



**Programm  
November –  
Dezember  
2023**

# **Aktiv in der Nordweststadt**



**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 Nordweststadt** gefallen.

***Viel Spaß beim Entdecken und Mitmachen!***



Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite  
[www.frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren](http://www.frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren)

## UNSER PROGRAMM NOVEMBER BIS DEZEMBER

---



**Dienstags | 14:15 – 16:30 Uhr**

### **Gedächtnistraining – Gruppe 1**

Es erwarten Sie abwechslungsreiche Aufgaben zum Erhalt einer langen geistigen Fitness.

**Kosten: 3,50 €**

---



**Mittwochs | 10:00 – 11:00 Uhr**

### **Lotsenbüro – wir bieten Orientierung**

Aktuelle Regelungen, Entwicklungen – wir helfen Ihnen weiter. Nutzen Sie unser Beratungsangebot im Stadtteil, telefonisch oder persönlich vor Ort, bei uns erhalten Sie Informationen und Unterstützung – wir sind für Sie da.

---



**Mittwochs | 14:15 – 16:30 Uhr**

### **Gedächtnistraining – Gruppe 2**

Es erwarten Sie abwechslungsreiche Aufgaben zum Erhalt einer langen geistigen Fitness.

**Kosten: 3,50 €**

---



**Donnerstags | 12:30 – 14:00 Uhr**

### **Gemeinsam statt einsam – der bunte Kochtopf**

*Quartiersmanagement Nordweststadt, Evangelische Kirchengemeinde, Smart-Work Frankfurt, Sankt Katharina von Siena*

Jeden Donnerstag findet ein gemeinsames Mittagessen im Tassilo-Sittmann-Haus statt. Es sind alle willkommen, die nicht alleine essen möchten und Gemeinschaft suchen. Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!

**Treffpunkt: Tassilo-Sittmann-Haus, Gerhart-Hauptmann-Ring 398**

**! Für das Projekt suchen wir zudem Unterstützer\*innen!**

**NEU!**



**Donnerstags | 14:15 – 16:30 Uhr**

### **Spielenachmittag – Skat, Rommé ...**

Es sind alle Spielwilligen willkommen, die Spaß und Freude an Brett- und Kartenspielen haben.

**Kosten: 0,50 €**

---



**Freitags | 14:15 – 16:30 Uhr**

### **Skip-Bo – ein spannendes Spiel für geistige Fitness**

Eine herzliche Einladung an alle, die gerne Skip-Bo spielen.

**Kosten: 0,50 €**



**Fr., 03.11. | 15:15 Uhr | Anmeldung bis 23.10.**

### **„Das prickelnde Erbe“ – Führung durch die Villa Mumm**

Die Villa Mumm ist in den Jahren 1902 – 1904 von dem „Champagnerbaron“ Hermann Mumm von Schwarzenstein errichtet worden. Die Mums gehörten zu den einflussreichsten Familien Frankfurts und erbauten am Rande der Stadt ein repräsentatives Objekt. Die Villa und der Park sind heute als Kulturdenkmal geschützt. Seit 1997 nutzt das Bundesamt für Kartographie und Geodäsie das Gebäude. Die Führung besteht aus zwei Teilen, einem Bildervortrag und einer Besichtigung der geschichtsträchtigen Räume.

**Kosten: 7 € Führung; Treffpunkt: 15:15 Uhr – Richard-Straus-Alle 11, direkt am Eingang; Teilnehmer\*innen: 15; Buchungsnr.: 22156-13-2023**



**Mo., 06.11. | 14:15 – 16:30 Uhr**

### **Romménachmittag**

Es sind alle Spielwilligen willkommen, die Spaß und Freude am Kartenspielen haben.

**Kosten: 0,50 €**



**Mi., 08.11. | 09:15 Uhr | Anmeldung erforderlich**

### **Gänseessen in Schotten-Busenborn**

Nach einer eindrucksvollen Fahrt durch das größte zusammenhängende Vulkangebiet Europas erwartet Sie in der Mittagszeit im Gasthaus zum Bilstein in Schotten-Busenborn das Gänseessen. Am Nachmittag besuchen Sie das Städtchen Laubach. Dort besteht Gelegenheit zu einem Spaziergang durch den alten Ortskern und zum Kaffeetrinken im Café Göbel. Am späten Nachmittag erfolgt die Rückfahrt nach Frankfurt.

**Kosten: 25 € Fahrpreis (Vorkasse), zzgl. Verzehrkosten;  
Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung;  
Treffpunkt:**

**09:15 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)**

**09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte**

**09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke;**

**Buchungsnr.: 22156-12-2023**



Fr., 10.11. | 10:00 – 12:00 Uhr

## Nachbarschaftsfrühstück

*In Kooperation mit dem Quartiersmanagement Nordweststadt*

Beginnen Sie den heutigen Tag ganz gemütlich mit einem üppigen Frühstück und lassen Sie sich mit kulinarischen Köstlichkeiten verwöhnen. Treffen Sie Ihre Nachbarn und Bekannte und genießen Sie das reichhaltige Frühstückbuffet in einer entspannten Atmosphäre. Es wird am Platz serviert.

**Kosten: 4 € Verzehrkosten, 3 € Gäste mit Frankfurtpass oder Kulturpass**



Mo., 13.11. | 14:15 – 16:30 Uhr

## Bingonachmittag

Sie spielen gerne? Dann sind Sie bei uns richtig, in der Gruppe macht das Spielen doppelt so viel Freude!

**Kosten: 1 €**



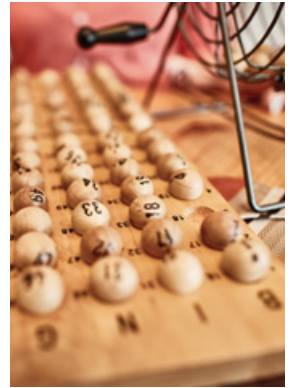
Mo., 20.11. | 14:15 – 16:30 Uhr

## Entspanntes Ausmalen von Mandalas

Kreisbilder faszinieren Menschen in allen Kulturen. In östlichen Glaubensrichtungen haben sie religiöse Bedeutung, in der westlichen Kultur werden sie zu Entspannungszwecken genutzt. Probieren Sie das freie Mandala-Malen mit uns aus. In einer ruhigen Atmosphäre, mit leiser Musik im Hintergrund, hilft das Ausmalen, die Konzentration zu fördern, wirkt beruhigend und dient dem Stressabbau. Malvorlagen und Buntstifte sind ausreichend vorhanden.

**Kosten: 1,50 €**





Mo., 27.11. | 14:15 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 21.11.

### Waffelnachmittag

Lassen Sie sich mit frisch gebackenen Waffeln mit Früchten, Eis und Sahne verwöhnen. Genießen Sie die köstliche Süßspeise und die anregenden Gespräche in der Runde.

**Kosten: Verzehrkosten**



Fr., 01.12. | 10:00 – 12:00 Uhr

### Weihnachtsfrühstück

*In Kooperation mit dem Quartiersmanagement Nordweststadt*

Lassen Sie sich mit einem leckeren Weihnachtsfrühstück verwöhnen und starten Sie mit vielen Köstlichkeiten entspannt in den Tag. Genießen Sie nette Gespräche und zahlreiche Begegnungen in einer lockeren Atmosphäre. Es wird am Platz serviert.

**Kosten: 4 € Verzehrkosten, 3 € Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass**



Mo., 04.12. | 14:15 – 16:30 Uhr

### Bingonachmittag

Sie spielen gerne? Dann sind Sie bei uns richtig, in der Gruppe macht das Spielen doppelt so viel Freude!

**Kosten: 1 €**



**Mo., 11.12. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 06.12.**

## **Weihnachtsnachmittag im Garten – Gruppe 1**

Feiern Sie mit uns zusammen im festlich dekorierten Garten. Bei hereinbrechender Dunkelheit wollen wir der Hektik der Adventstage entfliehen. Es zählt nur das Hier und Jetzt! Genießen Sie die frühabendliche Atmosphäre bei Kerzenschein und Weihnachtsmusik, begleitet durch den Akkordeonspieler Frank Waas. Lassen Sie sich am Anschluss die frische Grillbratwurst und den heißen Glühwein oder Punsch gut schmecken.

**Kosten: Kostenlos; Teilnehmer\*innen: max. 12**



**Mo., 18.12. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 12.12.**

## **Weihnachtsnachmittag im Garten – Gruppe 2**

Feiern Sie mit uns zusammen im festlich dekorierten Garten. Bei hereinbrechender Dunkelheit wollen wir der Hektik der Adventstage entfliehen. Es zählt nur das Hier und Jetzt! Genießen Sie die frühabendliche Atmosphäre bei Kerzenschein und Weihnachtsmusik, begleitet durch den Akkordeonspieler Frank Waas. Lassen Sie sich am Anschluss die frische Grillbratwurst und den heißen Glühwein oder Punsch gut schmecken.

**Teilnehmer\*innen: max.12**



## REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

<b>Dienstags</b>	<b>14:15 – 16:30 Uhr</b>	Gedächtnistraining – Gruppe 1 <b>Kosten: 3,50 €</b>
<b>Mittwochs</b>	<b>10:00 – 11:00 Uhr</b> <b>14:15 – 16:30 Uhr</b>	Lotsenbüro – wir bieten Orientierung Gedächtnistraining – Gruppe 2 <b>Kosten: 3,50 €</b>
<b>Donnerstags</b>	<b>12:30 – 14:00 Uhr</b> <b>14:15 – 16:30 Uhr</b>	Gemeinsam statt einsam – der bunte Kochtopf Spielenachmittag – Skat, Rommé ... <b>Kosten: 0,50 €</b>
<b>Freitags</b>	<b>14:15 – 16:30 Uhr</b>	Skip-Bo – ein spannendes Spiel für geistige Fitness <b>Kosten: 0,50 €</b>

Wir machen Winterpause. Das Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt ist vom 20.12.23 bis zum 02.01.24 geschlossen. Wir wünschen allen unseren Gästen und Ihren Familien ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und ein glückliches und vor allem gesundes neues Jahr 2024!

**Cafeteria**  
Freitags  
14:15 Uhr bis  
16:15 Uhr

### Begegnungs- & Servicezentrum Nordweststadt

Gerhart-Hauptmann-Ring 298  
60439 Frankfurt am Main

#### Leitung

Sabine Harynek  
Telefon: 069 299 807 5522  
sabine.harynek@frankfurter-verband.de  
www.frankfurter-verband.de



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