



**Programm
November –
Dezember
2022**

Aktiv im Hofgut Goldstein



**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 Hofgut Goldstein** 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 NOVEMBER BIS DEZEMBER



Montags – Freitags | 14:30 – 17:30 Uhr

Besuchen Sie unsere gemütliche Cafeteria!

Täglich von Montag bis Freitag!

Leckere Kuchen, herzhafte Kleinigkeiten und Eisspezialitäten warten auf Sie von Montag bis Freitag, 14:30 – 17:30. In den Wintermonaten gibt es öfters auch himmlisch duftende Waffeln. Fragen Sie nach. Wir freuen uns über Ihren Besuch! **Treffpunkt: Tränkweg 32, 60529 Frankfurt**



Di., 01.11. | 14:00 – 16:00 Uhr

Stadtteiltreff 2

Die gesellige Runde trifft sich wöchentlich bei Kuchen, Kaffee und wechselndem Programm und freut sich über neue Gesichter!

Kosten: 10 €/Monat inkl. Verzeehr und Programm; Gästebeitrag 3 €/Tag



Mi., 02.11. | 13:30 – 14:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Tanzspaß im Sitzen

mit Moni Tropp

Bei den mitreißenden Tänzen auf oder an dem Stuhl ist gute Laune garantiert!

Kosten: Kleine Spende wird gerne entgegengenommen.



Mi., 02.11. | 14:30 – 16:00 Uhr

**Spielen Sie mit! Bingo, Karten- und Brettspiele,
Stadt-Land-Fluss und mehr ...**

Immer mittwochs treffen sich Interessierte zum zwanglosen Spielen. Neue Mitspieler*innen sind herzlich willkommen!





Do., 03.11. | 10:00 – 12:00 Uhr

Kreativ in den Tag!

Ob basteln, stricken, häkeln, Kreatives gestalten oder einfach nur klönen – die selbst organisierte Gruppe trifft sich zum gemeinsamen Werkeln. Kommen Sie gerne dazu!



Do., 03.11. | 11:00 Uhr | Nur mit Anmeldung

Auf Tour mit dem Aktivclub!

Die selbst organisierte Gruppe macht gemeinsam Ausflüge, Besichtigungen oder Museumsbesuche. Wo es hingehet und wo der Treffpunkt ist, erfragen Sie bitte. Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen!

Kosten: ggfs. Fahrtkosten und Eintritt;

Treffpunkt: Wird vorher bekannt gegeben.; Teilnehmer*innen: Max. 10



Fr., 04.11. | 09:00 – 12:00 Uhr | Nur mit Anmeldung

Gehen Sie mit uns digital!

mit Unterstützung der FR-Altenhilfe

Lernen Sie mit uns ganz stressfrei die Bedienung eines Tablets kennen. Sie können das Gerät kostenfrei eine Zeitlang ausleihen. Unsere geduligen Freiwilligen unterstützen Sie beim Lernen, auch bei anderen digitalen Geräten. Machen Sie einen Termin aus!

Kosten: Kleine Spende wird gerne entgegengenommen!



Mo., 07.11. | 10:00 Uhr | Zum Abholen oder per email!

Das „MoMo“ ist da!

Immer am 1. Montag im Monat gibt es das Montags-Monats-Rätsel zum Abholen oder per email. Für die Lösung haben Sie Zeit bis 02.12., 10:00 Uhr und können sogar eine Kleinigkeit gewinnen!



Mo., 07.11. | 14:00 – 16:00 Uhr

Stadtteiltreff 1

Die gesellige Runde trifft sich wöchentlich bei Kuchen, Kaffee und wechselndem Programm und freut sich über neue Gesichter!

Kosten: 10 €/Monat inkl. Verzeehr und Programm; Gästebbeitrag 3 €/Tag



Di., 08.11. | 15:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

„Familienzirkus“ Film

von und mit Michael Jung

Im Rahmen des Stadtteiltreffs zeigt der Regisseur Michael Jung seinen neuen Film über das Leben in einem kleinen Familienzirkus. Gäste sind herzlich willkommen.

Kosten: Kleine Spende wird gerne entgegengenommen.



Mi., 09.11. | 14:30 – 15:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Reformen im Betreuungsrecht ab 1.1.2023 – was ist neu?
in Kooperation mit dem Jugend- und Sozialamt Frankfurt

Zum 01. Januar 2023 tritt das neue Betreuungsrecht in Kraft. Auch gibt es das neue Ehegattenvertretungsrecht. Einen Ausblick gibt Jonathan Aaron Pflügel vom Rathaus für Senioren.



Do., 10.11. | 15:30 – 16:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Literaturcafé: „Von Busch bis Roth“
mit Elke Jatzko

Freuen Sie sich auf einen Nachmittag mit Kurzbiografien und Gedichten.
Kosten: Kleine Spende erwünscht.



Sa., 12.11. | 12:00 – 19:00 Uhr

„Goldsteiner helfen Goldsteinern“ Martinsmarkt

In Kooperation mit dem Vereinsring Goldstein

Gemeinsam für einen guten Zweck – das ist das Motto des alljährlichen Martinsmarktes. Das Hofgut Goldstein ist wieder dabei mit leckeren Metzger-Bratwürstchen vom Grill. Wegen der Baustelle findet der Markt im Hof der Evang. Dankeskirche am Goldsteinpark 1 statt. Der Erlös ist für einen guten Zweck und kommt bedürftigen Goldsteiner*innen zu Gute.

Kosten: Verzehrkosten;

Treffpunkt: Am Goldsteinpark 1, 60529 Frankfurt



Mo., 14.11. | 18:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Treffen der Angehörigen-Gruppe

mit Alzheimer Gesellschaft Frankfurt

Unter der Leitung von Ruth-Müller, Dipl. Psychologin, erhalten Angehörige viele Informationen, ein offenes Ohr und gegenseitige Unterstützung.



Di., 15.11. | 16:00 – 17:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

„Musensöhne“ Dokumentarfilm

In Kooperation mit Initiative „Historischer Stadtpaziergang Frankfurt“

Erzählt wird die Geschichte des Musischen Gymnasiums Frankfurt am Main, eine Schule, auf der „die musikalisch begabtesten Jungen des Großdeutschen Reichs“ zu herausragenden Musikern erzogen werden sollten. Sie wurde 1939 gegründet und existierte bis 1945. Mit Interviews, bislang unbekanntem, historischem Filmmaterial und nachgestellten Szenen wird von einer moralischen Gratwanderung zwischen politischer Doktrin und künstlerischer Freiheit berichtet.

Kosten: Eine kleine Spende wird gerne entgegengenommen.



Mi., 16.11. | 14:30 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Mobilität für alle –

Der Fahrtgastbegleitservice stellt sich vor!

In Kooperation mit Stadtwerke Verkehrsgesellschaft Frankfurt am Main mbH (VGF)

Mitarbeiter*innen der VGF stellen ihren kostenlosen Service vor: Fahrgäste, die aktive Hilfe bei der Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln benötigen, können dieses Angebot in Anspruch nehmen – insbesondere Senioren und mobilitätseingeschränkte Personen. Zu zahlen ist nur die Fahrkarte.



Fr., 18.11. | 12:30 Uhr | Nur mit Anmeldung

Mittagstisch ausnahmsweise nicht im Hofgut: „Gans ganz lecker!“

Mit Unterstützung der FR-Altenhilfe und Cafeteria in der Wohnanlage Rheinlandstr. 14

In der Cafeteria Rheinlandstr. 14 in Schwanheim, die zu unserem Zentrum gehört, wird heute fleißig gekocht. Ob es tatsächlich Gans geben kann, stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Am besten informieren Sie sich kurz vorher. Es wird auf jeden Fall ein „gans“ leckeres Menü aufgetischt.

Kosten: Verzehrkosten. Bitte vorher erfragen!

Treffpunkt: Cafeteria Rheinlandstr. 14, 60529 Frankfurt-Schwanheim



Di., 22.11. | 10:30 – 12:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Singen kann jede*r! Offenes Singen mit Leo Raatz

Für alle, die Freude am Singen haben, ist dieses ungezwungene Angebot gedacht. Hier darf jede*r mitsingen. Niemand muss Angst haben, nicht gut genug zu sein! Wir singen bekannte Volkslieder, Weisen und auch ein paar modernere Stücke. Leo Raatz begleitet auf der Gitarre.

Kosten: Eine kleine Spende wird gerne entgegengenommen.



Mi., 23.11. | 13:30 – 14:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Tanzspaß im Sitzen mit Moni Tropp

Bei den mitreißenden Tänzen auf oder an dem Stuhl ist gute Laune garantiert!

Kosten: Eine kleine Spende wird gerne entgegengenommen.



Sa., 26.11. | 14:00 – 17:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

„Wegwerfen? – Denkste!“ Reparaturcafé mit Unterstützung der FR-Altenhilfe

Ob aufgerissene Naht oder ein Haushaltsgegenstand, der nicht mehr geht – wir versuchen gemeinsam, die Dinge wieder funktionstüchtig zu machen. Bedingung: Das, was repariert werden soll, muss unterm Arm tragbar sein und wieder mitgenommen werden.

Kosten: Eine kleine Spende wird gerne entgegengenommen.



Di., 29.11. | 09:00 – 11:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Gemeinsam in den Tag: „Adventsfrühstück“

Beginnen wir den Tag in netter Gesellschaft mit einem ausgiebigen Frühstück mit allem, was dazu gehört! Und da die Adventszeit bereits begonnen hat, ist natürlich alles schön geschmückt. Frühstücken Sie mit!

Kosten: 4,50 €



Fr., 02.12. | 14:30 – 17:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Adventsnachmittag mit Live-Musik von Steppes mit Steppes, alias Wolfgang Sorger

Ein stimmungsvoll-fröhlicher Nachmittag mit Live-Musik von Steppes. Für Speis und Trank ist natürlich auch gesorgt!

**Kosten: Eine kleine Spende für die Musik wird gerne entgegen-
genommen. Verzehrkosten.**



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**



Mo., 05.12. | 10:00 Uhr | Zum Abholen oder per email!

Das „MoMo“ ist da!

Immer am 1. Montag im Monat gibt es das Montags-Monats-Rätsel zum Abholen oder per email. Sie können sogar eine Kleinigkeit gewinnen!

Achtung: Für die Lösung haben Sie diesmal nur Zeit bis 16.12.22!



Di., 06.12. | 18:00 – 19:15 Uhr | Bitte mit Anmeldung

„Abenteuer DO-X“

**Mit Sascha Mahl, Gästeführer und in Kooperation mit
„Historischer Stadtspaziergang Frankfurt“**

Die DO-X war ein 1929 gebautes Verkehrsflugschiff. Das damals größte Flugzeug der Welt zu Besuch im kleinen Frankfurt Griesheim! Wir zeigen Ihnen Filmaufnahmen und Fotos des Flugschiffs DO-X aus dem Jahr 1932, dessen Besuch den beschaulichen Stadtteil für eine Woche komplett veränderte.

Kosten: Kleine Spende erwünscht.



Mi., 07.12. | 13:30 – 14:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Tanzspaß im Sitzen

mit Moni Tropp

Bei den mitreißenden Tänzen auf oder an dem Stuhl ist gute Laune garantiert!

Kosten: Eine kleine Spende wird gerne entgegengenommen.



Do., 08.12. | 15:30 – 16:30 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Literaturcafé: „Weihnachtsmärchen international“

mit Ricarda Grünberg

Machen Sie es sich mit uns gemütlich bei Kerzenschein und Weihnachtsmärchen aus aller Welt.

Kosten: Ein kleine Spende wird gerne entgegengenommen.



Sa., 10.12. | 15:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

„Ohne Fleiß kein Preis!“ Adventskonzert

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

Jugendliche Preisträger und Erwachsene musizieren am Klavier. Werke von Bach, Beethoven, Schubert, Liszt, Albéniz, Blacher, Ligeti u.a. werden vorgetragen. Lassen Sie sich von der Vielfalt des Programms inspirieren und auf eine besinnliche Weihnachtszeit einstimmen.

Kosten: Über eine kleine Spende für das Stimmen der Klaviere freuen wir uns.



Mo., 12.12. | 18:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Treffen der Angehörigen-Gruppe

In Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Frankfurt

Unter der Leitung von Ruth-Müller, Dipl.Psychologin, erhalten Angehörige viele Informationen, ein offenes Ohr und gegenseitige Unterstützung.



Mi., 14.12. | 18:00 – 19:00 Uhr

Lebendiger Adventskalender

In Kooperation mit der kath. Kirchengemeinde St. Jakobus

Wir haben das 14. Türchen liebevoll geschmückt. Seien Sie bei der Enthüllung dabei und verbringen eine besinnliche Stunde mit uns im Freien bei weihnachtlichen Geschichten, Gedichten, netten Gesprächen, Plätzchen und heißen Getränken.



Fr., 16.12. | 14:30 Uhr | Nur mit Anmeldung

Weihnachtsfeier

Feiern Sie gemütlich mit uns bei weihnachtlichen Beiträgen, einer festlichen Kaffeetafel und kleinen Häppchen.

Kosten: Verzehrkosten



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	08:30 – 09:15 Uhr	Gymnastik mit Antje Marschhäuser Gruppe 1
	09:30 – 10:15 Uhr	Gymnastik mit Antje Marschhäuser Gruppe 2
	10:30 – 11:15 Uhr	Gymnastik mit Antje Marschhäuser Gruppe 3
		Kosten: 2,50 €
	10:00 Uhr	Das „MoMo“ (Montags-Monats-Rätsel) ist da! Rätseln Sie mit! <i>Immer am 1. Montag im Monat!</i>
	10:30 – 12:00 Uhr	Lotsenbüro: Wir bieten Orientierung mit persönlicher Beratung.
	14:00 – 16:00 Uhr	Stadtteiltreff 1 Kosten: 10 €/Monat inkl. Verzeehr und Programm
	18:00 – 20:00 Uhr	Alzheimer Gesellschaft Angehörigengruppe, <i>am 2. Montag im Monat</i>
Dienstags	14:00 – 16:00 Uhr	Stadtteiltreff 2 Kosten: 10 €/Monat inkl. Verzeehr und Programm
Mittwochs	09:00 – 10:00 Uhr	Gehirnjogging – Schwung für die grauen Zellen! Kosten: 6 €
	14:30 – 16:00 Uhr	Spiele Sie mit! Bingo, Karten- und Brettspiele
Donnerstags	10:00 – 12:00 Uhr	Kreativ in den Tag!
	11:00 Uhr	Auf Tour mit dem Aktivclub!
Freitags	09:00 – 12:00 Uhr	Gehen Sie mit uns digital!
Samstags	14:00 – 17:00 Uhr	„Wegwerfen? – Denkste!“ Reparaturcafé, <i>immer letzten Samstag im Monat</i>

Das Hofgut macht Winterpause ab dem 21.12.2022.

Ab Montag, 02.01.2023 ist unsere Cafeteria wieder für Sie geöffnet.

Wir wünschen Ihnen besinnliche Weihnachten und kommen Sie gut ins neue Jahr!

Wir haben eine neue Email-Adresse:
carmen.simon@frankfurter-verband.de

Bitte beachten Sie auch unsere neue
Telefonnummer: **069 / 299 807 2223**

Begegnungs- & Servicezentrum Hofgut Goldstein

Tränkgeweg 32
60529 Frankfurt am Main

Leitung

Carmen Simon
Telefon: 069 299 807 2223
carmen.simon@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de

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

Besuchen Sie
unsere gemütliche
Cafeteria wochentäglich
von 14:30 – 17:30 Uhr.