Programm

Juni – Juli 2025

Aktiv im Riederwald

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 Riederwald** 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 JUNI BIS JULI

Dienstags | 09:30 – 10:30 Uhr

Aktiv bis 100

Aktiv bis 100

Erleben Sie mit Gleichaltrigen unter qualifizierter Anleitung Spaß an der Bewegung. Das Angebot hilft Ihnen mobil zu bleiben, die Muskeln zu stärken, Stürze zu verhindern und das Gedächtnis zu trainieren.

Kosten: 10 € pro Monat

Dienstags | 14:30 – 17:00 Uhr

Tanztreff mit beliebten Livemusikern

Ob Foxtrott, Cha-Cha-Cha oder Walzer – Musik weckt die Lebensgeister und animiert zum Tanzen oder Mitsingen. Kommen Sie vorbei und verbringen Sie mit uns einen Nachmittag in guter Stimmung und netter Gesellschaft.

Kosten: 4 €, Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Dienstags | 19:00 Uhr

Nachbarschaftschor Riederwald

Gesungen wird jeden 2. und 4. Dienstag im Monat ein bunter Mix an Liedern. Jede*r ist willkommen! Es gibt keine falschen Töne!

Mittwochs | 15:00 – 17:30 Uhr

Handarbeitskreis mit Regina

Eigene Socken stricken? Hose flicken? Geschenke häkeln? Handarbeiten für Jung und Alt, für Anfänger*innen und Fortgeschrittene. Handarbeitstechniken erlernen, neue Ideen, Tipps und Anregungen bekommen oder einfach nur gemeinsam handarbeiten; alles ist möglich.

Mittwochs | 15:00 – 17:00 Uhr

Stadtteiltreff

Knüpfen Sie bei Kaffee und Kuchen neue Kontakte oder treffen sich mit Ihren Freund*innen. Anschließend gibt es ein unterhaltsames Programm, das auf die Wünsche der Teilnehmer*innen abgestimmt ist und aktiv mitgestaltet werden kann.

Kosten: 10 € pro Monat oder 3 € pro Termin

Donnerstags | 15:00 – 17:30 Uhr

Riederwälder EisCoffeeeee

Kühlen Sie sich im Sommer mit einem leckeren Eis ab. Neben unserem beliebten Eiscafé erwarten Sie natürlich noch weitere leckere Eisbecher für Jung und Alt. Kommen Sie vorbei und genießen Sie an den folgenden Donnerstagen unsere Eisbecher: 05.06., 12.06., 26.06., 10.07., 24.07., 31.07.
Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Freitags | 13:30 – 15:00 Uhr

Lotsenbüro

Fragen rund um's Älterwerden, das passende Ehrenamt oder die richtige Anlaufstelle – wir helfen Ihnen weiter! Nutzen Sie unser Beratungsangebot im Stadtteil. Vertraulich und persönlich – wir sind für Sie da.

Freitags | 15:30 – 17:30 Uhr

Spieletreff

Rommé, Gesellschaftsspiele und mehr. Wer hat Lust mitzuspielen?
Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Sonntags | 10:00 – 11:30 Uhr

Yoga

Die Utopischen Kapitäne

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene. Bitte bringen Sie eine Matte und evtl. Kissen und Decke mit.

Mi., 11.06. | 12:00 – 14:00 Uhr

NEU!

Offener Mittagstisch / Zusammen stark – gemeinsam statt einsam

Diakonie, N.O.A.H

Der offene Mittagstisch der Kirchengemeinden heißt alle herzlich willkommen, die in Gesellschaft essen und plaudern möchten. Es gibt ein Mittagessen mit Vor- und Hauptspeise, zubereitet vom christl. Caterer „Marthas finest“. Jeden 1.,3. & 4. Mittwoch im Monat im Gemeindesaal der Katholischen Heilig Geist Gemeinde. Jeden 2. Mittwoch im Monat im Begegnungszentrum Riederwald

Kosten: 3,50 €

Do., 26.06. | 16:00 – 17:30 Uhr

Grillnachmittag mit marokkanischen Spezialitäten

Genießen Sie den Sommer bei gegrillten Sosis (Würstchen) und leckerem Couscoussalat. Während wir Sie kulinarisch verwöhnen, können Sie mit Ihrer Freund*in babbeln oder Ihre Nachbar*innen kennen lernen.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

Do., 03.07. | 15:00 – 17:00 Uhr

NEU!

Digital-Treff

Nachbarschaftsbüro Riederwald

Joachim Lorenz nimmt Sie mit in die digitale Welt. An den beiden Terminen im Juli werden Grundlagen zum Umgang mit Laptop, Tablet und Smartphone vermittelt und individuelle Fragen beantwortet. Der Digitaltreff findet jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat statt. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

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

Dienstags	**09:30 – 10:30 Uhr**	Aktiv bis 100 **Kosten: 10 € pro Monat**
	14:30 – 17:00 Uhr	Tanztreff mit beliebten Livemusikern **Kosten: 4 €**
	19:00 Uhr	Nachbarschaftschor Riederwald, ***jeden 2. und 4. Dienstag im Monat***
Mittwochs	**15:00 – 17:30 Uhr**	Handarbeitskreis mit Regina
	15:00 – 17:00 Uhr	Stadtteiltreff **Kosten: 10 € pro Monat oder 3 € pro Termin**
Donnerstags	**15:00 – 17:30 Uhr**	Riederwälder EisCoffeeeee
Freitags	**13:30 – 15:00 Uhr**	Lotsenbüro
	15:30 – 17:30 Uhr	Spieletreff
Sonntags	**10:00 – 11:30 Uhr**	Yoga

Cafeteria
Dienstag – Freitag
15:00 Uhr bis
17:30 Uhr

Begegnungszentrum Riederwald

Am Erlenbruch 26
60386 Frankfurt am Main

Leitung
Andrea Hackbarth
Telefon: 069 299 807 2244
andrea.hackbarth@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de

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