



**Programm
August –
September
2024**

Aktiv in Fechenheim



**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 Fechenheim** gefallen.

Viel Spaß beim Entdecken und Mitmachen!

**Gemeinsam
Gemeinschaft
schaffen**

–
**dank Ihrer
Spende!**

Unterstützen Sie unsere wertvolle Arbeit durch einen finanziellen Beitrag!

Stichwort: **Spenden Offene Seniorendienste**

Frankfurter Volksbank Rhein/Main eG

IBAN: **DE93 5019 0000 0500 3780 00**

BIC: **FFVBDEFF**

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



UNSER PROGRAMM AUGUST BIS SEPTEMBER



Fechenheim auf Rädern – Rikschafahrten am Main entlang

In Kooperation mit der TSG Fechenheim 1860 und Radeln ohne Alter

Wir laden Sie herzlich ein die Natur und die schönen Ecken Fechenheims mit Wind im Haar zu genießen. Ehrenamtliche Pilot*innen fahren mit Ihnen für ca. ein bis zwei Stunden eine Tour am Main entlang. Für weitere Informationen zu den kostenfreien Rikschafahrten und Anmeldung rufen Sie uns an. Die Pilot*innen freuen sich auf Sie!

⚠ *Individuelle Terminvereinbarung*



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr Fechenheimer Foto-Freunde

Der Hobbyfotograf Jürgen Gries möchte mit aktiven Fotobegeisterten den eigenen Stadtteil und die weitere Umgebung fotografisch erlebbar machen, das Auge schulen, Tipps zur Technik geben und das Ganze in einer netten Gemeinschaft.

⚠ *Jeden 2. Montag: Fototheorie, Thema und Ziel der Exkursionen festlegen, Bilderbesprechung.*

Jeden 4. Montag: Gemeinsam unterwegs und fotografieren.

Die Teilnahme an den Exkursionen erfolgt auf eigene Verantwortung.



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr

Lotsenbüro

Sie suchen das passende Ehrenamt oder die richtige Anlaufstelle? Wir helfen Ihnen weiter! Nutzen Sie unser Beratungsangebot im Stadtteil telefonisch oder vor Ort, bei uns erhalten Sie Informationen oder konkrete Unterstützung.

⚠ *mit Terminvereinbarung*



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr

In Kontakt mit Familie und Freunden – mit dem Smartphone oder Tablet

Sie sind Einsteiger*in in der Smartphone-Nutzung und möchten mehr als nur telefonieren? Mit einem/r Helfer*in lernen Sie die Möglichkeiten der digitalen Kommunikation kennen und üben deren Nutzung.

1. Termin: Mit dem Smartphone E-Mails verschicken, empfangen und verwalten.

Folgetermine zur Wiederholung und zu weiteren Themen wie: WhatsApp und Videotelefonie wöchentlich möglich. 8 – 10 Termine.



Mittwochs | 14:00 – 16:30 Uhr

Mittwoch ist Spieletag!

„Beim Spiel kann man einen Menschen in einer Stunde besser kennenlernen als im Gespräch in einem Jahr“ (Platon). Haben Sie Lust auf Skat, Rummikub, Kniffel oder Bingo? Spiele verbinden und machen einfach Spaß! Weitere Mitspieler und Mitspielerinnen sind herzlich willkommen. Ihr Lieblingsspiel ist nicht dabei? Sprechen Sie uns an, wir freuen uns auf Ihre Ideen!



Mittwochs | 19:00 – 22:00 Uhr

Doppelkopf am Abend

Haben Sie Lust auf Doppelkopf in lockerer Runde? Wir suchen noch weitere Mitspielerinnen und Mitspieler. Ob Fortgeschrittene, Kenner oder Wiedereinsteiger – bei Interesse bitten wir um Anmeldung. Im Mittelpunkt stehen für uns Spaß und Freude am Spiel. Leitung: Dorothea Kronenberger



Donnerstags | 10:00 – 13:00 Uhr

Kultur-Touren

Kooperationsprojekt „Places to see“

Wir begeben uns auf eine Frankfurter Kultur-Entdeckungsreise! Jeden Monat besuchen wir eines der Museen oder eine kulturelle Einrichtung, verbunden mit einer Führung und kreativem Austausch. Das Angebot richtet sich an Kunst- und Kulturinteressierte, Unerfahrene, Neugierige, die in einer aktiven Gruppe (wieder) mehr Kultur erleben möchten.

! Der Eintritt und die Führung sind kostenfrei.

Kosten für den ÖPNV sind selbst zu tragen.

Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.

Die Führungen dauern in der Regel 1 Stunde + Ab- und Rückfahrt.

Nähere Informationen zur Abfahrtszeit und zum Treffpunkt erfolgen bei der Anmeldung.



Freitags | 10:00 – 13:00 Uhr

Computer für Fechenheim 65+

Sie haben bisher kein Gerät oder Internetzugang und möchten mal etwas „googlen“, sich ein Erklärvideo anschauen, oder die Fechenheimer Online Zeitung „mainkur:ier“ lesen? Dann sind Sie bei uns richtig! Ein Laptop steht für Interessierte frei zur Verfügung und ein/e Helfer*in begleitet und unterstützt Sie bei den ersten Schritten und beantwortet Ihre Fragen. Ohne Vorkenntnisse und Technikwissen. Einfach mal probieren!

! mit Terminvereinbarung



Fr., 02.08. | 14:30 – 17:30 Uhr | Anmeldung bis 29.07.

**Willkommen zum Sommerfest Frankfurter Art:
Äppelwoi, Handkäs' und Musik!**

Tauchen Sie ein in eine Atmosphäre voller Freude, in der wir gemeinsam in Rot und Weiß feiern. Genießen Sie Live-Musik von Jörg Ratz, bei der Sie mitsingen, schunkeln und tanzen können, mit köstlichen Frankfurter Spezialitäten.

Kosten: 3 €



Do., 08.08. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kultur-Touren „Weltkulturen Museum“

Kooperationsprojekt „Places to see“

„Welchen Einfluss hat unsere Umgebung auf unsere Hörwahrnehmung? In welchem Verhältnis stehen Umwelt, Klang, Mensch und Musik? In der Ausstellung „Klangquellen“ werden diese Fragen beleuchtet. Im Mittelpunkt stehen Klänge, ihre kulturelle Verwendung, Interpretation und Bedeutungen.“

Ort: Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Teilnehmer*innen: Max. 15

! *Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.*



Di., 13.08. | 10:00 – 12:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Brunch und Begegnung

Zu unserem späten Frühstück möchten wir regelmäßig Nachbarn zum näheren Kennenlernen und Austausch einladen. Was gibt es Neues im Stadtteil? Wer macht was? Wie kann ich Fechenheim mitgestalten?

Kosten: 5 €



Do., 15.08. | 10:00 – 14:00 Uhr | Anmeldung bis 09.08.

Vor der Tür – Urlaub in der Stadt

Der Schwedlersee ist eine kleine Oase am Osthafen; ein Mini-Biotop mit zahlreichen Wasservögel und Fischarten, ein Vereinsbadesee mit einem Restaurant in natürlicher Atmosphäre. Ob Naturliebhaber*in, Hobbyfotograf*in oder Feinschmecker*in. Gemeinsam wollen wir ein paar Stunden entspannen, genießen und speisen.

Bitte beachten: Das Baden ist nur Vereinsmitgliedern gestattet!

Teilnehmer*innen: Max. 15



Di., 20.08. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kochtreff „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Christa May

Gemeinsam planen, kochen und essen – das verbindet.

Das Treffen zur Planung findet am Freitag, 16.08. um 11:00 Uhr statt.

Gemeinsam Kochen am Dienstag, den 20.08.

Sie möchten nur zum Essen kommen? Sehr gerne.

Bitte melden Sie sich hierzu an.

Kosten: Je nach Menü



Gemeinsam Gemeinschaft schaffen – dank Ihrer Spende!

Mit großem Engagement unterstützen wir ältere Menschen in Frankfurt am Main – durch unsere Angebote zu Bewegung, digitaler Technik, Kultur, Begegnung und vielem mehr. Das lebendige Miteinander soll allen offen stehen, unabhängig von der finanziellen Situation des Einzelnen.

Unterstützen Sie unsere wertvolle Arbeit durch einen finanziellen Beitrag! Jede Spende ist willkommen und hilft, Leben ein Stück lebenswerter zu gestalten.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Stichwort: **Spenden Offene Seniorendienste**

Frankfurter Volksbank Rhein/Main eG
IBAN: DE93 5019 0000 0500 3780 00
BIC: FFVBDEFF



**FRANKFURTER
VERBAND**



Fr., 23.08. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 19.08.

Babbelstund' vor der Tür

Nach einigen Monaten Bauzeit ist die Neugestaltung des beliebten Heinrich-Kraft-Parks abgeschlossen und das ist einen Besuch wert. Wir verlagern unsere Babbelstund' in den Park und genießen bei einem kleinen Picknick die frische Waldluft. Zu Fuß, mit dem Bus oder mit unserer Fahrradrickscha. Toiletten sind vorhanden.



Sa., 24.08. | 11:00 – 14:00 Uhr

Hey Fechenheim, wir putzen dich heraus!

Ab 11:00 Uhr sind Fechenheimerinnen und Fechenheimer zum gemeinsamen Müllsammeln auf den Wegen und Plätzen, Straßen und Gassen unterwegs.

Treffpunkt: Paulibrunnen am Linneplatz.

Im Anschluss, ca. 13:00 Uhr lädt das Begegnungs- und Servicezentrum zu Kaffee, Kuchen und Austausch ein.

**Kontakt: Leonore Vogt, 069 24751496911,
leonore.vogt@diakonie-frankfurt-offenbach.de**

! Veranstalter: Quartiersmanagement Fechenheim + Regionalrat Fechenheim



Mi., 28.08. | 15:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Wir spielen Bingo!

Ein unterschätztes Spiel! Bingo macht einfach Spaß, jede und jeder kann mitmachen und auch jederzeit dazu kommen. Und für die Konzentration tut man auch noch was. Schnuppern Sie rein!

Kosten: 1 €





Fr., 30.08. | 19:00 – 22:00 Uhr | Anmeldung bis 23.08.

Juttas offene Bühne

Jutta Loskill eröffnet, moderiert und begleitet den musikalischen Abend. Die offene Bühne bietet musikalische Begegnung aller Art. Musiker*innen, Sänger*innen, sowie Publikum sind herzlich willkommen. Ein Klavier und ein Verstärker sind vorhanden. Eigene Instrumente, Noten und gute Schwingungen können gerne mitgebracht werden.

Anmeldungen bitte über das Begegnungs- und Servicezentrum.

! *Fragen zur musikalischen Gestaltung des Abends beantwortet Jutta Loskill gerne per Email: jloskill@t-online.de*



Di., 03.09. | 09:30 – 19:30 Uhr | Anmeldung bis 26.08.

Ahoi! Mit dem Schiff von Fechenheim nach Seligenstadt

Immer wieder einen Besuch wert: Die Einhardsbasilika, kleine Gassen, verträumte Winkel und farbenprächtige Fachwerkhäuser aus verschiedenen Epochen in Seligenstadt. Ein geführter Rundgang zum näheren Kennenlernen ist möglich.

Kosten: Schifffahrt 26 €

Treffpunkt: Anlegestelle Fechenheim Arthur-von-Weinberg-Steg

Teilnehmer*innen: 20

! *Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.*



Di., 10.09. | 10:00 – 14:00 Uhr | Anmeldung bis 04.09.

Kochtreff für Männer

„Schulter an Schulter mit Schürze, Schöpfkelle und Schoppe“. Gemeinsam kochen mit dem Hobbykoch Georg Weißler. Das Menü kann ab August erfragt werden.

Kosten: je nach Menü



Do., 12.09. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kultur- Touren „Senckenberg Naturmuseum“

Kooperationsprojekt „Places to see“

Von der Tiefsee – dem größten Lebensraum der Erde – bis zur Artenvielfalt in luftiger Höhe: Bei einer Highlight-Führung erwarten uns viele wissenswerte, unterhaltsame und vielleicht auch überraschende Geschichten und Hintergründe zu ausgewählten Exponaten.

Ort: Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben

Teilnehmer*innen: Max. 10

! *Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.*



Di., 17.09. | 10:00 – 12:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Brunch und Begegnung

Zu unserem späten Frühstück möchten wir regelmäßig Nachbarn zum näheren Kennenlernen und Austausch einladen. Was gibt es Neues im Stadtteil? Wer macht was? Wie kann ich Fechenheim mitgestalten?

Kosten: 5 €



Do., 19.09. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 16.09.

Bewegte Zeiten! Lesung

Die Gruppe SpätLese liest eigene Texte. „Zwischen Patriarchat und Emanzipation, zwischen Krieg und Frieden, zwischen Verlust und Neugewinn, zwischen Familie und Einsamkeit – da war ein ganzes Leben zu gestalten. Unser Leben – zwischen Chancen und Enge, zwischen Zuversicht und Verschwiegenem ... Nun sind wir um die 70 und blicken zurück – auf bewegte Zeiten.“



Fr., 20.09. | 14:30 – 17:30 Uhr | Anmeldung bis 16.09.

Ahoi, Freunde an Bord – mit dem Shanty-Chor Eschersheim

Im September wird es im Begegnungs- und Servicezentrum traditionell maritim. Für den richtigen Rhythmus und die musikalische Seereise haben wir den bekanntesten und beliebtesten Shanty-Chor Eschersheim eingeladen. Feiern Sie mit!

Kosten: 3 €

Teilnehmer*innen: Max. 40



Mi., 25.09. | 15:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Wir spielen Bingo!

Ein unterschätztes Spiel! Bingo macht einfach Spaß, jede und jeder kann mitmachen und auch jederzeit dazu kommen. Und für die Konzentration tut man auch noch was. Schnuppern Sie rein!

Kosten: 1 €



Fr., 27.09. | 14:00 – 16:00 Uhr | Bitte mit Anmeldung

Babbelstund' im Zentrum

Ei Gude, Wie? Einfach mal „babbeln“ ist das Motto und der Wunsch von Besucher*innen des Zentrums. In lockerer Runde möchten wir monatlich ins Gespräch kommen und uns austauschen. Ob zu aktuellen Ereignissen, zu Themen rund um das Älterwerden oder, oder ...

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**

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 – 13:00 Uhr	Lotsenbüro
	10:00 – 12:00 Uhr	„Fechenheimer Foto-Freunde“, 2. und 4. Montag
	10:00 – 13:00 Uhr	Wege ins Netz, 1. und 3. Montag
	14:00 – 16:30 Uhr	Handarbeitskreis „Fechenheimer Wolltat“
Dienstags	10:00 – 14:00 Uhr	Kochtreff: „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Kosten: Je nach Menü, 2-monatlich
	10:00 – 14:00 Uhr	Kochtreff für Männer Kosten: Je nach Menü, 2-monatlich
	10:00 – 12:00 Uhr	Brunch und Begegnung Kosten: 5 €, monatlich
Mittwochs	14:00 – 16:30 Uhr	Skat, Kniffel & Co.
	14:00 – 16:30 Uhr	Rummik(l)ub, 2. Mittwoch im Monat
	15:00 – 16:00 Uhr	Wir spielen Bingo! Kosten: 1 €, monatlich
	19:00 – 22:00 Uhr	Doppelkopf am Abend, 14- täglich
Donnerstags	10:00 – 13:00 Uhr	Kultur-Touren, monatlich
Freitags	10:00 – 11:00 Uhr	Gedächtnistraining – Quiz und Rätsel Kosten: 1,50 €
	10:00 – 13:00 Uhr	Computer für Fechenheim 65+
	14:00 – 16:00 Uhr	Babbelstund' im Zentrum, monatlich

Begegnungs- & Servicezentrum Fechenheim

Alt-Fechenheim 89
60386 Frankfurt am Main

Leitung

Naoual Alyarrudi
Telefon: 069 299 807 2216
naoual.alayarrudi@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de



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