



**Programm
März – April
2023**

Aktiv in Sossenheim



**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 Sossenheim** 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 MÄRZ BIS APRIL



Montags | 10:00 – 10:45 Uhr

Gymnastik im Sitzen, Stehen und Gehen

Trainerin Martina Gunkel zeigt Ihnen Bewegungsübungen, verbunden mit Elementen des Yoga. Die Übungen können im Sitzen, Stehen und Gehen ausgeführt werden – für einen aktiven Start in den Montag.

Kosten: 15 monatlich



Dienstags | 10:00 – 11:00 Uhr

English Conversation Circle

Lockere Gesprächsrunde zum aufpolieren alter Sprachkenntnisse mit unserem „Englisch-Pilot“ Will Copley

Kosten: 3 € inkl. 1 Tasse Kaffee



Mittwochs | 09:00 – 11:00 Uhr | Anmeldung bis 06.03.

Gourmet-Frühstück

Leckeres und abwechslungsreiches Frühstücksbuffet in geselliger Runde mit O-Saft und Kaffee satt.

Kosten: 4,50 € inkl. Kaffee und O-Saft



Donnerstags | 11:00 – 11:45 Uhr

Parlez-vous français?

Plauderstunde in französischer Sprache zu aktuellen Themen aus Mode, Familie und Weltgeschehen.

Kosten: 3 € inkl. 1 Tasse Kaffee

NEU!





Freitags | 14:30 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 01.03.

Spielenachmittag

Spielenachmittag mit leckerem, selbstgebackenem Kuchen von Christa Eisert. Immer am 1. Freitag im Monat.

Kosten: Spende erwünscht



Sonntags | 15:00 – 17:00 Uhr

Sonntagscafe

Kaffee und Kuchen am Sonntag für ein beschwingtes Wochenende. Jeden letzten Sonntag im Monat.

Kosten: Verzehrkosten



Do., 02.03. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung bis 01.03.

Ostercafé

Wir bemalen gemeinsam Ostereier und basteln ein Ostergesteck mit unserer Bastelfee Waltraud Spang.

Kosten: 2,50 inkl. 1 Tasse Kaffee

NEU!



Di., 07.03. | 14:30 – 16:30 Uhr

Stadtteiltreff

Carola Volkmann und Gustav Pressel lesen Alma Mahler-Werfel: „Witwe im Wahn“.

Kosten: 3,50 € inkl. Kaffee-Kuchengedeck



Di., 07.03. | 16:45 – 18:00 Uhr

NEU!

Offenes Singen mit Klavierbegleitung

Offenes Singen mit Klavierbegleitung, um den Frühling singend zu begrüßen.

Kosten: 1 €



Mi., 08.03. | 16:30 – 18:00 Uhr

Café-Gespräch der Pflegebegleiter-Initiative

Gudrun Born referiert bei Kaffee und Kuchen über „Pflegende Angehörige und Rentenbeiträge“: Für pflegende Angehörige werden Rentenbeiträge gezahlt – sagt das Gesetz. Ihr Einsatz lohnt sich, schreibt die Dt. Rentenversicherung, aber für wen? Gudrun Born nennt Ihnen konkrete Zahlen – finden Sie selbst die Antwort. Wie freuen uns auf Ihre Beiträge und Erfahrungen.

Kosten: 3,50 € inkl. Kaffee und Kuchen



Mi., 15.03. | 18:30 – 21:00 Uhr

Beiratssitzung soziale Stadt

Quartiersmanagement Sozialer Zusammenhalt Sossenheim

Gäste sind herzlichen willkommen.





Di., 21.03. | 14:30 – 16:30 Uhr

Stadtteiltreff

Frau Pierson nimmt uns mit in die geheimnisvolle Welt des Périgord.

Kosten: 3,50 € inkl. Kaffee-Kuchengedeck



Di., 21.03. | 18:00 – 20:00 Uhr

Bastelrunde mit Frau Spang

Heitere und gesellige Bastelrunde. Es werden jahreszeitliche Dekorationen gebastelt – lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf.

Kosten: 6 €



Fr., 31.03. | 15:00 – 18:00 Uhr

Frühlingsfest mit Livemusik

Die neue Leitung in Sossenheim, Anna-Maria Lefeld, stellt sich vor mit einem rauschenden Frühlingsfest. Genießen Sie unsere Livemusik mit einem Grillwürstchen und Salat von unserer tollen Salatbar.

Kosten: 5 € inkl. 1 Würstchen, Salat und 1 Glas Sekt



Di., 04.04. | 14:30 – 16:30 Uhr

Stadtteiltreff

Elke Jatzko und Sibylle Kempf: „Im Bann des Zauberers“ – Die Kinder der Manns.

Kosten: 3,50 € inkl. Kaffee-Kuchengedeck



Mi., 12.04. | 16:30 – 18:00 Uhr

Café-Gespräch der Pflegebegleiter-Initiative

Karin Kronberger zeigt Ihnen beschwingte Tänze im Sitzen und lässt die grauen Zellen erblühen.

Kosten: 3,50 € inkl. Kaffee und Kuchen



Di., 18.04. | 18:00 – 20:00 Uhr

Bastelrunde mit Frau Spang

Heitere und gesellige Bastelrunde. Es werden jahreszeitliche Dekorationen gebastelt – lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf.

Kosten: 6 €

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**

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 – 10:45 Uhr	Gymnastik im Sitzen, Stehen und Gehen Kosten: 15 €/Monat
Dienstags	10:00 – 11:00 Uhr	English Conversation Circle Kosten: 3 € inkl. 1 Tasse Kaffee
	14:30 – 16:30 Uhr	Stadtteiltreff Kosten: 10 €/Monat inkl. Kaffee und Kuchen
	14:30 – 16:30 Uhr	Stadtteiltreff Kosten: 10 €/Monat inkl. Kaffee und Kuchen
Mittwochs	09:00 – 11:00 Uhr	Gourmet-Frühstück Kosten: 4,50 € inkl. Kaffee und O-Saft
Donnerstags	11:00 – 11:45 Uhr	Parlez-vous français? Kosten: 3 € inkl. 1 Tasse Kaffee
Freitags	14:30 – 17:00 Uhr	Spielenachmittag Kosten: Spende erwünscht, monatlich
Sonntags	15:00 – 17:00 Uhr	Sonntagscafeteria Kosten: Verzehrkosten, monatlich

Begegnungszentrum Sossenheim

Toni-Sender-Straße 29
65936 Frankfurt am Main

Leitung

Anna-Maria Lefeld
Telefon: 069 299 807 5523
anna-maria.lefeld@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de



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