



**Programm
Juli – August
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 JULI BIS AUGUST



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 – 16:00 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 – 16:00 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 €



Mo., 06.07. | 14:15 – 15:45 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., 08.07. | 09:15 – 19:00 Uhr

Grube Fortuna – das stillgelegte Eisenbergwerk

Die Grube Fortuna wurde als letzte Eisenerzgrube Hessens 1983 geschlossen. Im Rahmen einer Führung betreten Sie das Besucherbergwerk durch einen Stollen. Dieser führt zum Maschinenschacht, durch den Sie in einem Förderkorb in die Tiefe von 150 m hinunterfahren. Mit einer Grubenbahn fahren Sie weiter die 450 m lange Strecke bis zu einem unterirdischen Rundgang mit Maschinenvorführung. Das historische Bergwerk bietet heute spannende Einblicke in die Technik und Arbeitsabläufe im ehemaligen Eisenbergwerk. Das gemeinsame Mittagessen erwartet Sie im Restaurant „Zum Zechenhaus“, direkt auf dem Besuchergelände.

Kosten: 38 € Fahrpreis und Führung (Vorkasse),

Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

Treffpunkte:

09:15 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)

09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte

09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Buchungsnr.: 22156-08-2026

⚠ Im Bergwerk herrschen konstante 13°C, bringen Sie bitte warme Kleidung und festes Schuhwerk mit.





Do., 16.07. | 13:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 10.07.

Grillnachmittag im Garten

Es erwartet Sie ein gemütlicher Nachmittag mit Grillwürstchen und Salat, Kaffee, Kuchen und kalten Getränken. Genießen Sie die entspannte Atmosphäre und interessante Gespräche im Garten der Einrichtung.

Kosten: 16 € inkl. Speisen und Getränke



Mo., 20.07. | 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 zur 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.

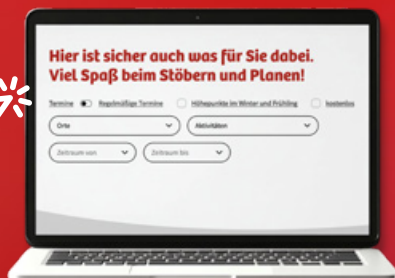
Kosten: 1,50 €

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**



Do., 23.07. | 14:15 – 16:00 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., 24.07. | 10:00 – 12:00 Uhr

Nachbarschaftsfrühstück

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 €, 4 € Gäste mit Frankfurtpass oder Kulturpass



Mo., 27.07. | 14:15 – 16:30 Uhr

Romménachmittag

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

Kosten: 0,50 €



Mi., 29.07. | 09:15 – 19:00 Uhr

Michelstadt – das Herz des Odenwaldes

Die Fachwerkstadt Michelstadt lockt mit einem mittelalterlichen Wohlfühl-Ambiente. Das Zentrum der Stadt ist der berühmte Marktplatz mit dem historischen Rathaus aus dem Jahr 1484. Im Rahmen der Führung sehen Sie außerdem den Diebesturm, die Stadtkirche sowie zahlreiche Fachwerkbauten in den verwinkelten kleinen Gassen. Nach der Führung besteht Gelegenheit zum Kaffeetrinken in den gemütlichen Cafés der Stadt. Das gemeinsame Mittagessen erwartet Sie im Erbacher Brauhaus in Erbach.

Kosten: 29 € Fahrpreis und Führung (Vorkasse),

Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

Treffpunkte:

09:15 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)

09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte

09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Buchungsnr.: 22156-10-2026



Do., 30.07. | 14:15 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 24.07.

Sommerbasteln

Wir basteln gemeinsam Sommerdekoration. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit wenig Aufwand wunderschöne Dekoration erstellen und ein wenig Sommerfeeling 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., 03.08. | 14:15 – 15:45 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., 10.08. | 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 zur 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 €



Do., 13.08. | 13:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 07.08.

Grillnachmittag im Garten

Es erwartet Sie ein gemütlicher Nachmittag mit Grillwürstchen und Salat, Kaffee, Kuchen und kalten Getränken. Genießen Sie die entspannte Atmosphäre und interessante Gespräche im Garten der Einrichtung.

Kosten: 16 € inkl. Speisen und Getränke



alle guten Dinge an vier Orten



Die Internetcafés des Frankfurter Verbandes

Egal ob virtuell oder in Präsenz: In unseren vier Internetcafés können Sie Kontakte knüpfen oder pflegen. In gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee, Tee, Kuchen und kleinen Snacks. Und falls Sie mal technische Hilfe benötigen – sind wir für Sie da!



Café Anschluss

Hansaallee 150
60320 Frankfurt
cafe.anschluss@
frankfurter-verband.de
T. 069 299 807 2350



Internetcafé Kontakt

Dörpfeldstraße 6
60435 Frankfurt
inge.bervoets@
frankfurter-verband.de
T. 069 299 807 263



Surftreff @uguste

Burgfriedenstraße 7
60489 Frankfurt
sascha.brenninger@
frankfurter-verband.de
T. 069 299 807 2225



Café Mouseclick

Bolongarostraße 137
65929 Frankfurt
klaus.baumgarten@
frankfurter-verband.de
T. 069 299 807 2219



**FRANKFURTER
VERBAND**



Mo., 17.08. | 14:15 – 16:00 Uhr

Romménachmittag

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

Kosten: 0,50 €



Mi., 19.08. | 08:30 – 19:00 Uhr

Wissembourg im Elsass

Fahrt entlang der Deutschen Weinstraße bis nach Schweigen-Rechtenbach. Im Restaurant „Schweigener Hof“ erwartet Sie das gemeinsame Mittagessen. Das Städtchen Wissembourg bezaubert die Besucher mit einer historischen Altstadt, die sich ihren Charme bis heute bewahrt hat. Genießen Sie während der Führung die mittelalterlich anmutenden Fachwerkhäuser, die sich in den engen Gassen drängen und zwischen denen das Wasser der Lauter gemächlich plätschert. Am Nachmittag besteht Gelegenheit zum Kaffeetrinken.

Kosten: 33 € Fahrpreis und Führung (Vorkasse),

Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

Treffpunkte:

08:30 Uhr – Am Ebfeld – Endstation U7 (Heerstraße)

08:45 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte

09:00 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Buchungsnr.: 22156-09-2026





Fr., 21.08. | 10:00 – 12:00 Uhr

Nachbarschaftsfrühstück

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 €, 4 € Gäste mit Frankfurtpass oder Kulturpass



Mo., 24.08. | 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 €**



Do., 27.08. | 14:15 – 16:00 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., 31.08. | 14:15 – 16:00 Uhr

Romménachmittag

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

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	14:00 – 16:45 Uhr	Skatgruppe Kosten: 0,50 € , <i>alle zwei Wochen</i>
Dienstags	14:15 – 16:00 Uhr	Gedächtnistraining – Gruppe 1 Kosten: 3,50 €
Mittwochs	10:00 – 11:00 Uhr 14:15 – 16:00 Uhr	Lotsenbüro – wir bieten Orientierung Gedächtnistraining – Gruppe 2 Kosten: 3,50 €
Donnerstags	12:30 – 14:00 Uhr 14:15 – 16:30 Uhr	Gemeinsam statt einsam – der bunte Kochtopf Spielesachmittag – Skat, Rommé ... Kosten: 0,50 €

Cafeteria
Freitags
14:15 Uhr bis
16:15 Uhr

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