



**Programm
Mai – Juni
2026**

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 MAI BIS JUNI



So., 03.05. | 12:00 – 16:00 Uhr

Kochen am Sonntag / Schnippel-Babbel-Kochkurs

Lebensmittelretter Radieschen mit Herz e.V.

Aus geretteten Lebensmittel wird eine Essens-Überraschung, weil die Lebensmittel kurz zuvor in den Kühlschrank geliefert werden. Alle bereiten gemeinsam an Tischen das Essen zu und verspeisen es gemeinsam. Andreas Wiedow übernimmt die Organisation vor Ort.

Kosten: 3 € inkl. Wassergetränk



Di., 05.05. | 15:00 – 17:00 Uhr

Es tönen die Lieder im Mai

Mit Harald Lange, einem Frankfurter Liedermacher und seiner Gitarre begrüßen wir musikalisch die Maikäfer und alles andere was den Mai so schön macht.



Di., 19.05. | 14:30 – 17:00 Uhr

Schenk- und Tauschcafé

Haben Sie Spaß am Stöbern? Kleidung, Schmuck und Haushaltsgegenstände in gutem Zustand werden verschenkt bzw. getauscht. So machen Sie sich selbst und anderen eine Freude und tragen zur Müllvermeidung bei. Dazu gibt es selbstgebackenen Kuchen in geselliger Runde.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.





Di., 26.05. | 11:00 – 16:30 Uhr

Ausflug in den Palmengarten

Fahrt mit dem Chaffeurservice ins Westend. Dort gemeinsames Mittagessen in einem italienischen Restaurant. Danach Spaziergang zum und in den Palmengarten.

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



Do., 28.05. | 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. Sie können auch direkt zum Essen um 13 Uhr kommen. Wir freuen uns auf Sie!

Kosten: 8 €



Di., 02.06. | 15:00 – 17:00 Uhr

Unterwegs in Norwegen mit dem Postschiff

Thomas Sock, ein Hobby-Fotograf, war mit auf einer der schönsten See-reisen der Welt in Norwegen. Er ist mit vielen Fotos, Eindrücken und einigen Videosequenzen zurück gekommen und lässt uns mit einem Licht-bildervortrag daran teilhaben.



Di., 09.06. | 15:00 – 17:00 Uhr

Bingo Spiel

Spiel und Spaß beim gemeinsamen Bingo mit kleinen Preisen.



Fr., 12.06. | 18:00 – 21:00 Uhr

Disco 60 plus

Bringen Sie Spaß am Tanzen mit! Unser DJ spielt flotte Hits und erfüllt Musikwünsche. Für alle Menschen, die neue Kontakte knüpfen, Freunde treffen oder sich auf der Tanzfläche austoben möchten.

Kosten für Getränke sind selbst zu tragen.



So., 14.06. | 12:00 – 16:00 Uhr

Kochen am Sonntag / Schnippel-Babbel-Kochkurs

Lebensmittelretter Radieschen mit Herz e.V.

Aus geretteten Lebensmittel wird eine Essens-Überraschung, weil die Lebensmittel kurz zuvor in den Kühlschrank geliefert werden. Alle bereiten gemeinsam an Tischen das Essen zu und verspeisen es gemeinsam. Andreas Wiedow übernimmt die Organisation vor Ort.

Kosten: 3 € inkl. Wassergetränk



Di., 16.06. | 13:30 – 17:00 Uhr

Ausflug in den Chamissogarten

Kommen Sie mit in den wunderschönen Garten in Eschersheim. Fahrt mit dem Chaffeurservice. Tische und Stühle werden an schönen Plätzen zum verweilen einladen und wir werden mit selbstgebackenen Kuchen und Getränken verwöhnt.

Kosten: 8 € für die Fahrt. 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!

Fachbereich: Freiwilliges Engagement

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



**FRANKFURTER
VERBAND**



Di., 23.06. | 15:00 – 17:00 Uhr

Lichtbildervortrag 100 Jahre Waldstadion

in Zusammenarbeit mit der Initiative historischer Stadtpaziergang

Das Stadion wurde 1925 eingeweiht. In 100 Jahren ist viel passiert im Frankfurter Stadtwald und wird in einem unterhaltsamen und informativen Vortrag näher betrachtet.

Kosten: Die Initiative bittet um eine Spende zugunsten des Zirkus Zarakali.



Do., 25.06. | 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. Sie können auch direkt zum Essen um 13 Uhr kommen. Wir freuen uns auf Sie!

Kosten: 8 €



Di., 30.06. | 15:00 – 17:00 Uhr

„Rollmops, Sunny und Tom“

Selbsthilfegruppe Frankfurt für Rheuma Martina Walter, Koordinatorin der Selbsthilfegruppe der Rheuma Liga e.V. verfügt über viel praktisches Wissen und Erfahrung. Auch bei fehlender Kraft in den Händen ist ihr Hilfsmittelfundus von großem Nutzen.



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	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 €
	19:15 – 20:15 Uhr	Yoga für Anfänger Kosten: 2 €
Dienstags	15:00 – 17:00 Uhr	Stadtteiltreff Kosten: 10 € im Monat
	15:00 – 17:00 Uhr	Stadtteiltreff Kosten: 10 € im Monat
Mittwochs	10:00 – 12:00 Uhr	Tanzgruppe 60+ Kosten: 4 € pro Termin
	18:00 – 19:00 Uhr	Yoga für Fortgeschrittene Kosten: 2 €, 14-täglich
	19:15 – 20:15 Uhr	Lachyoga- für mehr Freude und Lachen im Leben Kosten: 4 €
Donnerstags	10:30 – 12:00 Uhr	Ganzheitliches Gedächtnistraining Kosten: 4 € pro Termin
	11:00 – 14:00 Uhr	Gemeinsam kochen – gemeinsam essen Kosten: 8 €, monatlich
	15:30 – 17:00 Uhr	Tanzen 55+ /VHS Kurs mit Anja Engelhardt
Freitags	09:30 – 11:30 Uhr	Internationales Frauen-Frühstück Kosten: 4 € pro Termin, 14-täglich
Sonntags	12:00 – 16:00 Uhr	Kochen am Sonntag / Schnippel-Babbel-Kochkurs Kosten: 3 € inkl. Wassergetränk, monatlich

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