Programm
September – Oktober 2023

Aktiv in der Melange am Römer

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 Melange am Römer** gefallen.

Viel Spaß beim Entdecken und Mitmachen!

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite
www.frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren

UNSER PROGRAMM SEPTEMBER BIS OKTOBER

Dienstags | 13:00 – 17:00 Uhr

Offener Schachnachmittag

Schach ist eines der ältesten Strategiespiele der Welt und begeistert bis heute Jung und Alt.

Dienstags | 17:30 – 19:30 Uhr

Stammtisch „Babbel-Nett“ (Komm-Allein-Abend)

in Kooperation mit der Bürgerinitiative „Gemeinsam gegen Einsamkeit“

Die Bürgerinitiative „Gemeinsam gegen Einsamkeit“ organisiert den Stammtisch „Babbel-Nett“. Dieser „Komm-Allein-Abend“ findet jeden Dienstag in der Melange am Römer statt.
Viel Spaß beim Babbeln und Kontakte knüpfen!

Mittwochs | 13:00 – 17:00 Uhr

Offener Spielenachmittag

Ob Bridge, Skat oder Mensch ärgere dich nicht ...
Spiele machen Spaß und können über Stunden die Aufmerksamkeit fesseln.

Donnerstags | 13:00 – 17:00 Uhr

Offener Schachnachmittag

Schach ist eines der ältesten Strategiespiele der Welt und begeistert bis heute Jung und Alt.

Donnerstags | 18:00 – 18:45 Uhr | Anmeldung bis 04.09.

Tanzkurs: Ballroom-Linedance (für Anfänger*innen)

Beim Ballroom-Linedance tanzen wir, ohne Partner*in, in Reihen neben- und hintereinander, Standard und lateinamerikanische Tänze: langsamer Walzer, Foxtrott, Tango, Wiener Walzer, Cha Cha Cha, Rumba, Samba, Jive, sowie Salsa und Reggae. Aufbauend auf den Grundschritten des Welttanzprogramms. Tanzlehrerin: Waltraut Kruse
Kosten: 5 € pro Einheit

Donnerstags | 19:00 – 20:00 Uhr | Anmeldung bis 04.09.

Tanzkurs: Paartanz

Sind Sie Anfänger*innen, Wiedereinsteiger*innen, „Alleskönner*innen“, oder nur neugierig? Egal! Tauchen Sie in die Welt der Standard- und Lateinamerikanischen-Tänze ein, wie z.B. Discofox oder Salsa!
Wir freuen uns, wenn auch Sie dabei sind! Tanzlehrerin: Waltraut Kruse
Kosten: 5 € pro Person; Teilnehmer*innen: min. 6 Personen

Freitags | 14:00 – 17:00 Uhr

Tanzcafé

Wir schwingen das Tanzbein zu stimmungsvoller Live Musik!
Kosten: 5 €

Do., 07.09. | 11:00 – 12:00 Uhr

Lesung „Alfred Nobel und der Literatur-Nobelpreis“ (Sibylle Kempf)

in Kooperation mit dem literarischen Zirkel der Lesefreunde

Der Literatur-Nobelpreis: Große Auszeichnung für den Empfänger? Natürlich – aber er wurde auch schon abgelehnt!
Kritik gab es immer, aber zu Recht?
„So muss man also schreiben, um den Nobelpreis zu bekommen?“

Kosten: 2,50 €

Do., 07.09. | 15:00 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 01.09.

NEU!

Vortrag und Diskussion: Gemeinschaftlich Wohnen in Frankfurt

Immer mehr Menschen denken darüber nach, ihr Wohnen im Alter rechtzeitig aktiv zu gestalten. Selbstorganisierte Hausgemeinschaften, in denen man aufeinander acht gibt und möglichst lang eigenständig leben kann, sind ein möglicher Weg. Das Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen e.V. stellt Beispiele vor und erläutert die ersten Schritte zum eigenen Wohnprojekt.

Di., 12.09. | 14:30 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 08.09.

Stadtspaziergang: Am Fluss entlang – westwärts

Flanieren Sie mit uns am Mainufer entlang in Richtung Westen, hibbdebach und dribbdebach: Entdecken Sie Geschichte(n), Kunst und Architektur vom Mittelalter bis zur Gegenwart und jede Menge phantastischer Blicke auf die Stadt am Fluss.
Leitung: Petra Schwerdtner

Kosten: 10 €

Treffpunkt: Melange am Römer

Do., 14.09. | 11:00 – 12:00 Uhr

Lesung: „Nicht gesellschaftsfähig“ – wie das Leben so spielt (Marianne Vekony)

in Kooperation mit dem literarischen Zirkel der Lesefreunde

Wahre, wahrscheinliche, pikante und ungewöhnliche Geschichten von Guy de Maupassant, Heinrich Böll, Francoise Sagan, Wilhelm Busch u. a.

Kosten: 2,50 €

Do., 14.09. | 11:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 11.09.

Ausflug auf den Lohrberg

Der etwa 185 Meter hohe Lohrberg oder kurz Lohr gilt als Hausberg von Frankfurt am Main und ist gleichzeitig der einzig verbliebene Weinberg innerhalb des Stadtgebietes. Wir treffen uns an der Melange am Römer und fahren gemeinsam mit Bus und Bahn zu diesem wunderschönen Naherholungsgebiet. Nach einem Spaziergang durch den denkmalgeschützten Lohrpark kehren wir in der Lohrbergschänke zu einem zünftigen Mittagessen ein. Auf dem Rückweg nehmen wir uns nochmal genügend Zeit, um den großartigen Ausblick über Frankfurt zu genießen.
Kosten: RMV-Kosten und Einkehr Lohrberschänke
Treffpunkt: Melange am Römer

(!) Sie sollten gerne zu Fuß unterwegs sein, da wir gut 3 km spazieren werden.

Mo., 18.09. | 10:30 – 12:00 Uhr | Anmeldung bis 15.09.

Grün, Gebäude und Geschichte(n) Teil 1 – Wallanlagen vom Eschenheimer Turm bis zum Theater

in Kooperation mit dem Freundeskreis liebenswertes Frankfurt e. V.

Auf unserem Spaziergang durch den Westteil der Wallanlagen (vom Eschenheimer Turm bis zum Theater) erfahren Sie, wie es zu Frankfurts ältester Grünanlage kam und welche Geschichten hinter Gebäuden (z.B. Alte Oper) und Denkmälern(z.B. Marshall-Brunnen) stecken.
Führung: Angelika Ramm-Fischer (Freundeskreis Liebenswertes Frankfurt e.V.)
Kosten: Wir freuen uns über eine freiwillige Spende für den Verein!
Teilnehmer*innen: maximal 20
Treffpunkt: 10:30 Uhr am Eschenheimer Turm (Eingang Turm-Café)

Mi., 20.09. | 15:30 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 13.09.

NEU!

Lesung – Hommage an Christine Brückner: „Wenn Du geredet hättest, Desdemona“ (Ungehaltene Reden ungehaltener Frauen)

in Zusammenarbeit mit der Senioreninitiative Höchst (SIH)

Corona hat unsere Lesung mit Bildern und Musik anlässlich des 100. Geburtstages von Christine Brückner leider verhindert. Nun hat es endlich geklappt.Fünf Frauen schlüpfen in Rollen aus Christine Brückners Buch. Sie sehen und hören in zwei voneinander unabhängigen Teilen: die Griechin Sappho, Katharina von Bora verh. Luther, Christiane von Vulpius verh. Goethe, Fontanes Effie Briest mit ihrem Hund und Gudrun Ensslin.Drei der fünf Frauen, die auf der Bühne zu sehen sind, sind ebenfalls „ungehalten“; Sie machen ihrem Ärger Luft und halten ihre Reden für Sie.
Kosten: 10 € inkl. Kaffee und Kuchen

Do., 21.09. | 11:00 – 12:00 Uhr

Lesung „Die Geschichte der Wolken“ (Elke Jatzko)

in Kooperation mit dem literarischen Zirkel der Lesefreunde

Wissenschaftler haben sie erforscht, Literaten haben sich in Prosa und Lyrik mit ihnen beschäftigt. Maler wie Caspar David Friedrich und William Turner wurden durch ihre Wolkenbilder berühmt. Wolken sind ein großes Himmelskino.

Kosten: 2,50 €

Do., 21.09. | 15:30 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 13.09.

NEU!

Lesung – Hommage an Christine Brückner: „Wenn Du geredet hättest, Desdemona“ (Ungehaltene Reden ungehaltener Frauen)

in Zusammenarbeit mit der Senioreninitiative Höchst (SIH)

Corona hat unsere Lesung mit Bildern und Musik anlässlich des 100. Geburtstages von Christine Brückner leider verhindert. Nun hat es endlich geklappt.Fünf Frauen schlüpfen in Rollen aus Christine Brückners Buch. Sie sehen und hören in zwei voneinander unabhängigen Teilen: die Griechin Sappho, Katharina von Bora verh. Luther, Christiane von Vulpius verh. Goethe, Fontanes Effie Briest mit ihrem Hund und Gudrun Ensslin.Drei der fünf Frauen, die auf der Bühne zu sehen sind, sind ebenfalls „ungehalten“; Sie machen ihrem Ärger Luft und halten ihre Reden für Sie.

Kosten: 10 € inkl. Kaffee und Kuchen

Mi., 27.09. | 14:30 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 25.09.

Infoveranstaltung und Gesprächsrunde: „Vorsorgevollmacht, Bestattungsverfügung und -vorsorge: Möglichkeiten der Selbstbestimmung und Planung“

in Kooperation mit dem Bestattungsinstitut Schwindt

Heike Rath vom Bestattungsinstitut Schwindt lädt zu einer Informationsveranstaltung zum Thema „Vorsorgevollmacht, Bestattungsverfügung und -vorsorge: Möglichkeiten der Selbstbestimmung und Planung“ ein. Interessierte sind zur anschließenden Gesprächsrunde im Melange am Römer herzlich willkommen.

Do., 28.09. | 11:00 – 12:00 Uhr

Lesung „Und darf nur heimlich lösen mein Haar“ (Carola Volkmann und Gustav Pressel)

in Kooperation mit dem literarischen Zirkel der Lesefreunde

Annette von Droste Hülshoff (1797 – 1848) träumte ein Leben lang von der großen Freiheit. Sie war ein aufgewecktes, begabtes Kind, so dass die Eltern ihr eine breitgefächerte Ausbildung ermöglichten. Was aber sollte sie mit ihren Talenten tun?

Kosten: 2,50 €

Fr., 29.09. | 18:00 – 21:00 Uhr | Anmeldung bis 22.09.

NEU!

Ü50 Disco – Motto „Oktoberfest“

Wir schwingen das Tanzbein zu stimmungsvoller Live-Musik von Michael Hagemeyer! Auf Sie warten bayrische Schmankerl und geselliges Beisammensein. Dirndl und Lederhosen sind gern gesehen, aber natürlich keine Pflicht.

Kosten: 10 €

(!) An diesem Freitag findet das reguläre Tanzcafé von 14 bis 17 Uhr NICHT statt!

Der sieben Tage Menüservice des Frankfurter Verbandes

Der Menüservice hilft bei der Versorgung mit Mittagessen. In einem Wochen-Menüsortiment sind sieben tiefkühlfrische Gerichte zusammengestellt. Verschiedene Kostformen oder Unverträglichkeiten können berücksichtigt werden.

Das Menüpaket wird einmal wöchentlich geliefert und dann zu Hause in der Mikrowelle oder im Backofen ganz einfach fertig gekocht. Der Menüservice bietet außerdem auch Heißauslieferung an – hier können Sie täglich aus sechs Gerichten wählen.

Bei der Lieferung gelten klare Verhaltensregeln und strenge Hygienevorschriften zur größtmöglichen Sicherheit für Besteller und Menükuriere. Die Übergabe der Menüs erfolgt ohne direkten Kontakt zum Besteller.

Tel.: 069 / 30 05 99 92

www.ihr-menueservice.de/frankfurter-verband

FRANKFURTER VERBAND

Mo., 02.10. | 10:30 – 12:00 Uhr | Anmeldung bis 29.09.

Grün, Gebäude und Geschichte(n) Teil 2 – Wallanlagen vom Eschenheimer Turm bis zur Zeil

in Kooperation mit dem Freundeskreis liebenswertes Frankfurt e. V.

Auch entlang des Anlagenrings Richtung Osten stecken hinter den Denkmalen und Gebäuden viele Geschichten, die wir Ihnen auf dem Spaziergang erzählen, z.B. über das Denkmal für den Erfinder des Telefons oder einen Museumsbau, der nur für eine einzige Statue erschaffen wurde.

Führung: Angelika Ramm-Fischer (Freundeskreis Liebenswertes Frankfurt e.V.)
Kosten: Wir freuen uns über eine freiwillige Spende für den Verein!
Teilnehmer*innen: maximal 20
Treffpunkt: 10:30 Uhr am Eschenheimer Turm (Eingang Hotel Flemming)

Mo., 02.10. | 16:00 – 17:30 Uhr | Anmeldung bis 29.09.

Vernissage zur neuen Herbst-Ausstellung

in Kooperation mit der Palette Frankfurt am Main – Internationaler Ring der Kunstfreunde e. V.

Der Verein die „Palette“ stellt regelmäßig Bilder im Melange am Römer aus. Die Künstler*innen sind anwesend und geben gerne Auskunft über ihre Arbeit und zu den gezeigten Bildern. Ein Begrüßungsgetränk wartet auf Sie. Die Ausstellung ist bis Ende des Jahres zu besichtigen.
Kosten: Eintritt frei

Do., 05.10. | 11:00 – 12:00 Uhr

Lesung: Das große Glück und das kleine Glück (Leonore Gauland)

in Kooperation mit dem literarischen Zirkel der Lesefreunde

Ein Bogen vom Glück der Liebe, des (flüchtigen) Augenblicks und der Freude an Menschen und Dingen – zum Glück im Unglück, dem Alltagsglück und dem Einkehren bei sich selbst ...

Diese Themen inspirierten Herrmann Hesse und Matthias Claudius, Cicero und Eugen Roth, Oscar Wilde (Der Glückliche Prinz) und Bert Brecht (Die unwürdige Greisin) zu Poesie und Prosa. Mit lustigen Anekdoten aus China und dem Orient, Schottland und Berlin.
Kosten: 2,50 €

Do., 12.10. | 15:00 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 10.10.

Seniorenspezifische Kriminalität – Infoveranstaltung und Gesprächsrunde

Vorsicht bei Schockanrufen, „Enkeltricks“ und anderen Betrugsmaschen. Polizeihauptkommissarin Susanne Hippauf informiert Sie über seniorenspezifische Kriminalität. Es ist auch Zeit eingeplant, sich über persönliche Erlebnisse auszutauschen und Verhaltenstipps für kritische Situationen zu erhalten.

Do., 19.10. | 11:00 – 12:00 Uhr

Lesung: Unda Hörner „Brecht und die Frauen“ (Sibylle Kempf und Otto Gengnagel)

in Kooperation mit dem literarischen Zirkel der Lesefreunde

Er ist so treu, der Herr Brecht – nur leider so vielen.

Kosten: 2,50 €

Mi., 25.10. | 14:30 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 20.10.

Stadtspaziergang: Am Fluss entlang – ostwärts

Flanieren Sie mit uns am Mainufer entlang in Richtung Osten, hibbdebach und dribbdebach: Entdecken sie Geschichte(n), Kunst und Architektur vom Mittelalter bis zur Gegenwart und jede Menge phantastischer Blicke auf die Stadt am Fluss.

Leitung: Petra Schwerdtner

Kosten: 10 €

Treffpunkt: Melange am Römer

Do., 26.10. | 11:00 – 12:00 Uhr

Lesung „Martin Walser – Leben und Werk“ (Maria Niesen)

in Kooperation mit dem literarischen Zirkel der Lesefreunde

1998 erhielt er den Friedenspreis des Deutschen Buchhandels. Liebe, Ehe und das Leben sind Martin Walsers bevorzugte Themen. Grandios eingefangen in seinem Roman „Ein liebender Mann“ – Goethes letzte Liebe zu Ulrike von Levetzow in Marienbad 1823.

Kosten: 2,50 €

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

Dienstags	**13:00 – 17:00 Uhr**	Offener Schachnachmittag
	17:30 – 19:30 Uhr	Stammtisch „Babbel-Nett“ (Komm-Allein-Abend)
Mittwochs	**13:00 – 17:00 Uhr**	Offener Spielenachmittag
Donnerstags	**13:00 – 17:00 Uhr**	Offener Schachnachmittag
	18:00 – 18:45 Uhr	Tanzkurs: Ballroom-Linedance (für Anfänger*innen) **Kosten: 5 € pro Einheit**
	19:00 – 20:00 Uhr	Tanzkurs: Paartanz **Kosten: 5 € pro Person**
Freitags	**14:00 – 17:00 Uhr**	Tanzcafé **Kosten: 5 €**

Cafeteria
Montag bis Freitag
11 – 18 Uhr
Samstags
14 – 18 Uhr
Sonn- und Feiertags geschlossen

Begegnungs- & Servicezentrum Melange am Römer

Braubachstraße 15b
60311 Frankfurt am Main

Leitung
Judith Steppacher
Telefon: 069 299 807 2295
judith.steppacher@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de

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