



**Programm
Mai – Juni
2026**

Aktiv in Heddernheim



**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 Heddernheim** 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



Montags | 10:00 – 11:00 Uhr | Anmeldung bis Gruppe voll belegt

Sitzgymnastik

Gemeinsam bewegen macht Spaß! Sie können Ihre Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer schon durch leichte Übungen im Sitzen fördern.

Kursleitung: Karin Eberbach

Kosten: 4 €

Teilnehmer*innen: 12

! Am 25.05. findet keine Gymnastik statt.



Montags | 11:15 – 12:15 Uhr

Gitarrengruppe

Wir sind „fortgeschrittene“ Anfänger*innen und üben zusammen die Begleitung unserer Lieblingslieder. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kosten: 4 €



Montags | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 3 Tage vorher

Stadtteiltreff Aßlarer Straße

Freuen Sie sich auf den Austausch mit netten Menschen und ein abwechslungsreiches Programm. Erleben Sie inspirierende Lesungen, spannendes Bingo, fröhliche Feste, belebende Gymnastik und unterhaltsames Gedächtnistraining.

Kosten: 3 €

! Am 25.05., 15.06. und 23.06. findet kein Treffen statt.



Dienstags | 14:30 – 17:00 Uhr

Wir spielen Rommé, Skat und mehr

Wir treffen uns in geselliger Runde bei Kaffee und Kuchen zu Karten- und Brettspielen. Probieren Sie es einfach aus und entdecken Sie die Freude am Spiel neu!

Kosten auf Anfrage



Dienstags | 17:30 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis Gruppe voll belegt

Line Dance für Anfänger

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Basics des Line Dance. Fit bleiben und Spaß haben!

Kosten: 5 €



Mittwochs | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Stadtteiltreff am Mittwoch

Freuen Sie sich auf den Austausch mit netten Menschen und ein abwechslungsreiches Programm. Erleben Sie inspirierende Reispräsentationen, spannendes Bingo, unterhaltsame Ratespiele und informative Vorträge. Ab und zu machen wir auch Ausflüge; dann ändern sich die Uhrzeiten (siehe Extra-Flyer).

Kosten: 4 €

⚠ Uhrzeit und Treffpunkt variieren je nach Aktivität!



Donnerstags | 10:30 – 12:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Gedächtnstraining

Wir machen abwechslungsreiche Übungen, um Ihre geistige Fitness zu erhalten und zu fördern. Machen Sie mit und erleben Sie, wie viel Spaß es macht, den Geist fit zu halten!

Kosten: 4 €

Teilnehmer*innen: 12

⚠ Am 14.05. und 04.06. findest kein Gedächtnstraining statt.



Freitags | 13:00 – 15:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Lotsenbüro

Ob das passende Ehrenamt, Fragen rund ums Alter oder die richtige Anlaufstelle für spezielle Anliegen – wir sind für Sie da! Vertraulich und persönlich. Vereinbaren Sie einfach einen Termin.

! Das Lotsenbüro fällt am 01.05. und am 15.05. aus.



Mo., 04.05. | 12:30 – 14:30 Uhr | Anmeldung bis 27.04.

Es gibt Grie' Soß!

Wir lassen uns die Grie' Soß schmecken, eine der beliebtesten hessischen Spezialitäten im Frühling.

Kosten auf Anfrage

! Nur für Clubmitglieder



Di., 05.05. | 10:30 – 12:00 Uhr

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz

Leben mit Demenz e.V.

Im Gesprächskreis für pflegende Angehörige haben Sie die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Sie finden Verständnis, Ermutigung und Unterstützung. Der Gesprächskreis wird von Ulrich Amrhein vom Verein Leben mit Demenz moderiert.

**! Bei Personen, die neu teilnehmen möchten,
bitten wir um ein Vorgespräch.**



Mi., 06.05. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Die Möglichkeiten der Selbstbestimmung durch Vorsorgevollmachten

Rechtsanwalt Armand Maréchal bietet Ihnen einen Einblick in wichtige Instrumente zur Wahrung Ihrer Selbstbestimmung. Er beleuchtet die rechtlichen Möglichkeiten von Vollmachten (insbesondere jener, die über den Tod hinaus gelten), sowie die Bedeutung der Patientenverfügung und Betreuungsverfügung.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Mi., 06.05. | 17:30 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Unser Näh-Treff

Entdecken Sie bei uns die Freude am Nähen (wieder) neu und lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Wir unterstützen Sie auch gerne bei der Umsetzung Ihres eigenen Nähprojekts.

Kosten: 3 €



Do., 07.05. | 14:00 – 16:00 Uhr

Schenken statt Wegwerfen!

Heddernheim im Wandel

Haben Sie Freude am Stöbern und Plaudern in unserem Schenk- und Tauschcafé. Wir tauschen und verschenken einander gut erhaltene Kleidungsstücke und Haushaltswaren. Wir machen anderen eine Freude und tragen zur Müllvermeidung und Nachhaltigkeit bei.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

! Wir nehmen nur gut erhaltene, unbeschädigte und gereinigte Kleidungsstücke und Haushaltsgegenstände an!



Mo., 11.05. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 3 Tage vorher

BINGO

Oft gespielt – immer wieder gut! Mit etwas Glück und Konzentration gibt es einen Preis zu gewinnen.

Kosten: 3 € zzgl. 50 Ct pro Bingo Karte.



Mo., 11.05. | 18:30 – 20:00 Uhr

Boomer-Treff

Wir von der Generation der sogenannten Baby-Boomer kommen zwar langsam in die Jahre, sind aber noch schwer aktiv. Monatlich treffen wir uns, um uns auszutauschen und gemeinsame Unternehmungen zu planen.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Mi., 13.05. | 10:30 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Ausflug zum Lohrberg

Wir nutzen die öffentlichen Verkehrsmittel und machen einen Spaziergang entlang des Klingenwegs hinauf zum Lohrberg. Dort erwartet uns ein gemeinsames Mittagessen in der gemütlichen Lohrbergschänke. Erleben Sie einen unvergesslichen Tag voller schöner Eindrücke und geselliger Momente!

Kosten: Das Ticket für den ÖPNV sowie Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben.

Buchungsnr.: 22155-05-01



Sa., 16.05. | 15:00 – 17:30 Uhr

Hedderheimer Reparaturcafé

Heddernheim im Wandel

Selber Reparieren statt wegwerfen! Unsere ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer unterstützen Sie gerne bei der Reparatur Ihrer kleinen Elektrogeräte und bei kleineren Nährarbeiten. Unter fachkundiger Anleitung lässt sich vieles wieder in Gang bringen und muss nicht vorzeitig im Müll landen!

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Mo., 18.05. | 15:00 – 17:00 Uhr | **Anmeldung bis 3 Tage vorher**

Stadt, Land, Fluss

Stadt Land Fluss ist einer der bekanntesten Spieleklassiker in Deutschland. Machen Sie mit bei dem unterhaltsamen Quiz.

Kosten: 3 €



Mi., 20.05. | 12:45 Uhr | **Anmeldung bis 12.05.**

Die Erlöserkirche in Bad Homburg

Die Erlöserkirche in Bad Homburg ist ein architektonisches Juwel, das den byzantinischen Stil mit Elementen der deutschen Hochromanik verbindet. Wir lernen bei einer 45-minütigen Führung die faszinierenden Details der Kirche kennen.

Kosten auf Anfrage

Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Buchungsnr.: 22155-05-02



Do., 21.05. | 13:30 – 16:00 Uhr | **Anmeldung bis 1 Tag vorher**

Wir probieren alte und neue Rezepte aus!

Gemeinsam entdecken wir neue (und alte) Rezepte und lassen uns von den Jahreszeiten inspirieren. Anschließend lassen wir uns die Gerichte gemeinsam schmecken.

Kosten: 4 € zzgl. anteilig Lebensmitteleinkauf

Teilnehmer*innen: 4



Fr., 22.05. | 14:30 – 16:00 Uhr | **Anmeldung bis 1 Tag vorher**

Smartes Café mit Vortrag über KI

Tauschen Sie sich in unserem Smarten Café bei Kaffee und Kuchen über ihre digitalen Erfahrungen aus. Diesmal hören wir einen Vortrag über die rasante Entwicklung der Künstlichen Intelligenz (KI).

Kosten: 3 €, Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

Sa., 23.05. | 18:00 – 19:30 Uhr

Literatur und Musik im Stadtteil

Erleben Sie eine bewegende Lesung der Teilnehmenden des Workshops „Spurensuche – Wie schreibe ich meine Lebenserinnerungen“. Wir präsentieren Auszüge aus ihren literarischen Werken, begleitet von stimmungsvoller Musik: Christa Hengsbach (Gesang), Ulrich Schaffert (Piano) und Marc Rumpold (Gitarre).

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Mi., 27.05. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Elisabeth Brink liest BAUMGARTNER

Der 71jährige – manchmal etwas unbeholfene, aber weise – Philosophie-Professor Baumgartner findet trotz der Trauer um seine verstorbene Frau nach und nach wieder zu seinem lebendigen Lebensgefühl zurück. Ein Roman von Paul Auster mit heiteren Seiten trotz seines ernsten Themas.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Mi., 27.05. | 17:30 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Unser Näh-Treff

Entdecken Sie bei uns die Freude am Nähen (wieder) neu und lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Wir unterstützen Sie auch gerne bei der Umsetzung Ihres eigenen Nähprojekts.

Kosten: 3 €



Do., 28.05. | 13:30 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Wir probieren alte und neue Rezepte aus!

Gemeinsam entdecken wir neue (und alte) Rezepte und lassen uns von den Jahreszeiten inspirieren. Anschließend lassen wir uns die Gerichte gemeinsam schmecken.

Kosten: 4 € zzgl. anteilig Lebensmitteleinkauf

Teilnehmer*innen: 4



Fr., 29.05. | 12:00 – 13:30 Uhr | Anmeldung bis 2 Tage vorher

Unser Mittagessen im Begegnungszentrum

Deutsch-Bengalische Gesellschaft e.V.

Unser Nachbar Hamidul zaubert für Sie köstliche Gerichte, inspiriert von der bengalischen Küche. Wir genießen das Buffet gemeinsam vor Ort. Wenn Sie die Speisen lieber mit nach Hause nehmen möchten, bringen Sie bitte Ihre eigenen Verpackungsbehälter mit.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Fr., 29.05. | 17:00 – 19:00 Uhr | Anmeldung nicht mehr möglich

Hedderheimer Musiksalon

Im Hedderheimer Musiksalon haben wir Freude beim gemeinschaftlichen Singen. Wir singen unsere Lieblingslieder und werden dabei mit Klavier, Gitarre und Akkordeon begleitet. Liedermappen stehen zur Verfügung, und ein kleiner Imbiss rundet das Erlebnis ab.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

! Es können leider keine neuen Gäste mehr aufgenommen werden!



Mo., 01.06. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 3 Tage vorher

Der alte Flugplatz Bonames

Wolffhard Wegener bringt einen der schönen Naturfilme von Gerd Wunderlich mit. Wir erfahren mehr über die Fauna und Flora auf dem alten Militärflugplatz in Bonames-Kalbach.

Kosten: 3 €



Di., 02.06. | 10:30 – 12:00 Uhr

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz

Leben mit Demenz e.V.

Im Gesprächskreis für pflegende Angehörige haben Sie die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Sie finden Verständnis, Ermutigung und Unterstützung. Der Gesprächskreis wird von Ulrich Amrhein vom Verein Leben mit Demenz moderiert.

! Bei Personen, die neu teilnehmen möchten, bitten wir um ein Vorgespräch.



Mi., 03.06. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 3 Tage vorher

Zauberhaftes Chile – Región de La Araucanía

Ingrid Pierson zeigt in Ihrer Präsentation die Región de La Araucanía, die ca. 600 Kilometer südlich von Santiago de Chile liegt. Wir reisen zum Nationalpark Conguillio mit dem Vulkan Llaima. Weitere Vulkane begleiten uns bei der Fahrt durch die schöne Landschaft, auch chilenische Schweiz genannt.

Kosten: 3 €



Mi., 03.06. | 17:30 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Unser Näh-Treff

Entdecken Sie bei uns die Freude am Nähen (wieder) neu und lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Wir unterstützen Sie auch gerne bei der Umsetzung Ihres eigenen Nähprojekts.

Kosten: 3 €



Fr., 05.06. | 19:00 – 20:00 Uhr

Wir singen unsere Lieder der 60er, 70er und 80er Jahre

Tauchen Sie ein in eine musikalische Zeitreise! Wir singen gemeinsam die unvergesslichen Hits und Kult-Lieder der 60er, 70er und 80er Jahre. Ein stimmungsvolles Event mit Pop, Schlager und Rock zum Mitsingen und in Erinnerungen schwelgen.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Sa., 06.06. | 18:00 Uhr | Anmeldung bis zum 05.06.

SPÖTTERDÄMMERUNG!

Kabarettchanson von Friedrich Holländer

Friedrich Hollaender, Komponist/Regisseur und Größe der Berliner Kulturszene der 30er, floh 1933 vor den Nazis ins Exil. Margaretha Bessel lässt mit heiteren/bittersüßen Chansons, Chuzpe und schwarzem Humor diese Ära aufleben. Sie wird vom renommierten Pianisten Andrei Likhanov begleitet.

! *Das Konzert findet im Rahmen der Kampagne „Demokratie stärken“ statt.*



Mo., 08.06. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 3 Tage vorher

Mensch ärgere dich nicht!

Ein Klassiker unter den Brettspielen. Oft gespielt – immer wieder gut!

Kosten: 3 €



Mo., 08.06. | 18:30 – 20:00 Uhr

Boomer-Treff

Wir von der Generation der sogenannten Baby-Boomer kommen zwar langsam in die Jahre, sind aber noch schwer aktiv. Monatlich treffen wir uns, um uns auszutauschen und gemeinsame Unternehmungen zu planen.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Mi., 10.06. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 3 Tage vorher

BINGO

Oft gespielt – immer wieder gut! Mit etwas Glück und Konzentration gibt es einen Preis zu gewinnen.

Kosten: 3 €



Sa., 13.06. | 10:00 – 20:00 Uhr

Demokratiefest im Quartier

Wir laden Sie herzlich ein, mit uns die Freiheit und den Reichtum unserer multikulturellen Gesellschaft zu zelebrieren! Seien Sie dabei, wenn wir mit dem Quartiersfest ein kraftvolles Zeichen für Vielfalt und unser gutes Miteinander setzen. Das vollständige Programm ist dem Festflyer zu entnehmen.

Veranstaltungsort: Grünanlage am Bolzplatz am Max-Kirschner-Weg (direkt hinter dem Kleintierzuchtverein)

! *Das Fest findet im Rahmen der Kampagne „Demokratie stärken“ statt.*



Di., 16.06. | 09:30 – 11:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Wir frühstücken zusammen

Freuen Sie sich auf ein umfangreiches, leckeres Frühstück in netter Runde. Lassen Sie sich von uns verwöhnen und genießen Sie die gesellige Atmosphäre!

Kosten: 6 €; Teilnehmer*innen: 18



Mi., 17.06. | 11:45 Uhr | Anmeldung bis 09.06.

Busausflug zu den Rosen in Steinfurth

Zur Blütezeit der Rosen besuchen wir den zauberhaften Rosenpark Dräger. Unter der überdachten Rosen-Pergola genießen wir hausgemachten Kuchen. Sie erfahren viel Interessantes über die Rosen. Danach haben Sie noch Zeit sich an dem Duft und der Farbenpracht zu erfreuen oder im Laden vor Ort zu stöbern.

Kosten: 40 € alles inklusive (Busfahrt, Führung, Kaffeegedeck) in Vorkasse

Treffpunkt/Uhrzeiten für die Busabfahrt:

- 1. Abfahrt am Busbahnhof Kalbach um 11:50 Uhr**
- 2. Abfahrt an der Bushaltestelle Bahnhof**

Heddernheim um 12:10 Uhr

Buchungsnr.: 22151-02-2026

! Eine Ermäßigung für Frankfurt-Pass-Inhaber*innen ist möglich.



NOT GEMEINSAM LINDERN
Alten- und Weihnachtshilfe
der Frankfurter Rundschau e.V.



Do., 18.06. | 13:30 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Wir probieren alte und neue Rezepte aus!

Gemeinsam entdecken wir neue (und alte) Rezepte und lassen uns von den Jahreszeiten inspirieren. Anschließend lassen wir uns die Gerichte gemeinsam schmecken.

Kosten: 4 €, zzgl. anteilig Lebensmitteleinkauf

Teilnehmer*innen: 4



Fr., 19.06. | 11:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Ausflug zum Hessestag

Wir besuchen den Hessestag in der Barockstadt Fulda und fahren mit dem ÖPNV. Die 2,3 Kilometer lange Hessestags-Straße führt vom Bahnhof direkt durch die historische Innenstadt bis in die Fulda-Auen.

Kosten: Das Ticket für den ÖPNV ist selbst zu zahlen.

Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Buchungsnr.: 22155-06-01

! Wir haben den Termin vom 17.06. auf den 19.06. verlegt!



Sa., 20.06. | 15:00 – 17:30 Uhr

Hedderheimer Reparaturcafé

Heddernheim im Wandel

Selber Reparieren statt wegwerfen! Unsere ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer unterstützen Sie gerne bei der Reparatur Ihrer kleinen Elektrogeräte und bei kleineren Näharbeiten. Unter fachkundiger Anleitung lässt sich vieles wieder in Gang bringen und muss nicht vorzeitig im Müll landen!

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



Mi., 24.06. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Das Internet – Nutzen und Risiken (Teil 2): Schadsoftware und Datenklau

Karl-Heinz Pöppel gibt einen kurzen Überblick über gängige Schadsoftware wie Viren, Würmer und Trojaner. Der thematische Schwerpunkt liegt diesmal auf dem Schutz vor Phishing – dem Versuch, über gefälschte E-Mails, Messenger-Nachrichten oder SMS an Ihre Passwörter und Bankdaten zu gelangen.

Kosten: 3 €



Mi., 24.06. | 17:30 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Unser Näh-Treff

Entdecken Sie bei uns die Freude am Nähen (wieder) neu und lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Wir unterstützen Sie auch gerne bei der Umsetzung Ihres eigenen Nähprojekts.

Kosten: 3 €



Do., 25.06. | 13:30 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 1 Tag vorher

Wir probieren alte und neue Rezepte aus!

Gemeinsam entdecken wir neue (und alte) Rezepte und lassen uns von den Jahreszeiten inspirieren. Anschließend lassen wir uns die Gerichte gemeinsam schmecken.

Kosten: 4 € zzgl. anteilig Lebensmitteleinkauf

Teilnehmer*innen: 4



Fr., 26.06. | 17:00 – 19:00 Uhr | Anmeldung nicht mehr möglich

Hedderheimer Musiksalon

Im Hedderheimer Musiksalon haben wir Freude beim gemeinschaftlichen Singen. Wir singen unsere Lieblingslieder und werden dabei mit Klavier, Gitarre und Akkordeon begleitet. Liedermappen stehen zur Verfügung, und ein kleiner Imbiss rundet das Erlebnis ab.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

⚠️ *Es können leider keine neuen Gäste mehr aufgenommen werden!*



Mo., 29.06. | 15:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 3 Tage vorher

Kleine Gedächtnistrainingsübungen

Wir machen zusammen kleine Übungen, um die geistige Fitness zu fördern. Das Stichwort diesmal: Der Sommer.

Kosten: 3 €



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!

www.frankfurter-plattform-55plus.de

Frankfurter Volksbank Rhein/Main eG
IBAN: DE93 5019 0000 0500 3780 00
BIC: FFVBDEFF



**FRANKFURTER
VERBAND**

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 – 11:00 Uhr	Sitzgymnastik Kosten: 4 €
	11:15 – 12:15 Uhr	Gitarrengruppe Kosten: 4 €
	15:00 – 17:00 Uhr	Stadtteiltreff Aßlarer Straße Kosten: 3 €
Dienstags	14:30 – 17:00 Uhr	Wir spielen Rommé, Skat und mehr
	17:30 – 19:00 Uhr	Line Dance für Anfänger Kosten: 5 €
Mittwochs	Uhrzeit variiert	Stadtteiltreff am Mittwoch Kosten: 4 €
Donnerstags	10:30 – 12:00 Uhr	Gedächtnistraining Kosten: 4 €
Freitags	13:00 – 15:00 Uhr	Lotsenbüro

Cafeteria
Dienstags
14:30 Uhr bis
16:30 Uhr

Begegnungs- & Servicezentrum Heddernheim

Aßlarer Straße 3
60439 Frankfurt am Main

Leitung

Sybille Vogl
Telefon: 069 299 807 2218
sybille.vogl@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de



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