



**Programm
Januar –
März 2025**

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 JANUAR BIS MÄRZ



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

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.



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr

Fechenheimer Foto-Freunde

Der Hobbyfotograf Jürgen Gries lädt aktive Fotobegeisterte ein, den eigenen Stadtteil und die Umgebung fotografisch zu entdecken und erlebbar zu machen. Dabei geht es um das Schulen des Blicks, den Austausch über Technik und das gemeinsame Erleben in einer angenehmen 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 | Anmeldung erforderlich

Computer für Fechenheim 65+

Sie haben keinen Computer, möchten aber „googlen“, ein Erklärvideo schauen oder die Fechenheimer Online-Zeitung „mainkur:ier“ lesen? Bei uns steht ein Laptop bereit! Eine Helferin oder ein Helfer begleitet Sie bei den ersten Schritten und beantwortet Ihre Fragen – ganz ohne Vorkenntnisse. Einfach ausprobieren!



Montags | 14:00 – 16:00 Uhr

Offener Strick-Treff ab 13. Januar 2025

Nach 15 Jahren wärmender Wohltaten für Wohnsitzlose und kreativer Handarbeiten für das Fischerfest und den Adventsbasar legt der Handarbeitskreis „Fechenheimer Wolltat“ aus organisatorischen Gründen eine Pause ein. Wir möchten aber weiterhin die Möglichkeit bieten, in lockerer Runde für sich selbst oder für andere zu stricken, zu häkeln oder einfach nur dabei zu sein.

NEU!



Dienstags | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

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 €



Mittwochs | 10:00 – 13:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Wege ins Netz – mit dem Smartphone oder Tablet

Sie sind Einsteiger*in in der Smartphone-Nutzung und möchten mehr als nur telefonieren? Mit Unterstützung einer Helferin oder eines Helfers lernen Sie die digitale Kommunikation kennen. Im ersten Termin geht es um das Verschicken und Verwalten von E-Mails. Weitere Themen wie WhatsApp, Videotelefonie und Wiederholungen folgen. Der Kurs umfasst 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*innen sind herzlich willkommen. Ihr Lieblingsspiel ist nicht dabei? Sprechen Sie mit uns – wir freuen uns auf Ihre Ideen!

! Am letzten Mittwoch im Monat widmen wir uns ganz dem Bingo!





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“

Die Frankfurter Kultur-Entdeckungsreise geht in 2025 weiter! 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, lediglich die ÖPNV-Kosten sind selbst zu tragen. Ermöglicht durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt. Die Führungen dauern ca. 1 Stunde zzgl. An- und Abreise. Weitere Infos zu Abfahrtszeit und Treffpunkt erhalten Sie bei der Anmeldung.



Donnerstags | 10:00 – 13:00 Uhr

„Über Fechenheim hinaus“

Nach unseren Ausflügen „Vor der Tür“ wollen wir nun auch monatlich die angrenzenden Stadtgebiete Offenbach, Bergen- Enkheim und Riederwald erkunden. Wir möchten herausfinden, was es in dieser erweiterten Nachbarschaft zu entdecken gibt, sei es Ausstellungen, innovative Projekte oder Sehenswürdigkeiten.

! Die Kosten für den ÖPNV sind selbst zu tragen.

NEU!



Freitags | 11:30 – 12:30 Uhr

Gedächtnistraining – Quiz und Rätsel für Einsteiger*innen ab 17. Januar

Wollten Sie schon mal zum regelmäßigen Gedächtnistraining gehen, haben sich aber nicht getraut? Dann schnuppern Sie doch in unser Einstiegsangebot. Die Übungen sind für AnfängerInnen zum Kennenlernen, ohne Leistungsdruck – dafür mit viel Spaß und Freude.

Kosten: 1,50 €

NEU!



Freitags | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Babbelstund' im Zentrum

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



Mi., 08.01. | 16:30 – 18:30 Uhr | Anmeldung erforderlich

Doppelkopfkurs für EinsteigerInnen

Wer neugierig ist, Interesse an Taktik und Strategie hat sowie dem Kopf neue Aufgaben stellen möchte, ist beim Doppelkopf richtig – das gilt für Jung und Alt! Zwei versierte und begeisterte Doppelkopfspieleurinnen werden Ihnen spielend die Grundregeln für dieses großartige Kartenspiel beibringen.

Kontakt: Nikola Madeisky, 0692998062216, nikola.madeisky@web.de

⚠ Ein Neueinstieg ist auch noch am 29. Januar 2025 möglich, danach – am 12.02., 26.02., 12.03. und 26.03. – üben und spielen wir in der bestehenden Runde. Mit Nikola Madeisky und Ute Reischle-Schedler.



Fr., 10.01. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Babbelstund' im Zentrum

Ei Gude, Wie? In lockerer Runde kommen wir ins Gespräch und tauschen uns aus – sei es zu aktuellen Ereignissen, zu Themen rund um das Älterwerden oder, oder ...



Di., 14.01. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Brunch und Begegnung mit Valerie von Klaß

Zu unserem späten Frühstück ist die Theaterpädagogin Valerie von Klaß zu Gast. Sie wird uns ihr geplantes Theaterprojekt für Seniorinnen und Senioren vorstellen.

Kosten: 5 €



Do., 16.01. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 13.01.

Winterzeit = Bastelzeit: Buchumschäge für Kalender

Wir möchten unsere neutralen Kalender oder Notizbücher für das neue Jahr verschönern – sei es mit buntem Stoff, Filz, Stickereien oder Dekobändern. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Material ist vorhanden.

Kosten: 2,50 €



Di., 21.01. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kochtreff „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Christa May

Gemeinsam planen, kochen und essen – das verbindet. Sie möchten nur zum Essen kommen? Sehr gerne. Bitte melden Sie sich hierzu an.

Kosten: Je nach Menü

Teilnehmer*innen: Max.: 20

! *Das Menü und die Kosten können bei Anmeldung erfragt werden.*



Mi., 29.01. | 15:00 – 16:00 Uhr | **Anmeldung erforderlich**

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 €



Di., 04.02. | 10:00 – 12:00 Uhr | **Anmeldung erforderlich**

Brunch und Begegnung

Zu unserem späten Frühstück im Februar widmen wir uns einem Ausblick auf geplante Begegnungen mit Gästen und Veranstaltungen im Stadtteil.

Kosten: 5 €



Do., 06.02. | 10:00 – 13:00 Uhr | **Anmeldung bis 29.01.**

„Über Fechenheim hinaus“ – Haus der Stadtgeschichte Offenbach

Wir besuchen die Wanderausstellung „Made in Hessen“ – In der 1-stündigen Führung erwarten uns die Highlights hessischer Industriegeschichte(n). „Weltbekannte, bahnbrechende und manchmal auch unscheinbare Erfindungen erzählen die Geschichten hessischer Unternehmen.“

Kosten: 5 € für Eintritt und Führung

Teilnehmer*innen: 15



Di., 11.02. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kochtreff für Männer

„Schulter an Schulter mit Schürze, Schöpfkelle und Schoppe“
Gemeinsam kochen mit dem Hobbykoch Georg Weißler.

Kosten: je nach Menü €

! *Das Menü und die Kosten können bei der Anmeldung erfragt werden.*



Do., 13.02. | 10:00 – 13:00 Uhr | Anmeldung bis 05.02.

Kultur-Touren:

Die Paulskirche „Demokratie, Debatte, Denkmal“

Kooperationsprojekt „Places to see“

Seit 2022 präsentiert eine moderne digitale Ausstellung die Baugeschichte der historischen Paulskirche. Bei einem Rundgang erfahren wir Wissenswertes über das Ausstellungsprojekt; einer Kooperation des Deutschen Architekturmuseums, des Historischen Museums und des Instituts für Stadtgeschichte.

Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Teilnehmer*innen: Max. 15

! Die Führung ist kostenfrei. Kosten für den ÖPNV sind selbst zu tragen. Ermöglicht und gefördert wird das Projekt durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.



Fr., 14.02. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Babbelstund' im Zentrum

Ei Gude, Wie? In lockerer Runde kommen wir ins Gespräch und tauschen uns aus – sei es zu aktuellen Ereignissen, zu Themen rund um das Älterwerden oder, oder ...



Mi., 19.02. | 14:30 – 17:30 Uhr | Anmeldung bis 14.02.

Jetzt kimmt se uff de Kopp de Kapp – Faschingsfeier in der Langgass'

Es wird wieder geschunkelt, getanzt und gelacht. Feiern Sie mit uns die Fassenacht – mit dem beliebten Musiker Jörg Ratz. Wir freuen uns auf Ihren Besuch, auf bunte Kostüme und närrische Vorträge.

Kosten: 3 €

! Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.



Sa., 22.02. | 11:00 – 14:00 Uhr

Hey Fechenheim, wir putzen dich heraus!

Das erste Mal im neuen Jahr treffen sich um 11:00 Uhr Fechenheimer*innen zum gemeinsamen Müllsammeln auf den Wegen und Plätzen, Straßen und Gassen. 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., 26.02. | 15:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

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., 28.02. | 14:00 – 16:00 Uhr

Aktion: Ein herzliches Hallo aus dem Zentrum!

NEU!

Langjährige Besucher*innen unseres Begegnungszentrums sind gefragt! Wir brauchen Ihre Erfahrung und Mitarbeit! Gemeinsam mit Ihnen möchten wir eine schöne Idee entwickeln, wie wir ehemaligen Teilnehmer*innen, die aufgrund von Umzügen oder Mobilität nicht mehr vor Ort sein können, eine Freude bereiten können. Kommen Sie vorbei, teilen Sie Ihre Vorschläge und tauschen Sie Erinnerungen und die Zentrumserlebnisse der letzten Jahre aus.

! Weitere Termine sind gewünscht und werden mit Interessierten verabredet.



Di., 04.03. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Brunch und Begegnung mit Nikolaos Tsakmakis

Zu unserem späten Frühstück möchten wir erfahren: Was gibt es Neues in Fechenheim-Nord? Zu Gast ist Nikolaos Tsakmakis, Quartiersmanagement Fechenheim-Nord im „Frankfurter Programm – Aktive Nachbarschaft“.

Kosten: 5 €



Mi., 05.03. | 14:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 24.02.

„Über Fechenheim hinaus“ – Stadtbibliothek Offenbach

Wir besuchen das neue Angebot „MakerSpace“ in der Bibliothek, das Jung und Alt zum kreativen Arbeiten einlädt. Ob mit einem 3D-Drucker, Schneidplotter, Lasercutter, einer Nähmaschine oder der Stickmaschine. Auch können Schallplatten, Musikkassetten, Dias und Fotos digitalisiert werden.

Teilnehmer*innen: 10

! Kosten für den ÖPNV sind selbst zu tragen.



Fr., 07.03. | 19:00 – 22:00 Uhr | Anmeldung bis 03.03.

Juttas Offene Bühne

Die Offene Bühne bietet musikalische Begegnung aller Art! Jutta Loskill moderiert und begleitet den unterhaltsamen Abend. Musiker*innen, Sänger*innen und Zuhörer*innen sind herzlich willkommen! Wir freuen uns auf Spiellust, Zusammensein und gute Schwingungen!

! *Wer mitspielen will, bringt eigene Instrumente oder Noten mit. Ein Klavier und ein Verstärker sind vorhanden.*



Fr., 14.03. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Babbelstund' im Zentrum

Ei Gude, Wie? In lockerer Runde kommen wir ins Gespräch und tauschen uns aus – sei es zu aktuellen Ereignissen, zu Themen rund um das Älterwerden oder, oder ...



Di., 18.03. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kochtreff „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Christa May

Gemeinsam planen, kochen und essen- das verbindet. Sie möchten nur zum Essen kommen? Sehr gerne. Bitte melden Sie sich hierzu an.

Kosten: Je nach Menü

Teilnehmer*innen: Max.: 20

! *Das Menü und die Kosten können bei Anmeldung erfragt werden.*



Do., 20.03. | 10:00 – 13:00 Uhr | Anmeldung bis 13.03.

Kultur-Touren: Deutsches Filmmuseum

Kooperationsprojekt „Places to see“

„Auf zwei Stockwerken präsentiert die Dauerausstellung spannende Exponate, bedienbare Modelle historischer Apparaturen und interaktive Stationen. Große Filmprojektionen laden Sie ein, das bewegte Bild zu erkunden und machen die Faszination des Mediums Film erfahrbar.“

Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Teilnehmer*innen: Max. 15

! *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.*



Mi., 26.03. | 15:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

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 €

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!

Fachbereich: Freiwilliges Engagement

Peter Gehweiler Tel.: 069 299 807 2353
Christine Fischer Tel.: 069 299 807 2352
ehrenamt@frankfurter-verband.de



**FRANKFURTER
VERBAND**

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 – 13:00 Uhr	Lotsenbüro
	10:00 – 13:00 Uhr	Fechenheimer Foto-Freunde, 2. und 4. Montag
	10:00 – 13:00 Uhr	Computer für Fechenheim 65+
	14:00 – 16:00 Uhr	Offener Strick-Treff
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	10:00 – 13:00 Uhr	Wege ins Netz, 14-täglich
	14:00 – 16:30 Uhr	Skat, Kniffel & Co.
	15:00 – 16:30 Uhr	Rummik(l)ub, 2. Mittwoch im Monat
	15:00 – 16:00 Uhr	Wir spielen Bingo! Kosten: 1 €, letzter Mittwoch im Monat
Donnerstags	19:00 – 22:00 Uhr	Doppelkopf am Abend, 14-täglich
	10:00 – 13:00 Uhr	Kultur-Touren, monatlich
Freitags	10:00 – 13:00 Uhr	„Über Fechenheim hinaus“, monatlich
	10:00 – 11:00 Uhr	Gedächtnistraining – Quiz und Rätsel Kosten: 1,50 €
	11:30 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining – Quiz und Rätsel für Einsteiger*innen Kosten: 1,50 €
	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