



**Programm
Januar –
Februar
2025**

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!

**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 JANUAR BIS FEBRUAR



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!



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 €



Mo., 06.01. | 14:15 – 16:30 Uhr

Singkreis

Gemeinsam Zeit verbringen, Erlebtes miteinander teilen und bekannte Volks- und Wanderlieder singen. Die Freude am gemeinsamen Singen steht bei uns im Vordergrund.

Kosten: 1,50 €



Mo., 13.01. | 14:15 – 16:30 Uhr

Romménachmittag

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

Kosten: 0,50 €



Fr., 17.01. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung bis 13.01.

Neujahrsfrühstück

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: 5 €, 3 € Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass



Mo., 20.01. | 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 zur 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., 27.01. | 14:30 – 15:45 Uhr | Anmeldung bis 20.01.

Wilhelm Steinhausen – Führung durch das Atelier und das Wohnhaus des Malers

Wilhelm Steinhausen war ein deutscher Maler und Lithograph. Er wohnte und arbeitete über 40 Jahre in seinem Haus in Frankfurt-Westend. Seine Werke sind sehr vielfältig, sie umfassen Porträt- und Landschaftsmalereien, er illustrierte Märchen und dekorierte einige Westend-Villen mit Wandgemälden.

Das kleine Museum beherbergt das einzige original erhaltene Maleratelier aus dem 19. Jahrhundert in der Rhein-Main-Region. Die Führung bietet Ihnen interessante Einblicke in das Leben und Schaffen des Künstlers.

Kosten: 6 €

Treffpunkt: 14:30 Uhr, Wolfgangstraße 152

Buchungsnr.: 22156-01-2025

! Das Museum ist nicht barrierefrei



Mo., 03.02. | 14:15 – 16:30 Uhr

Singkreis

Gemeinsam Zeit verbringen, Erlebtes miteinander teilen und bekannte Volks- und Wanderlieder singen. Die Freude am gemeinsamen Singen steht bei uns im Vordergrund.

Kosten: 1,50 €



Mo., 10.02. | 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 €



Do., 13.02. | 14:15 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 10.02.

Vom Dom zum Kaisersaal – Lichtbildvortrag

Der Wiederaufbau der Frankfurter Altstadt ermöglicht es den historischen Krönungsweg deutscher Kaiser und Könige nachzuvollziehen und verschiedene Facetten der Stadtgeschichte kennenzulernen. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Bildervortrag mit Herrn Reichmann.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.



Mo., 17.02. | 14:15 – 16:30 Uhr

Romménachmittag

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

Kosten: 0,50 €



Mo., 24.02. | 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 zur 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 €





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: FFBDEFF



**FRANKFURTER
VERBAND**

REGELMÄSSIGE ANGBOTE

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

Wir wünschen allen unseren Gästen
ein frohes und gesundes neues Jahr!

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