



**Programm
Oktober –
Dezember
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 OKTOBER BIS DEZEMBER



Unterstützerinnen und Unterstützer gesucht für den Fechenheimer Sternschnuppenmarkt!

Am 05.12. und 06.12. sind wir mit einer Hütte auf dem Fechenheimer Sternschnuppenmarkt vertreten – und dafür brauchen wir noch helfende Hände.

Wir suchen Unterstützung für:

- Auf- und Abbau
- Zubereitung der Suppen
- Verkauf von Suppen (jeweils ca. 2–3 Stunden)

Ob beim Ausschneiden, beim Mit-Anpacken oder beim Vorbereiten – jede Hilfe ist herzlich willkommen! Wer Zeit und Lust hat, uns an einem oder beiden Tagen zu unterstützen, meldet sich gerne bei uns.

Wir freuen uns über jede Hilfe und auf ein schönes gemeinsames Erlebnis beim Sternschnuppenmarkt!



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 | 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 | 14:00 – 16:00 Uhr

Offener Strick-Treff

Auch wenn die „Fechenheimer Wolltat“ Anfang des Jahres aus organisatorischen Gründen eine Pause eingelegt hat, laden wir weiterhin herzlich zu unserem offenen Strick-Treff ein. In entspannter Atmosphäre können Sie stricken, häkeln oder einfach nur dabei sein und den Austausch genießen. Bringen Sie gern Ihr eigenes Material mit – wir freuen uns auf Ihre Gesellschaft!

! Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.



Dienstags | 14:30 – 16:00 Uhr

Projekt „Nachmittagsfreu(n)de“ in Kooperation mit der Freiligrathschule, Grundschule Fechenheim Süd

NEU!

Jede Woche bringt Nachmittagsfreu(n)de junge und ältere Menschen in Fechenheim zusammen. Die Themen reichen von Nachhaltigkeit über Kreativität bis hin zu Kulinarik – die bunten Nachmittage bieten Raum für Begegnung, Austausch und gemeinsame Erlebnisse. Sie möchten mitwirken? Ob als Kursleitung oder engagierte Unterstützung – gestalten Sie Nachmittagsfreu(n)de aktiv mit! Wir freuen uns auf Ihre Ideen und Ihr Engagement.



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!

NEU!**Mittwochs | 16:30 – 18:30 Uhr | Anmeldung erforderlich**

Doppelkopfkurs für Einsteiger*innen

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, 069 299 806 2216, nikola.madeisky@web.de

! *Ein Neueinstieg ist auch noch am 01.10. möglich, danach – am 15.10., 29.10., 12.11., 26.11. und 10.12. – üben und spielen wir in der bestehenden Runde. Mit Nikola Madeisky und Ute Reischle-Schedler*

**Mittwochs | 19:00 – 22:00 Uhr**

Doppelkopf am Abend

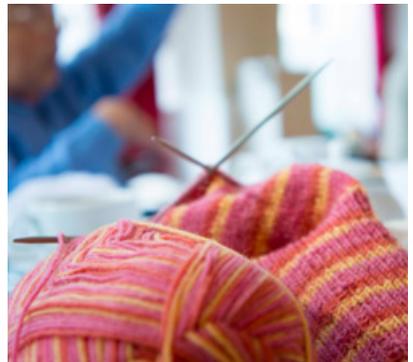
Haben Sie Lust auf Doppelkopf in lockerer Runde? Wir suchen noch weitere Mitspielerinnen und Mitspieler – ob Fortgeschrittene, Kenner oder Wiedereinsteiger. Bei Interesse bitten wir um Anmeldung. Im Mittelpunkt stehen für uns Spaß und Freude am Spiel. Leitung: Dorothea Kronenberger

**Donnerstags | 10:00 – 12:00 Uhr**

Tischtennis im Heinrich-Kraft-Park

Tischtennisfreude wiederbeleben oder neu entdecken; dazu laden wir Wiedereinsteiger, Erfahrene Spieler*innen und Interessierte herzlich ein. Tischtennis fördert die Koordination, Reaktionsgeschwindigkeit und Konzentration – Fähigkeiten, die in jedem Alter von Bedeutung sind. Im neugestalteten Heinrich-Kraft-Park erwarten uns moderne Tischtennisplatten um gemeinsam aktiv zu sein und Spaß zu haben.

! *Eigene Schläger und Bälle sollten nach Möglichkeit mitgebracht werden; es stehen auch einige Leihgeräte vor Ort zur Verfügung. Die Teilnahme an dem Bewegungsangebot erfolgt auf eigene Verantwortung.*





Di., 07.10. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Brunch und Begegnung

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

Kosten: 5 €



Fr., 10.10. | 19:00 – 22:00 Uhr | Anmeldung bis 06.10.

Juttas Offene Bühne

Die Offene Bühne bietet musikalische Begegnungen 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 möchte, bringt eigene Instrumente oder Noten mit. Ein Klavier und ein Verstärker sind vorhanden.



Fr., 17.10. | 14:30 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 13.10.

Oans, zwoa – Oktoberfest auf der Langgass'

Wir feiern in Bayerischem Stil mit zünftiger Live-Musik von Mike Hagenmeier. Schwofen und schunkeln bei Kaffee und Kuchen, sowie Weißwurst mit Brezen. Feiern Sie mit!

Kosten: 4 €

! Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.



Fr., 24.10. | 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., 29.10. | 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 €



Do., 30.10. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 27.10.

MAXimal mobil bleiben – mit Verantwortung!

**In Kooperation mit den Seniorensicherheitsbeauftragten
Elisabeth Sieger und Barbara Schneider**

Ob zu Fuß, mit dem Fahrrad oder motorisiert: Die sichere Teilnahme am Straßenverkehr stellt – besonders in der dunklen Jahreszeit – eine besondere Herausforderung dar. Wie Sie dennoch sicher und verantwortungsvoll mobil bleiben, erklären Ihnen die Experten – Polizeihauptkommissar Herr Schneider und Frau Schardt.



Di., 04.11. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Brunch und Begegnung

Zu unserem späten Frühstück ist die Projektleitung des Projektes Klima.Bildung.Fechenheim Marlene Haas zu Gast. Sie gibt Einblicke, was hinter dem Konzept „Klimabildungslandschaft Frankfurt“ steckt und berichtet, was seit der Auftaktveranstaltung in Fechenheim bereits passiert ist.

Kosten: 5 €

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**



Do., 06.11. | 14:30 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 31.10.

Herbstzeit = Bastelzeit: Seife und Seifen selbst herstellen ...

... macht Spaß und ist dank Rohseife als Grundlage ganz leicht: Natürliche Zutaten wie Kaffee, Mohn oder Kräuter können zum Verfeinern dazugegeben werden und schon ist eine ganz persönliche Seife fertig. Die sieht schön aus und ist auch ein ganz besonderes Geschenk. Material ist vorhanden.

Kosten: 5 €



Fr., 14.11. | 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.



Di., 18.11. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kochtreff „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Christa May

Gemeinsam planen, kochen und essen – das fördert den Austausch und die Nachbarschaft. Wenn Sie nur zum Essen kommen möchten, ist das ebenfalls möglich. Bitte melden Sie sich in diesem Fall vorher an, damit wir entsprechend planen können. Das Menü und die Kosten können bei der Anmeldung erfragt werden.

Kosten: Je nach Menü; Teilnehmer*innen: Max.: 20





Do., 20.11. | 14:00 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 14.11.

Winterzeit = Bastelzeit: Adventsgestecke gestalten

Lya Rasch, bekannt für ihre kreativen Gestecke, möchte ihre Tipps und Tricks weitergeben und mit uns Adventsgestecke gestalten. Lassen Sie sich inspirieren und kreieren Sie ihre eigenes Gesteck. Material ist vorhanden.

Kosten: Je nach Größe und Material 6 – 12 €



Di., 25.11. | 10:00 – 14:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Kochtreff für Männer: Kochen mit KI

Kochen in lockerer Runde mit Hobbykoch Georg Weißler – ein Angebot speziell für Männer ohne Kocherfahrung, die neugierig auf das Kochen und den Einsatz von Künstlicher Intelligenz sind. Das Menü sowie die Kosten werden ab Mitte Oktober bekannt gegeben und können bei der Anmeldung erfragt werden.

Kosten: je nach Menü



Mi., 26.11. | 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., 28.11. | 14:30 – 17:00 Uhr

Adventscafé im Zentrum

Pünktlich zum 1. Advent und der besinnlichen Zeit mit den wohlbekanntesten Düften und Klängen, möchten wir gemeinsam einige schöne Stunden bei Kaffee, frischen Waffeln und Glühwein verbringen und uns auf die vorweihnachtliche Zeit einstellen.

**⚠️ Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine Anmeldung.
Vielen Dank. Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.**



Di., 02.12. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Brunch und Begegnung

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

Kosten: 5 €



Fr., 12.12. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Babbelstun' 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.



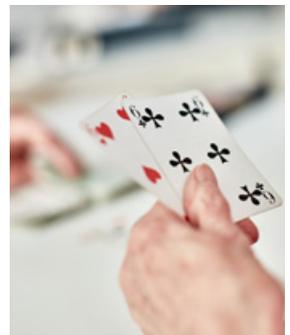
Fr., 19.12. | 19:00 – 22:00 Uhr | Anmeldung bis 15.12.

Juttas offene Weihnachtsbühne

Die offene Bühne bringt Weihnachtszauber ins Zentrum. Jutta Loskill moderiert und begleitet den Abend – und singt. Musiker*innen, Sänger*innen und Zuhörer*innen sind herzlich willkommen. Ein Klavier und ein Verstärker sind vorhanden. Wir freuen uns auf Spiellust und gute Schwingungen!

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

Anmeldungen bitte über das Begegnungs- und Servicezentrum



NEU

Alle Events auf einen Klick – mit unserem Eventmodul



Egal ob Kurse nach Veranstaltungsort, Aktionen nach Saison, regelmäßige oder kostenlose Veranstaltungen – ab jetzt alles leicht und schnell zu finden mit unserem neuen Eventmodul auf unserer Webseite:



[www.frankfurter-verband.de/
aktuelle-veranstaltungen-unserer-zentren](http://www.frankfurter-verband.de/aktuelle-veranstaltungen-unserer-zentren)



FRANKFURTER
VERBAND

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 – 13:00 Uhr	Computer für Fechenheim 65+
	10:00 – 13:00 Uhr	Lotsenbüro
	10:00 – 13:00 Uhr	Fechenheimer-Foto-Freunde, 2. und 4. Montag
	14:00 – 16:00 Uhr	Offener Strick-Treff
Dienstags	10:00 – 12:00 Uhr	Brunch und Begegnung Kosten: 5 €, monatlich
	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
	14:30 – 16:00 Uhr	Projekt „Nachmittagsfreu(n)de“
Mittwochs	10:00 – 13:00 Uhr	Wege ins Netz, 14-täglich
	14:00 – 16:30 Uhr	Skat, Rummik(l)ub & Co.
	15:00 – 16:00 Uhr	Wir spielen Bingo! Kosten: 1 €, letzter Mittwoch im Monat
	16:30 – 18:30 Uhr	Doppelkopf für Einsteiger*innen, 14-täglich
	19:00 – 22:00 Uhr	Doppelkopf am Abend, 14-täglich
Donnerstags	10:00 – 12:00 Uhr	Tischtennis im Heinrich-Kraft-Park
Freitags	10:00 – 11:00 Uhr	Gedächtnistraining-Quiz und Rätsel 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