunde des Begegnungszentrums – mit einem besonderen musikalischen Leckerbissen. Seien Sie dabei und lassen Sie sich überraschen!

Einlass: 14:30 Uhr; Um Anmeldung wird gebeten!

Termin Di., 06.12. | 15:00 – 18:00 Uhr
Anmeldung bis 02.12.
Kosten 7 € inkl. Kaffee und Kuchen
Kontakt Sascha Brenninger, 069 / 299 807 5523
sascha.brenninger@frankfurter-verband.de



Neue Medien



Im Stadtviertel verbunden

Wir entdecken zusammen die Möglichkeiten

Technik macht Spaß und verbindet. Gemeinsam vor Ort, unterwegs oder in Gemeinschaft von zu Hause: Nutzen Sie die unterschiedlichen Angebote – wir zeigen Ihnen gerne wie!





Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung in Kooperation mit der Smartphone-Sprechstunde im Café

Smartphone-Sprechstunde im Café

Kurze Fragen zu Ihrem Smartphone oder zum Internet beantwortet Judith Fröscher im Café – benötigen Sie mehr Hilfe im Umgang mit Ihrem Gerät, können Sie bei uns Termine (60 Min.) für eine individuelle Beratung buchen.

Kosten Spende erwünscht

Kontakt Inge Bervoets, 069 / 299 807 263
inge.bervoets@frankfurter-verband.de

❗ **Individuelle Terminvereinbarung**

03.
11.

Café Mouseclick

Kurs: Whatsapp voll ausschöpfen

Der Schwerpunkt liegt in der Anwendung der Nachrichten-App mit dem Android-Smartphone. Vermittelt werden Ihnen Tipps und Tricks – z. B.: Wie verschicke ich mehrere Fotos? Was ist ein Broadcast? Wie verändere ich Einstellungen und mein Profilbild?

Termin Do., 03.11. | 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten Spende

Kontakt Klaus Baumgarten, 069 / 299 807 2219
klaus.baumgarten@frankfurter-verband.de

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

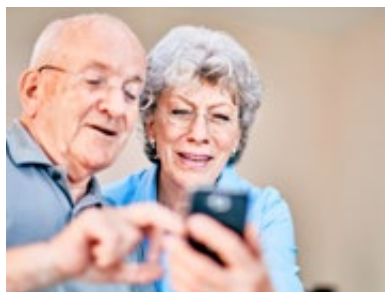
Burgfriedenstraße 7
60489 Frankfurt

Café Mouseclick

Bolongarostraße 137
65929 Frankfurt



**FRANKFURTER
VERBAND**



**23.
11.**

Café Mouseclick

Entscheidungshilfen beim Smartphonekauf

Die Auswahl beim Kauf eines Smartphones ist groß! Auf was sollte ich als Einsteiger*in beim Kauf achten?

Klaus Baumgarten gibt Ihnen Tipps und Informationen, die Ihnen bei Ihrer Entscheidung hilfreich sein können.

Termin Di., 22.11. | 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten Spende

Kontakt Klaus Baumgarten, 069 / 299 807 2219
klaus.baumgarten@frankfurter-verband.de

**06.
12.**

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend in Kooperation mit dem Café Anschluss

Offene Fragerunde rund um die Digitale Welt

Alles, was Sie schon immer wissen wollten zu den Themen Smartphone, Tablett, Internet sowie WLAN, können Sie an diesem Nachmittag in Erfahrung bringen. Wir freuen uns auf Ihre Fragen – mit Steven McAvinue im Café Anschluss.

Termin Di., 06.12. | 14:00 – 15:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten 3 €

Kontakt Mahnaz Wobig, 069 / 299 807 2214
mahnaz.wobig@frankfurter-verband.de

NEU!



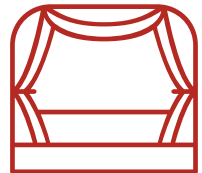
Kultur und Kreativität



Das bunte und vielfältige Stadtviertel

Wir erleben gemeinsam kulturelle Vielfalt

Musik und Theater, Gespräche und Vorlesungen,
Kino und Führungen – es gibt viel zu erleben und
Erlebnisse zu teilen.
Kommen Sie mit!



05.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst
in Kooperation mit dem Filmforum Höchst

**Gemeinsamer Kinobesuch im
Filmforum Höchst**

„Schmetterlinge im Ohr“ – ein aktueller französischer Spielfilm
Eine turbulente Komödie mit einer wunderbaren Botschaft und hervor-
ragenden Schauspielerinnen und Schauspielern in deutscher Übersetzung.

Wer möchte kann im Anschluss zu einem kleinen Plausch mit in
das Café Wunderbar gehen.

Bitte dazu anmelden für die Tischreservierung.

Termin Mi., 05.10. | 15:00 Uhr

Anmeldung bis 04.10.

Ort Emmerich-Josef-Str. 46 a, 65929 Frankfurt

Kosten 7 €, mit Frankfurt-Pass 3,50 €

Kontakt Ute Brink-Geenen, 069 / 299 807 2221
ute.brink-geenen@frankfurter-verband.de

05.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus –
mit Unterstützung der Altenhilfe der Frankfurter Rundschau

Führung durch den Frankfurter Römer

Der Römer, seit über 600 Jahren Sitz der Frankfurter Stadtregierung,
ist eines der schönsten Rathäuser der Republik und längst zum interna-
tional 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!

Termin Mi., 05.10. | 18:00 – 19:30 Uhr

Anmeldung bis 21.09.

Ort Römerberg Justitia Brunnen

Kosten 12 €

Teilnehmer 15 – 30

Buchungsnr. 11153-22-6

Kontakt Hans-Christoph Fehr, 069 / 299 807 2217
hans-christoph.fehr@frankfurter-verband.de

⚠ Anmeldung und Vorkasse erforderlich.
Anmeldeschluss zwei Wochen vorher!



**10.
10.**

**Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer
in Kooperation mit der Palette Frankfurt am Main –
Internationaler Ring der Kunstfreunde e.V.**

Künstler*innen im Gespräch

Sind Sie neugierig, mehr über die ausstellenden Künstler*innen der Palette zu erfahren? Zum Monatswechsel September/Oktober werden die Bilder im Melange ausgetauscht.

Sprechen Sie uns bei Interesse an und erfahren Sie mehr über die neuen Werke!

Termin Mo., 10.10. | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 07.10.

Kontakt Judith Steppacher, 069 / 299 807 2295
judith.steppacher@frankfurter-verband.de

NEU!

**15.
10.**

**Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer
in Kooperation mit der Laienspielgruppe „Die Altstadt Lichter“**

Erzählcafé

Die „Altstadt Lichter“ erzählen in passender Gewandung von der Frankfurter Altstadt, u. a. von der berühmt-berüchtigten „Schippengasse“. Als Ehrengast wird Johann Wolfgang von Goethes Tante, Johanna Melber, zu Besuch kommen!

Anschaulich und humorvoll erleben wir ein Stück Frankfurter Geschichte.

Termin Sa., 15.10. | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 14.10.

Kosten Spenden für die Künstler

Kontakt Judith Steppacher, 069 / 299 807 2295
judith.steppacher@frankfurter-verband.de

17.
10.

Begegnungszentrum Hausen

in Kooperation mit dem Europäischen Filmfestival der Generationen

„Mit Herz und Hund“

In unserem Zentrum zeigen wir Ihnen diesen Film im Rahmen des Europäischen Filmfestivals der Generationen – ein warmherziger Beziehungsfilm zweier reifer Persönlichkeiten, erzählt über 23 Spaziergänge ...

Termin Mo., 17.10. | 14:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten Verzehrkosten

Kontakt Gabriele Wahn, 069 / 299 807 2228
gabriele.wahn@frankfurter-verband.de

19.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

in Kooperation mit dem Gesundheitsamt Frankfurt

Gemeinsamer Kinobesuch anlässlich des

„Europäischen Filmfestival der Generationen“

„Zeit für Utopien – wir machen es anders“ –

Beispiele für regionale und nachhaltige Produktionsformen.

Ein Film, der Mut machen will und mit guten Beispielen vorangeht.

Der Film startet im Cinestar Frankfurt um 10:30 Uhr.

Termin Mi., 19.10. | 09:30 Uhr

Anmeldung bis 13.10.

Ort Arthur-von-Weinberg-Steg

Kontakt Naoual Alyarrudi, 069 / 299 807 2216
naoual.alyarrudi@frankfurter-verband.de

22.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

in Kooperation mit „Initiative Schwanheim/Goldstein bewegt sich!“

„Traurig und tanzend“

Kammerkonzert mit dem Rotenfels-Trio

Ein Live-Musik-Event – Das Rotenfels-Trio mit Thomas J. Scheike (Klavier), Monika Schulz (Violine) und Günter Schulz (Violoncello) ist zu Gast und spielt Werke von Haydn, Rachmaninow und Dvořák.

Termin Sa., 22.10. | 18:00 – 19:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten Um eine kleine Spende wird gebeten.

Kontakt Carmen Simon, 069 / 299 807 2223
carmen.simon@frankfurter-verband.de

19.
11.

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – West/Riedhof
Akkordeon Orchester mit großer Besetzung
lädt ein zu einer „Musikalischen Wintergalerie“

Freuen Sie sich auf bekannte Melodien zum Zuhören und Mitsingen.
Im Orchester musizieren alle gemeinsam, ungeachtet ihres Alters:
ab 5 Jahren bis über 80 Jahre! – einfach kommen und zuhören!

Termin Sa., 19.11. | 14:00 – 16:30 Uhr
Anmeldung bis 09.11. dringend erforderlich
Kosten 7 € Eintritt inkl. Kaffee und Kuchen
Um eine Spende für das Orchester wird gebeten.
Kontakt Andrea Suhr, 069 / 299 807 2211
andrea.suhr@frankfurter-verband.de

21.
11.

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst
in Kooperation mit dem BGSZ Senioren-Initiative Höchst
Lyrik gegen den Novemberblues

Manche Gedichte sind voller Wortwitz, Humor oder Phantasie und können für uns „Stimmungsaufheller“ sein. Genau das Richtige gegen den Novemberblues. Tragen Sie Ihr Lieblingsgedicht vor oder hören Sie einfach nur zu – gemeinsam haben wir Spaß an Lyrik und Sprache!
Bei Anmeldung schicken wir Ihnen den ZOOM-Link zu.

Termin Mi., 23.11. | 14:30 Uhr
Anmeldung erforderlich
Ort Onlineveranstaltung
Kontakt Klaus Baumgarten, 069 / 299 807 2219
klaus.baumgarten@frankfurter-verband.de

07.
12.

Begegnungszentrum Riederwald
Adventscafé

Besinnliche Weihnachtszeit – Bei Kaffee, Christstollen und Plätzchen erzählt uns Sylvia Hilcher Geschichten über das Weihnachtsgeheimnis.

Termin Mi., 07.12. | 15:30 Uhr
Kosten Verzehrkosten
Kontakt Andrea Hackbarth, 069 / 299 807 2244
andrea.hackbarth@frankfurter-verband.de



Beratung, Information & Bildung

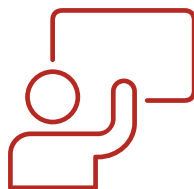


Wissen & Austausch im Stadtviertel

Wir bilden uns stetig weiter.

Vorträge und Sprachen (Englisch/Französisch),
Selbsthilfegruppen und Beratung, Gedächtnistraining,
sowie Lotsenbüro ...

... wir helfen Ihnen gerne weiter!



04.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein
in Kooperation mit „Historischer Stadtspaziergang Frankfurt“
„Wie Frankfurt in die Lüfte ging!“ Der Flughafen Rebstock und die Anfänge der Luftfahrt in Frankfurt

Thomas Sock, ehemaliger Stadtteilhistoriker und Vorsitzender des AWO-Ortsvereins Gallus, bringt uns die Geschichte des Frankfurter Flughafens näher. Durch viele Bilder illustriert erzählt er von Zeppelinen, den „Keuchhustenflügen“, dem ersten „Raketenflugzeug“ von Fritz Opel und weiteren Pionieren der Luftfahrt und ihrer Beziehung zu Frankfurt.

Termin Di., 04.10. | 18:00 – 19:30 Uhr
Anmeldung Bitte mit Anmeldung!
Kosten kostenlos. Kleine Spende erwünscht.
Kontakt Carmen Simon, 069 / 299 807 2223
carmen.simon@frankfurter-verband.de

06.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung
in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Frankfurt und Demenz-Partner
Was ist normale Altersvergesslichkeit und was ist Demenz?

Viele klagen über Gedächtnisprobleme, die verunsichern. Die bundesweite Initiative „Demenz-Partner“ will Wissen über Demenzerkrankungen vermitteln und Hemmschwellen im Umgang mit Menschen mit Demenz abbauen. Vortrag mit Dipl. Psych. Ruth Müller von der Alzheimer Gesellschaft Frankfurt.

Termin Do., 06.10. | 14:30 – 16:30 Uhr
Anmeldung bis 05.10.
Kontakt Inge Bervoets, 069/ 299 807 268
inge.bervoets@frankfurter-verband.de

12.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst
in Kooperation mit der Caritas Frankfurt
Häusliche Beratung zu Fragen des Älterwerdens: Präventive Hausbesuche im Frankfurter Westen

Alexandra Ladach informiert über die vorsorgliche Gesundheitsberatung der Caritas. Sie richtet sich an ältere Menschen im Vorfeld von Pflegebedürftigkeit mit dem Ziel, Lebensfreude sowie eine möglichst selbstständige Lebensführung selbstbestimmt im eigenen Zuhause zu erhalten.

Termin Mi., 12.10. | 14:30 Uhr
Anmeldung bis 06.10.
Ort Gebeschusstr. 44, 65929 Frankfurt
Kosten Spende erwünscht
Kontakt Ute Brink-Geenen, 069 / 299 807 2221
ute.brink-geenen@frankfurter-verband.de

13.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein
in Kooperation mit Pro Familia Frankfurt

**„Gemeinsam statt einsam!“ ungezwungenes
Kennenlern-Treffen mit Claudia Hohmann**

Sich selbst und andere mögen, Kontakte zu Anderen aufbauen und pflegen, Menschen mit offenen Sinnen wahrnehmen, Freundschaften knüpfen – das sind ganz wesentliche Faktoren, um gesund und lebensfroh zu bleiben. Unser ungezwungenes Kennenlern-Treffen möchte die Lust wecken, aus sich heraus zu gehen und andere Menschen kennenzulernen.

Denn: Gemeinsam ist man weniger allein!

Termin Do., 13.10. | 16:00 – 18:00 Uhr

Anmeldung Anmeldung erforderlich!

Kosten 8 € inkl. Begrüßungsgetränk;
Frankfurtpass-Inhaber*innen zahlen die Hälfte.

Kontakt Carmen Simon, 069 / 299 807 2223
carmen.simon@frankfurter-verband.de

18.
10.

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

Stadtteiltreff

„Gemüse – lecker und gesund“

Gemüse liegt im Trend. Erfahren Sie alles über Inhaltsstoffe, Gesundheitswert und Geschichte der pflanzlichen Kost. Praktische Küchentipps runden den Vortrag von Frau Völker ab.

Termin Di., 18.10. | 16:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 17.10.

Kosten 3 € + Verzehrkosten für Gäste

Kontakt Hülya karademir, 069 / 299 807 2229
huelya.karademir@frankfurter-verband.de

25.
10.

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

Stadtteiltreff

„Plastik sparen – einfach nachhaltig Leben“

Plastikmüll ist eines der größten Umweltprobleme unserer Tage.

Wie man auf einfache Weise Plastik im Alltag vermeidet, erfahren Sie in diesem Vortrag mit Frau Petra Kreß.

Termin Di., 25.10. | 16:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 24.10.

Kosten 3 € + Verzehrkosten für Gäste

Kontakt Hülya karademir, 069 / 299 807 2229
huelya.karademir@frankfurter-verband.de

27.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

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.

Termin Do., 27.10. | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 20.10.

Kosten freiwilliger Beitrag

Kontakt Hans-Christoph Fehr, 069 / 299 807 2217
hans-christoph.fehr@frankfurter-verband.de

10.
11.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung *in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Hessen*

Meine Daten im Griff

Wer sich sicher im Internet bewegen will, sollte alle Tricks und Fallen kennen. Welche Verhaltensregeln sind im Internet wichtig, und wie sind z. B. gefälschte Internet-Verkaufsplattformen oder betrügerische E-Mails zu erkennen? Peter Reinhardt der Verbraucherzentrale Hessen gibt Tipps und Hintergründe für mehr Sicherheit im Umgang mit persönlichen Daten.

Termin Do., 10.11. | 14:30 – 16:30 Uhr

Kontakt Inge Bervoets, 069/ 299 807 268
inge.bervoets@frankfurter-verband.de

22.
11.

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

Stadteiltreff

„Irrtümer der Allgemeinen Bildung“

„Das gibt es doch gar nicht ...?!“ Gemeinsam gehen wir unglaublichen Behauptungen auf den Grund.

Termin Di., 22.11. | 16:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 21.11.

Kosten 3 € + Verzehrkosten für Gäste

Kontakt Hülya karademir, 069 / 299 807 2229
huelya.karademir@frankfurter-verband.de

alle guten Dinge an vier 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

Dörpfeldstraße 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**

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!

**Das nächste
Programm
Höhepunkte
& Ausflüge
erscheint Ende
Dezember 2022**



Kontakt

**Zusätzliche Informationen zu den
Veranstaltungen erhalten Sie bei:**

Michaela Tolle-Kawka

Tel: 069 / 299 807 2243

michaela.tolle-kawka@frankfurter-verband.de

Walter-Kolb-Straße 5 – 7,
60594 Frankfurt am Main

Weitere Informationen finden Sie im Internet:

www.frankfurter-verband.de/aktiv-aelterwerden

www.facebook.com/frankfurterverband

**Abonnieren Sie auch unseren kostenlosen Newsletter
mit aktuellen Veranstaltungstipps:**

newsletter.frankfurter-verband.de