Programm
Juli – August
2025

Aktiv in Preungesheim

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 **Begegnungszentrum Preungesheim** 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 JULI BIS AUGUST

Di., 01.07. | 15:00 – 17:00 Uhr

Schokoladengenuss am Schokoladenbrunnen

Karin Behrens berichtet über die Geschichte der Schokolade. Dabei wird der Schokoladenbrunnen mit frischem Obst für Kostproben zum Einsatz kommen. Zudem gibt es eine Kaffeetafel mit frischgebackenen Waffeln.

Di., 08.07. | 15:00 – 17:00 Uhr

Lesung: „Mein Urgroßvater und ich“

Ricarda Grünberg liest aus einem Buch von James Krüss. Der Urgroßvater, ein ehemaliger Hummerfischer und sein Urenkel leben auf der Insel Helgoland. Lassen Sie sich unterhalten!

Di., 15.07. | 15:00 – 17:00 Uhr

Quiznachmittag

Lassen sich sich vom Quiz „des unnützen Wissens“ überraschen und unterhalten.

Di., 22.07. | 13:30 – 17:00 Uhr

Ausflug in den Chamissogarten

Fahrt mit dem Chaffeurservice in einen artenreichen und blühenden Garten in Eschersheim. Im Gartencafé werden Sie mit leckerem selbstgebackenen Kuchen und Kaffee/Tee verwöhnt.

Kosten: 8 € für die Fahrt, Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Di., 29.07. | 15:00 – 17:00 Uhr

„Bingo-Spiel“

Mit viel Spaß und kleinen Gewinnen.

Di., 05.08. | 15:00 – 17:00 Uhr

„Haben Sie heute schon gelacht?“

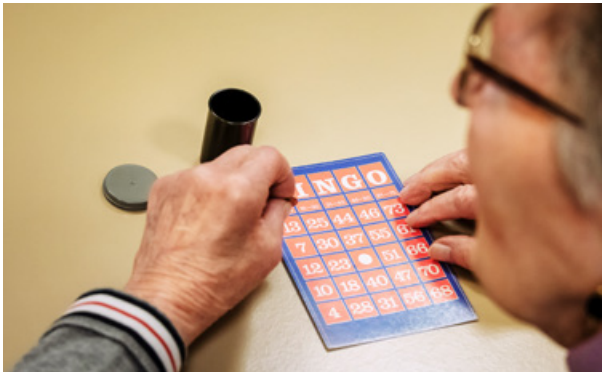
Schnuppern Sie in das Lachyoga mit Carmen Nothnagel. Lachyoga funktioniert ohne Witz, Humor oder Comedy. Im Sitzen werden Ihnen leichte Übungen gezeigt – lassen Sie sich überraschen.

Di., 12.08. | 14:30 – 17:00 Uhr

Schenk- und Tauschcafè

Kleidung, Schmuck und Haushaltsgegenstände in gutem Zustand werden verschenkt bzw. getauscht. So machen Sie sich selbst und anderen eine Freude und vermeiden Müll. Genießen Sie selbstgebackenen Kuchen in geselliger Runde.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.



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

Do., 28.08. | 11:00 – 14:00 Uhr

Gemeinsam kochen – gemeinsam essen

Beim gemeinsamen Kochen werden jeden Monat verschiedene Rezepte ausprobiert. Barbara Hedtmann, eine erfahrene Köchin und Pädagogin begleitet dabei. Wir freuen uns auf Sie!

Kosten: 6 €

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

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	**14:30 – 16:30 Uhr**	Treffen der an Parkinson Erkrankten und ihren Angehörigen, ***monatlich***
	18:00 – 19:00 Uhr	„Tai Chi & Qi Gong“ – zertifizierter Gesundheitskurs **Kosten: 90 €**
Dienstags	**15:00 – 17:00 Uhr**	Treffpunkt der Senioren **Kosten: 10 € im Monat**. ***Findet nicht statt am 19. und 26.08.***
	18:00 – 20:00 Uhr	Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz, ***monatlich***
Mittwochs	**19:00 – 20:00 Uhr**	Lachyoga – für mehr Freude und Lachen im Leben **Kosten: 3 €**
Donnerstags	**10:30 – 12:00 Uhr**	Ganzheitliches Gedächtnistraining **Kosten: 4 € pro Termin**
	11:00 – 14:00 Uhr	Gemeinsam kochen – gemeinsam essen **Kosten: 6 €**, ***monatlich***
Freitags	**09:30 – 11:30 Uhr**	Internationales Frauen-Frühstück **Kosten: 4 € pro Termin, *14-täglich***

Begegnungszentrum Preungesheim

Jaspertstraße 11
60435 Frankfurt am Main

Leitung
Gabriele Wahn
Telefon: 069 299 807 2242
gabriele.wahn@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de

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