



Programm
März – April
2026

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 MÄRZ BIS APRIL



Montags | 14:00 – 16:45 Uhr

Skatgruppe

Willkommen sind alle, die der Leidenschaft des Skatspielens mit Spaß nachgehen möchten. **Kosten: 0,50 €**



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!



Donnerstags | 14:15 – 16:30 Uhr

Spielenachmittag – Skat, Rommé ...

Es sind alle Spielwilligen willkommen, die Spaß und Freude an Brett- und Kartenspielen haben. **Kosten: 0,50 €**



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., 02.03. | 14:15 – 15:30 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., 09.03. | 14:15 – 15:45 Uhr

Entspanntes Ausmalen von Mandalas

Kreisbilder faszinieren Menschen in allen Kulturen. In östlichen Glaubensrichtungen haben sie religiöse Bedeutung, in der westlichen Kultur werden sie zu 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 €



Fr., 13.03. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung bis 09.03.

Frühlingsfrühstück

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: 6,50 € Verzehrkosten,

4 € Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass





Mo., 16.03. | 14:15 – 15:30 Uhr | Anmeldung bis 12.03.

Lichtbildvortrag –

„Nida – eine römische Stadt in Frankfurt“

Freundeskreis liebenswertes Frankfurt e.V.

Die römische Stadt Nida war die Hauptstadt einer römischen Verwaltungseinheit und lag im heutigen Stadtteil Heddernheim. Sie diente als politisches, ökonomisches und religiöses Zentrum für das Umland im Hinterland des Limes. Im 20. Jahrhundert zerstörten Bauarbeiten Großteile des historischen Erbes. Dennoch gelang es den Archäologen der Stadt Frankfurt mit den vorhandenen Fundstücken, ein lebendiges Bild der römischen Vergangenheit zu zeichnen. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Bildervortrag mit Herrn Reichmann.

Kosten: 1,50 €, Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Do., 19.03. | 14:15 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 16.03.

Osterbasteln

Wir basteln gemeinsam österliche Tischdekoration. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit wenig Aufwand wunderschöne Deko erstellen und Osterstimmung in Ihr Zuhause zaubern. Bringen Sie bitte eine Schere und Klebstoff mit.

Kosten: 1,50 €, Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

Teilnehmer*innen: Max. 10



Mo., 23.03. | 14:15 – 16:30 Uhr

Romménachmittag

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

Kosten: 0,50 €





Mi., 25.03. | 08:30 – 18:30 Uhr

Kloster Maulbronn

Fahrt nach Ölbronn und ein gemeinsames Mittagessen im Landgasthof Bahnhöfle. Das Kloster Maulbronn ist die am besten erhaltene mittelalterliche Klosteranlage nördlich der Alpen. Im Rahmen einer Führung sehen Sie u. a. die Klosterkirche, den Kreuzgang, das Refektorium und das Brunnenhaus sowie den weitläufigen Klosterhof. Durch die Einrichtung einer Schule konnte das gesamte Gebäudekomplex nach der Reformation weiter genutzt und damit erhalten werden. Zu den berühmtesten Klosterschülern gehören Friedrich Hölderlin, Johannes Kepler und Hermann Hesse. Das gesamte Gebäudeensemble ist ein Musterbeispiel zisterziensischer Baukunst.

Kosten: 37 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse), Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

Treffpunkt: 08:30 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)
08:45 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte
09:00 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Buchungsnr.: 22156-01-2026



Fr., 27.03. | 14:15 – 16:30 Uhr

Reparaturcafé

Im Reparaturcafé dreht sich alles um die Reparaturen von Kleidungsstücken und Hilfe beim Stricken und Häkeln. Mit Unterstützung einer ehrenamtlichen Bastlerin können Sie die Lebensdauer von Kleidungsstücken verlängern oder Sie reparieren unter Anleitung selbst.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Mo., 30.03. | 14:15 – 16:00 Uhr

Bingonachmittag

Sie spielen gerne? Dann sind sie bei uns richtig, in der Gruppe macht das Spielen doppelt so viel Freude!

Kosten: 1 €



Mo., 20.04. | 14:15 – 16:30 Uhr

Reparaturcafé

Im Reparaturcafé dreht sich alles um die Reparaturen von Kleidungsstücken und Hilfe beim Stricken und Häkeln. Mit Unterstützung einer ehrenamtlichen Bastlerin können Sie die Lebensdauer von Kleidungsstücken verlängern oder Sie reparieren unter Anleitung selbst.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Fr., 24.04. | 15:30 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 22.04.

Das prickelnde Erbe – Führung durch die Villa Mumm

Die Villa Mumm wurde in den Jahren 1902 – 1904 von dem „Champagnerbaron“ Hermann Mumm von Schwarzenstein errichtet. Die Mumms gehörten zu den einflussreichsten Familien Frankfurts und erbauten am Rande der Stadt ein repräsentatives Anwesen, das zu einem zentralen Treffpunkt der gehobenen Gesellschaft wurde. Seit 1997 nutzt das Bundesamt für Kartographie und Geodäsie das Gebäude. Die Führung besteht aus zwei Teilen, einem Bildervortrag und einer Besichtigung der geschichtsträchtigen Räume.

Kosten: 7 € Führung

Treffpunkt: 15:30 Uhr – Richard-Straus-Alle 11, direkt am Eingang

Teilnehmer*innen: 18

Buchungsnr.: 22156-06-2026



Mo., 27.04. | 14:15 – 15:30 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 €



Mi., 29.04. | 08:45 – 19:00 Uhr

Walldürn im Odenwald

Fahrt nach Walldürn-Gerolzahn zur Nudelfabrik Berres. Nach einer 30-minütigen Präsentation über die Nudelherstellung erwartet Sie zur Mittagszeit ein ausgiebiges Nudelbuffet mit vier verschiedenen Nudelgerichten. Im Anschluss besteht im Hofladen die Möglichkeit zum Erwerb zahlreicher Nudelspezialitäten. Am Nachmittag geht es mit dem Bus in die Altstadt von Walldürn. Im Rahmen einer Führung besichtigen Sie die Wallfahrtsbasilika St. Georg, die 1962 von Papst Johannes XXIII. zur Basilica minor erhoben wurde.

Kosten: 28 € Fahrpreis und Führung, Gäste mit

Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine

Ermäßigung, (Vorauskasse), Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen, (Nudelbuffet – 17,90 € inklusive Wasser)

Treffpunkt: 08:45 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)

09:00 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte

09:15 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Buchungsnr.: 22156-03-2026



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	14:00 – 16:45 Uhr	Skatgruppe Kosten: 0,50 €, alle zwei Wochen
Dienstags	14:15 – 16:30 Uhr	Gedächtnistraining – Gruppe 1 Kosten: 3,50 €
Mittwochs	10:00 – 11:00 Uhr	Lotsenbüro – wir bieten Orientierung
	14:15 – 16:30 Uhr	Gedächtnistraining – Gruppe 2 Kosten: 3,50 €
Donnerstags	12:30 – 14:00 Uhr	Gemeinsam statt einsam – der bunte Kochtopf
	14:15 – 16:30 Uhr	Spielenachmittag – Skat, Rommé ... Kosten: 0,50 €
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 gesegnetes Osterfest voller Freude und erholsame Tage im Kreis der Familie.

Wir machen Urlaub!
Vom 07.04. bis 17.04. bleibt das Begegnungs- und Servicezentrum geschlossen.
Ab dem 20.04. sind wir wieder für Sie da und freuen uns auf Ihren Besuch.

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

