

Unsere Höhepunkte im Herbst!

*... in vielen
Frankfurter
Stadtvierteln!*



Oktober
bis
Dezember
2026



**FRANKFURTER
VERBAND**

In der Gemeinschaft macht das Leben einfach mehr Spaß!

Ausflüge, Freizeit, Bildung, Kultur, Kreatives und Information – das Programm des **Frankfurter Verbandes** bietet Ihnen zahlreiche Möglichkeiten, das Leben aktiv zu gestalten. Die Vielfalt unserer **Aktiv-Älterwerden**-Angebote wird Sie begeistern.

Ob Sie die Begegnung mit Gleichgesinnten suchen, sich körperlich und geistig fit halten wollen, im Internet surfen möchten, beabsichtigen, Ihrer Kreativität Spielraum zu geben, oder gemeinsam musizieren wollen – für jeden haben wir interessante Angebote. Und das Beste: Einige Angebote sind für Sie kostenfrei und bei vielen anderen Veranstaltungen wird lediglich ein geringer Kostenbeitrag genannt.

Mit großem Engagement unterstützen wir ältere Menschen in Frankfurt am Main. Das lebendige Miteinander soll allen offen stehen, unabhängig von der finanziellen Situation des Einzelnen. Unterstützen Sie unsere wertvollen Arbeit durch einen finanziellen Beitrag.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung.

**Gemeinsam
Gemeinschaft
schaffen
–
dank Ihrer
Spende!**

Stichwort: **Spenden Offene Seniorendienste**

Frankfurter Volksbank Rhein/Main eG

IBAN: **DE93 5019 0000 0500 3780 00**

BIC: **FFVBDEFF**

Alle Veranstaltungen finden Sie im Internet auf:
www.frankfurter-verband.de/aktiv-aelterwerden



INHALTSVERZEICHNIS

UNSERE HÖHEPUNKTE VON OKTOBER BIS DEZEMBER 2026



Ausflüge um Frankfurt herum

Seite 4

Ob Spaziergänge oder Wanderungen – in der Gemeinschaft macht das Erleben und Entdecken mehr Spaß. Steigen Sie bei uns ein!



Kultur und Kreativität

Seite 14

Musik und Theater, Gespräche und Vorlesungen, Kino und Führungen, Tanz und Konzerte, Basteln und Werken – es gibt viel zu erleben und Erlebnisse zu teilen. Kommen Sie mit!



Neue Medien

Seite 30

Neue Medien und Technik – profitieren Sie von unserem Know-how und nutzen Sie unsere Angebote und Möglichkeiten. Wir bilden Sie gerne weiter!



Information und Bildung

Seite 34

Vorträge und Beratung, Wissen und Nachhaltigkeit, Historie, und Gesprächsrunden. Nutzen Sie unsere unterschiedlichen Angebote und Möglichkeiten. Wir sprechen miteinander!



Treffs und Spiele

Seite 42

Es gibt viele gute Gründe, zusammen Zeit zu verbringen. Drinnen und draußen, mit alten und neuen Freunden: wir leben Gemeinschaft. Bunt und vielfältig. Teilen Sie Ihre Zeit mit uns!



Ausflüge um Frankfurt herum



Vom Stadtviertel in die Welt



Wir bringen Sie auf Touren.

Ob Spaziergänge oder Wanderungen –
in der Gemeinschaft macht das Erleben
und Entdecken mehr Spaß.
Steigen Sie bei uns ein!

07.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend **Wetterpark des Deutschen Wetterdienstes** **Offenbach**

Der Wetterpark in Offenbach ist ein weltweit einzigartiger öffentlicher Park, der sich ganz dem Thema Wetter und Klima widmet. Auf einem Lehr- und Erlebnispfad mit 15 Stationen werden Wetterphänomene anschaulich erklärt und erlebbar gemacht. Im Besucherzentrum erleben Gäste interaktive Stationen mit spannenden Einblicken in Himmelsphänomene.

Termin Mittwoch, 07. Oktober

Anmeldung bis 02.10.

Ort Treffpunkt: Bornheim-Mitte Haltestelle der Buslinie 103
in Richtung OF um 11:00 Uhr

Kosten Fahrtkosten/Verzehrkosten sind selber zu tragen,
3 € Gastbeitrag.

Kontakt Gerhardt Rinn, Tel. 0162 3072 178

13.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung **Offenes Aktivangebot mit Monika Franz**

Die Schwanheimer Düne – **eine Oase am Rande der Großstadt**

Die Naturlotsin Sigrid Hilbig führt uns auf Lattenwegen durch die Dünenlandschaft mit ihrem Streuobstbestand und mehreren Teichen. Dabei macht sie auf die besonderen Pflanzen aufmerksam, die inzwischen auf der Roten Liste stehen, darunter Silbergras, Bauernsenf und die Sand-Grasnelke. Auch einige Kiefern mit ihrem bizarren Wuchs, der an ferne Meeresküsten erinnert, sind bemerkenswerte Besonderheiten dieser Landschaft.

Termin Dienstag, 13. Oktober | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 29.09.

Ort Parkplatz Höchster Weg, 60529 F-Schwanheim

Kosten 10 €

Teilnehmer 30

Buchungsnr. 22160-14-2026

! Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz dienstags von
10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299 807 268.



14.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Die Pfalz entdecken, erleben und genießen

Fahrt nach Weisenheim am Berg und ein gemeinsames Mittagessen im Restaurant Holz-Weisbrodt Stammhaus. Nach dem Mittagessen eine kurze Weiterfahrt in die Weinstadt Bad Dürkheim. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung. Genießen Sie einen Spaziergang im idyllischen Kurpark mit einem der längsten Gradierwerke Deutschlands oder entdecken Sie das imposante Dürkheimer Riesenfass. Nachmittags besteht Gelegenheit zum Kaffeetrinken in zahlreichen Cafés der Stadt.

Termin

Mittwoch, 14. Oktober | 09:00 – 19:00 Uhr

Ort

09:00 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)

09:15 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte

09:30 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Kosten

27 € Fahrpreis, Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung, (Vorauskasse), Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen



Buchungsnr. 22156-14-2026

15.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer

in Zusammenarbeit mit dem Freundeskreis liebenswertes Frankfurt

Stadtspaziergang – Geheimnisse Frankfurts 2.0

Wissen Sie, dass Frankfurt auch eine Freiheitsstatue hat? Oder wo das Geburtshaus des Atomphysikers Otto Hahn stand? Das und über andere rätselhafte Kleinigkeiten in der Frankfurter Altstadt erzählt Angelika Ramm-Fischer vom Freundeskreis liebenswertes Frankfurt e.V. beim Spaziergang durch die Innenstadt.

Termin

Donnerstag, 15. Oktober | 14:00 – 15:30 Uhr

Anmeldung

bis 13.10.

! Treffpunkt: Brunnen auf dem Liebfrauenberg, Seite mit den Bänken.



21.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Zur Mathildenhöhe Darmstadt

Bei einer Führung erfahren Sie alles über die Mathildenhöhe als UNESCO-Welterbe und Zentrum des Jugendstils. Zwischen 1899 und 1914 als Künstlerkolonie gegründet, gilt sie als Wegbereiter der Moderne und des Neuen Bauens. Mit dem Hochzeitsturm ist sie ein weltweit anerkanntes Symbol für Architektur.

Termin Mittwoch, 21. Oktober | 11:30 Uhr

Anmeldung bis 12.10.

Ort Den Treffpunkt für die gemeinsame Anfahrt mit dem ÖPNV erfahren Sie bei der Anmeldung.

Kosten auf Anfrage

Teilnehmer 20

Buchungsnr. 22155-10-2026

21.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst

Reihe: Höchst erleben!

Historischer Spaziergang mit gemütlichem Ausklang

Entdecken Sie die Altstadt mit dem gebürtigen Höchster Bernd Renker. Freuen Sie sich auf spannende Einblicke in die Geschichte prägender Gebäude, wie z. B. der Justinuskirche. Neben historischen Fakten kommen auch unterhaltsame Anekdoten nicht zu kurz. Zum gemütlichen Ausklang kehren wir gemeinsam in ein nahegelegenes Café ein.

Termin Mittwoch, 21. Oktober | 14:30 Uhr

Anmeldung bis 15.10.

Ort Bahnhofshalle Höchst

Kosten 3 € Gebühr (bitte bis Anmeldeschluss bezahlen) und Einkehr

Teilnehmer 12

Buchungsnr. 44152-11-2026

NEU!



**22.
10.**



Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Kreuz und quer unterwegs im Frankfurter Grüngürtel – Historischer Wanderweg Schwanheim

Der historische Wanderweg hat einiges zu bieten: Kelsterbacher Terrasse (vom Ende der Eiszeit vor 10.000 Jahren), Hügelgräber aus der Bronzezeit (vor 4.000 Jahren), Reste einer römischen Villa und der damals so genannte „Luftkurort“ Kobeltruhe (Anfang des 20. Jahrhunderts). Der Weg ist flach, aber mit 11 km recht lang.

Termin Donnerstag, 22. Oktober | 13:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung bis 19.10.

**⚠ Die Strecke beträgt etwa 11 km und ist überwiegend flach.
Treffpunkt wird nach Anmeldung bekannt gegeben.**

**27.
10.**



Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung Offenes Aktivangebot mit Monika Franz

Hochheim am Main – die Wein- und Sektstadt

Der Stadtführer Achim Munck holt uns an der Hochheimer S-Bahnstation ab, führt in die Weinberge und von dort zu den liebevoll restaurierten Fachwerkhäusern in der Altstadt. Ziel ist das Weinbaumuseum, dort erfahren wir auf anschauliche Weise alles über die Arbeit von Winzerinnen und Winzern und wie der Wein in die Flasche kommt.

Termin Dienstag, 27. Oktober | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 13.10.

Ort S-Bahnhof Hochheim

Kosten 5 €

Teilnehmer 30

Buchungsnr. 22160-15-2026

**⚠ Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz dienstags von
10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299 807 268.**

04.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

„Perle der Wetterau“ – Ausflug nach Butzbach

Butzbach lädt zu einer spannenden Entdeckungstour durch Geschichte und Kultur der Wetterau ein. Nach dem Mittagessen im Deutschen Haus besuchen wir bei einer Stadtführung die Altstadt, das Landgrafenschloss und das Museum Butzbach mit Einblicken in die regionale Geschichte.

Termin Mittwoch, 04. November | 11:30 Uhr

Anmeldung bis 26.10.

Ort Treffpunkt: Frankfurter Hbf. am Infostand um 11:30 Uhr,
Abfahrt 11:48 Uhr RB 41

Kosten 10 € für Gäste

Kontakt Hildegard Hoock

! *Fahrtkosten und Verzehrkosten sind selbst zu tragen.
7 € für die Stadtführung, 3 € Gastbeitrag.*

10.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung Offenes Aktivangebot mit Monika Franz

Dem echten Sandmännchen in die Augen schauen

Hautnah erleben, wie Trickfilme entstehen: In der Werkstatt und im Studio-atelier des „Trickfilmlandes“ im Frankfurter Osthafen zeigt man uns die einzigartigen Schätze aus 30 Jahren Filmproduktion. Wir entdecken neben dem Sandmännchen, den berühmten Karikaturfiguren aus Sport und Politik, zahlreiche Figuren und Kulissen. Anschaulich erklärt wird die faszinierende Welt des Animationsfilms mit vielen liebevollen Details zum Staunen.

Termin Dienstag, 10. November | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 27.10.

Ort Hafenfabrik, am Schornstein Daimlerstraße 32-36,
60314 Frankfurt

Kosten 12 €

Teilnehmer 18

Buchungsnr. 22160-16-2026

! *Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz dienstags von
10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299 807 268.*



**18.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Gänseessen in Schotten-Busenborn

Nach einer eindrucksvollen Fahrt durch das größte zusammenhängende Vulkangebiet Europas erwartet Sie in der Mittagszeit im Gasthaus „Zum Bilstein“ in Schotten-Busenborn das Gänseessen. Am Nachmittag geht es dann weiter durch den herbstlichen Vogelsberg bis nach Nieder-Moos. Dort besteht Gelegenheit zu einem Spaziergang und zum Kaffeetrinken im Hotel-Restaurant Jöckel.

Termin Mittwoch, 18. November | 09:15 – 18:30 Uhr
Ort 09:15 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (HeerstraÙe)
 09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte
 09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke
Kosten 27 € Fahrpreis (VorauskaÙe), Speisen und Getrânke sind selbst zu zahlen.

Buchungsnr. 22156-15-2026

**18.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst

Tag und Nacht auf der Erde – Besuch der Ausstellung in den Opelvillen

Der 1930 in Ostpreußen geborene Schauspieler, Musiker und Maler Armin Müller-Stahl wird mit dieser Ausstellung als bildender Künstler gewürdigt. Dabei spielt seine Biografie eine herausragende Rolle: Begebenheiten in der früheren DDR prägten ihn ebenso wie sein späteres Pendeln zwischen den USA und Deutschland. Im Anschluss kehren wir zum Mittagstisch ins benachbarte Restaurant ein.

Termin Mittwoch, 18. November | 09:45 – 15:00 Uhr
Anmeldung bis 11.11.
Ort 9:50 Uhr Bahnhofshalle Höchst
Kosten Eintritt: 8 €, RMV und Einkehr
Teilnehmer 12
Buchungsnr. 44152-12-2026



19.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Kreuz und quer unterwegs im Frankfurter Grüngürtel – Waldrundweg Schwanheimer Wald

Rund um die Schwanheimer Wiesen und am versteckten und verwunschenen Rohsee entlang verläuft dieser schöne etwa 5,5 km lange Wanderweg. Hier gibt es neben der komischen Kunst im Grüngürtel auch viel Wissenswertes rund um die Bäume im Schwanheimer Wald zu entdecken.

Termin Donnerstag, 19. November | 13:30 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 16.11.

⚠ *Die Strecke beträgt etwa 5,5 km und ist überwiegend flach. Treffpunkt wird nach Anmeldung bekannt gegeben.*

24.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung Offenes Aktivangebot mit Monika Franz

Die Erlöserkirche in Bad Homburg

Angelehnt an die schönen Vorbilder deutscher, französischer und italienischer romanisch-mittelalterlicher Kunst, nimmt die Kirche in ihrer äußeren Gestalt Motive aus rheinischen Landen auf, während im Inneren der Bezug auf die Hagia Sophia und orthodoxe Traditionen unübersehbar ist. Herausragend ist das Christus-Mosaik in der Apsis-Kuppel und erstaunlich ist für den Besucher, dass die Augen ihn überallhin verfolgen.

Termin Dienstag, 24. November | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 10.11.

Ort Erlöserkirche, Dorotheenstr. 1, 61348 Bad Homburg

Kosten 5 €

Teilnehmer 30

Buchungsnr. 22160-17-2026

⚠ *Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299 807 268.*



03.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof

Gänseessen im Schloss Fasanerie & Weihnachtsmarkt Fulda

Genießen Sie einen stimmungsvollen Adventsausflug mit einem traditionellen Gänseessen im historischen Schloss Fasanerie in Eichenzell. Anschließend besuchen wir den festlich geschmückten Weihnachtsmarkt in Fulda, der mit liebevoll dekorierten Buden, weihnachtlichen Düften und besonderer Ambiente zum Bummeln und Genießen einlädt.

Termin Donnerstag, 03. Dezember | 10:00 – 19:00 Uhr

Kosten 33 € (nur Busfahrt)

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen

Teilnehmer 45

Buchungsnr. 33117-03-26

⚠ Abfahrt: 10:00 Uhr Mörfelder Landstr./Ecke Heimatsring gegenüber der Hausnummer 247 (Shell Tankstelle)

Zahlung im Zuge der Anmeldung

03.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Gallus – in Kooperation mit dem Nachbarschaftsraum Mitte-West der evangelischen Kirche

Besuch der Krippenausstellung in der Dreifaltigkeitskirche

Die Weihnachtskrippe. Jeder kennt sie, viele haben sie. Pfarrer Dippel aus Rödelheim hat über die Jahre eine beachtliche Sammlung zusammengetragen. Ein Teil ist in der Dreifaltigkeitskirche zu sehen. Im Mittelpunkt stehen kleine Krippen: als Krippenblock geschnitzt, in Streichholzschachteln oder als Windlicht.

Termin Donnerstag, 03. Dezember | 14:00 – 15:30 Uhr

Anmeldung bis 30.11.



10.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung Offenes Aktivangebot mit Monika Franz

Vor Fürste fürcht ich mich net, ich kann koche!

Catharina Elisabeth Goethe, in der Familie liebevoll Aja genannt, war eine besondere Frau. Ein schwieriger Ehemann und ein überaus talentierter Sohn bescherten ihr ein bewegtes Leben, über dessen Höhen und Tiefen ihr ihre Frohnatur immer wieder hinweghalf. Die Schauspielerinnen Kate Schaaf schlüpft in die Rolle dieser berühmten Mutter und begleitet uns durch ihr liebevoll eingerichtetes Zuhause.

Termin Donnerstag, 10. Dezember | 14:45 Uhr

Anmeldung bis 24.11.

Ort Frankfurter Goethehaus, Großer Hirschgraben 21

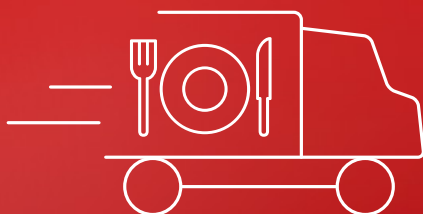
Kosten 17 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-18-2026

**⚠️ Anmeldung ausschließlich bei Monika Franz dienstags von
10:00 – 12:00 Uhr unter 069 299 807 268.**

sieben mal sieben



Der sieben Tage Menüservice des Frankfurter Verbandes

Der Menüservice des Frankfurter Verbandes hilft bei der Versorgung mit Mittagessen. In einem Wochen-Menüsortiment sind sieben tiefkühlfrische Gerichte zusammengestellt. Verschiedene Kostformen oder Unverträglichkeiten können berücksichtigt werden.

Das Menüpaket wird einmal wöchentlich geliefert und dann zu Hause in der Mikrowelle oder im Backofen ganz einfach fertig gekocht.

Der Menüservice bietet außerdem auch Heißauslieferung an – hier können Sie täglich aus sechs Gerichten wählen.

Bei der Lieferung durch unsere Menükuriere gelten klare Verhaltensregeln und strenge Hygienevorschriften zur größtmöglichen Sicherheit für Besteller und Menükuriere. Die Übergabe der Menüs erfolgt ohne direkten Kontakt zum Besteller.

Nähere Informationen zum Menüservice des Frankfurter Verbandes, der in Kooperation mit der apetito AG ausgeführt wird, gibt es unter:



Tel.: 069 30 05 99 92



**www.ihr-menueservice.de/
frankfurter-verband**



**FRANKFURTER
VERBAND**



Kultur & Kreativität



Das bunte und vielfältige Stadtviertel



Wir bringen Sie vor und auf die Bühne.

Musik und Theater, Gespräche und Vorlesungen,
Tanz und Konzerte, selbstentworfen und selbst-
gemacht – es gibt viel zu erleben und zu teilen.
Seien Sie dabei!

10.
10.

Zentrum Dornbusch – Café Anschluss

NEU!

Rollenspiele – im offenen Wohnzimmer



Wer Freude an Geschichten hat und gern Neues ausprobiert, ist hier richtig. Beim generationenübergreifenden Pen-&-Paper-Rollenspiel erfinden wir gemeinsam ein Abenteuer. Sie entwickeln eigene Figuren und erleben als Superheldinnen und Superhelden spannende Geschichten. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Termin Samstag, 10. Oktober | 13:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 3 Werktage vor Veranstaltungsbeginn

13.
10.

Begegnungszentrum Ginnheim

Die Höchster Silberdisteln – Ein bisschen Spaß muss sein!



Die Höchster Silberdisteln der Senioren-Initiative Höchst erfreuen Sie mit einem Mix aus Gedichten, Liedern und Sketchen zum Lachen und zum Weinen und zum Mitmachen! Café-Zeit ab 14 Uhr: Frische Waffeln!

Termin Dienstag, 13. Oktober | 15:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 12.10.

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

14.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst in Zusammenarbeit mit dem BGSZ Höchst

NEU!

Bestien in uns – Tierisch sündige Lesung mit Musik



Was haben Tiere mit den sieben Todsünden zu tun? Die Gruppe LeNa geht dieser Frage mit szenischen Lesungen und Akkordeonmusik unterhaltsam nach. Freuen Sie sich auf Texte von Autoren wie Ringelnatz, Tucholsky oder Mascha Kaléko sowie einen literarisch-musikalischen Nachmittag voller Humor und Charme.

Termin Mittwoch, 14. Oktober | 14:30 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 12.10.

Kosten Die Kosten für Getränke sind selbst zu tragen.

14.
10.

**Zentrum Dornbusch – Café Anschluss – in Kooperation mit
17. Europäisches Filmfestival der Generationen**

NEU!

Bon Voyage – Filmnachmittag

Die 80-jährige Marie erfährt, dass der Krebs unheilbar zurückgekehrt ist, und beschließt, ihr Leben durch Sterbehilfe in der Schweiz zu beenden. Die größte Herausforderung ist, dies ihrem Sohn und ihrer Enkelin zu erzählen. Der Debütfilm von Enya Baroux, inspiriert von ihrer Großmutter, wurde mehrfach ausgezeichnet.

Termin Mittwoch, 14. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr



22.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

NEU!

„Wir, die Blumen“ – Theaterstück

In diesem poetischen Theaterstück steht die Welt still – gefangen in Angst, Ohnmacht und Erstarrung – doch eine letzte Blume atmet weiter und widersetzt sich dem Schweigen bis zu einem leisen, unaufhaltsamen Erwachen der Menschen.

Termin Donnerstag, 22. Oktober | 17:00 Uhr

Anmeldung erbeten

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



23.
10.

**Zentrum Dornbusch – Café Anschluss – in Kooperation mit
Lesben Informations- und Beratungsstelle e.V. /
17. Europäisches Filmfestival der Generationen**

NEU!

Cloudburst – Filmnachmittag

Stella und Dottie, seit 31 Jahren ein lesbisches Paar, fliehen vor dem Pflegeheim, um in Kanada zu heiraten. Unterwegs nehmen sie den jungen Gogo-Tänzer Prentice mit, der von ihrer Liebe fasziniert ist. Der Film überzeugt mit Charme, Humor und malerischen Landschaften.

Termin Freitag, 23. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr



23.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Thom Walther live – Rock, Pop & mehr

Thom begeistert mit einem vielfältigen Repertoire aus Rock, Pop, Oldies, Country und Schlager. Freuen Sie sich auf einen mitreißenden Auftritt, der garantiert keine Wünsche offen lässt. Lassen Sie uns gemeinsam in die musikalischen Meilensteine unseres Lebens eintauchen.

Termin Freitag, 23. Oktober | 19:00 – 21:00 Uhr

Anmeldung bis 1 Tag vorher

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

Teilnehmer 30



24.
10.

Begegnungszentrum Hausen – in Kooperation mit Polytechnische Gesellschaft & Frankfurt World Design Capital 2026 Frankfurt

**Frankfurt schreibt seine Geschichten –
Konzert & Lesung zum Projekt**



Autor*innen lesen ihre Texte, die im Laufe des Projektes „Frankfurt schreibt seine Geschichten“ veröffentlicht wurden. Dort werden Geschichten gesammelt, die sonst nie aufgeschrieben worden wären. Musikalisch eingebettet wird die Lesung vom Niederurseler Kammerorchester, Dirigat Young Mook Hwang.

Termin Samstag, 24. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 20.10.

Kosten Für Getränke und Snacks

29.
10.

**Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim
in Kooperation mit Europäisches Filmfestival der Generationen**

**WIR LEBEN JETZT –
Heaven Can Wait –Filmfestival**



„Heaven Can Wait“ nennt sich ein Hamburger Chor, bestehend aus Mitgliedern im Alter zwischen 70 und über 90 Jahren, die deutsche Hip-Hop und Pop-Songs auf die Bühne bringen. Eine berührende und mutmachende Dokumentation von 2023 über das kreative (hohe) Alter und über die Schönheit des Chorsingens.

Termin Donnerstag, 29. Oktober | 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 27.10.

Kosten Getränke sind selbst zu zahlen.

Teilnehmer 40

29.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Literatur-Café

NEU!



Zum zweiten Mal: Unser neues Literatur Café. Lauschen Sie entspannt bei Kaffee und Kuchen den humorvollen Kurzgeschichten. Hans-Christoph Fehr liest gemeinfreie Geschichten von Hermann Harry Schmitz, Kurt Tucholsky, Heinrich Spörl und Mark Twain.

Termin Donnerstag, 29. Oktober | 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 26.10.

Kosten Eintritt frei! 4,50 € für Gedeck mit großem Kaffee und Kuchen, 4 € mit großem Kaffee

30.
10.

Begegnungszentrum Ginnheim

C'est si bon ... Chanson-Musik-Café



Leo nimmt sie mit auf eine Reise in seine französische Heimat. Tauchen Sie mit Leos Gesang und den Klängen des sensibel-groovigen Gitarrenspiels in die französische und deutsche Kultur des Chansons ein. Sie hören Stücke quer durch die Generationen der französischen Klassiker und der deutschen Liedermacherszene.

Termin Freitag, 30. Oktober | 15:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 29.10.

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

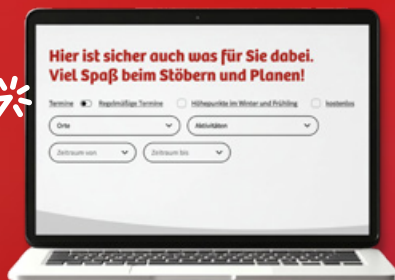
❗ **Café-Zeit: Französische Waffeln ab 14:30 Uhr.**

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



31.
10.



Begegnungszentrum Ginnheim

Zwischen Tag und Nacht – Konzert und Lesung mit der Band Allegro

„Allegro“ begeistert mit Musik der 60er und 70er Jahre, die ein ganz besonderes Lebensgefühl erwecken. Karin Schneider trägt passend dazu eigene Verse vor. Hand in Hand mit der bildhaften Sprache der Gedichte öffnet sich auf einer lyrisch-musikalischen Reise ein Raum für Fantasie, Erinnerung und mehr.

Termin Samstag, 31. Oktober | 18:00 – 20:00 Uhr

Anmeldung bis 30.10.

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

! Einlass ab 17:30 Uhr.

03.
11.



**Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach
in Kooperation mit den Lesefreuden**

Samt und Bittermandel – Lesung nach Joanne Harris

Die humorvollen und berührenden Erzählungen zeigen die Abgründe hinter den Fassaden des Lebens und öffnen den Blick für das Wesentliche. Die britische Bestsellerautorin wurde durch die Verfilmung ihres Romans „Chocolat“ bekannt. Die Lesung wird von Martina Richards, die selbst Autorin ist, vorgetragen.

Termin Dienstag, 03. November | 15:00 – 17:00 Uhr

Kosten 4 € Kaffee- und Kuchengedeck

05.
11.



Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt

Afrikanisches Trommeln

Lerne das afrikanische Trommeln kennen oder vertiefe deine Grundkenntnisse. Gemeinsam spielen wir traditionelle Rhythmen und erleben die Freude am Musizieren in der Gruppe. Der Kurs ist für Einsteiger und Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen geeignet.

Termin Donnerstag, 05. November | 18:00 – 19:30 Uhr

Kosten 50 €

Buchungsnr. 22158-26-443

❗ **05.11. – 26.11., 4 Termine**

Im Kursbeitrag ist die Nutzung der gestellten Instrumente bereits enthalten.

NEU!

06.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim – Auguste-Oberwinter-Haus

Rödelheimer Literaturfrühstück – Das wahre Gretchen

Genießen Sie ein leckeres Frühstücksbuffet und freuen Sie sich anschließend auf die Lesung von Gabriele Steiner zum Thema „Das wahre Gretchen“. Sie beleuchtet die bekannte Figur aus Goethes Faust aus einer neuen Perspektive und lädt zum Nachdenken und Entdecken ein.

Termin Freitag, 06. November | 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung bis 05.11.

Kosten 6,50 € inkl. Frühstück mit Kaffee und O-Saft

12.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof

Weihnachtsbasteln mit Porzellanpulver

Gestalten Sie mit Porzellanpulver wunderschöne Weihnachtsdekorationen und liebevolle Geschenke. In gemütlicher Atmosphäre entstehen mit einfachen Techniken individuelle Anhänger, Figuren und festliche Dekorationen für Ihr Zuhause oder zum Verschenken. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Termin Donnerstag, 12. November | 14:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 09.11.

Kosten 9 € inkl. Material

Teilnehmer max. 10 Teilnehmer



**12.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer – in Kooperation mit in Zusammenarbeit mit dem Freundeskreis liebenswertes Frankfurt

Die Ringstraße in Wien – Bildervortrag

Viel später als in Frankfurt rissen die Wiener ihre Stadtmauern ab - und schufen auf dem freigewordenen Gelände eine repräsentative Prachtstraße mit Highlights wie der Staatsoper, dem Parlament oder dem Burgtheater. Wie es dazu kam, erzählt Angelika Ramm-Fischer beim Bildervortrag.

Termin Donnerstag, 12. November | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 10.11.

**13.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim – Auguste-Oberwinter-Haus in Kooperation mit 17. Europäische Filmfestival der Generationen

In voller Blüte – Kino im AOH

Launiger Kinonachmittag mit Popcorn. Wir zeigen den Film „In voller Blüte“ – die bewegende Geschichte eines fast 90-jährigen Kriegsveteranen, der sich auf eine außergewöhnliche Reise begibt, um seiner gefallenen Kameraden zu gedenken. Gleichzeitig erzählt der Film von einer lebenslangen Liebe, Mut, Erinnerungen und den Herausforderungen des Älterwerdens.

Termin Freitag, 13. November | 15:00 – 17:00 Uhr

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



**13.
11.**



**Begegnungs- und Servicezentrum Gallus
in Kooperation mit der Kunststiftung der DZ-Bank**

Aus heiterem Himmel – Führung durch die Ausstellung

Die Kunststiftung der DZ-Bank vergibt alle 2 Jahre Stipendien an Künstler*innen. Die beiden Preisträger Kirsten Justesen und Sven Johné präsentieren ihre Arbeiten. Wie immer werden die neuen Kunstwerke thematisch passend in Beziehung zu bereits in der Sammlung vorhandenen Werken gesetzt und in einer spannenden Ausstellung präsentiert.

Termin Freitag, 13. November | 15:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 09.11.

**14.
11.**



**Begegnungszentrum Hausen
in Kooperation mit Frankfurter Miteinanderfonds**

Kontraste – ein Konzert für Flöte und Harfe

Ein Konzert, das mit Gegensätzen spielt: Ein unscheinbares Gebäude am Fuße eines Hochhauses trifft auf die schillernde Klangwelt des französischen Impressionismus. Es musizieren Sara Esturillo Sánchez (Harfe) und Christoph Dorner (Flöte); Herr Dorner führt erläuternd durch das Konzert.

Termin Samstag, 14. November | 15:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung bis 13.11.

Kosten Für Getränke und Snacks



**14.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst in Kooperation mit Bunter Tisch Höchst Miteinander & PakBann Neue Szenen von BusStop

Aufgrund der großen Nachfrage zeigt das 13-köpfige Amateurensemble seine neuen Szenen zum vierten Mal im Höchster Kulturkeller. Spieler unterschiedlichen Alters bringen selbstgeschriebene Geschichten aus eigenen Erfahrungen auf die Bühne. Die Szenen berühren, überraschen und regen zum Nachdenken an.

Termin Samstag, 14. November | 19:00 – 21:15 Uhr
Anmeldung erforderlich bei info@busstop-frankfurt.com
Ort Kulturkeller Höchst Bolongarostraße 186
 65929 Frankfurt
 am Main

! Freie Platzwahl. Der Kulturkeller öffnet ab 18:00 Uhr.

**21.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst in Kooperation mit Westkunst Nied Gruppenausstellung Petersburger Hängung – Vernissage

Seit 2008 lädt Westkunst Nied jährlich zur Petersburger Hängung ein – einer Gruppenausstellung mit zahlreichen Werken verschiedenster Künstler*innen. Inspiriert vom klassischen Konzept der Salonhängung, werden die Bilder in lebendiger Vielfalt nebeneinander und übereinander präsentiert.

Termin Samstag, 21. November | 17:00 – 18:30 Uhr



**24.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim

Konzert des Seniorenorchesters des Frankfurter Verbandes

Lassen Sie sich musikalisch auf die Adventszeit einstimmen. Das Senioren-
orchester des Frankfurter Verbandes unter der Leitung von Günther Steg-
müller präsentiert festliche Melodien mit den Solistinnen Petra Bornhövd
und Karen Nagel. Charmante Moderationen führen durch das Programm.

Termin Dienstag, 24. November | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 20.11.

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

! Anmeldung erforderlich.

**01.
12.**



Begegnungszentrum Ginnheim

Adventskonzert des Seniorenorchesters des Frankfurter Verbandes

Musikgenuss und Gaumenfreuden bei Kerzenschein und Weihnachtsduft:
Unter der Leitung des Dirigenten Günther Stegmüller spielt das einmalige
Orchester weltbekannte Melodien. Eine Sopranistin singt zu ausgewählten
Stücken. Eine unterhaltsame Moderation rundet das Programm ab.

Termin Dienstag, 01. Dezember | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 25.11.

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

! Das Café öffnet um 14:00 Uhr.



04.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim – Auguste-Oberwinter-Haus

Besinnlich in den Advent – Rödelheimer Literaturfrühstück

Freuen Sie sich auf ein gemütliches Frühstücksbuffet und eine stimmungsvolle Lesung: Angelika Ramm-Fischer vom Freundeskreis liebenswertes Frankfurt präsentiert besinnliche Weihnachtsgeschichten und sorgt für einen festlichen Start in die Adventszeit.

Termin Freitag, 04. Dezember | 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung bis 03.12.

Kosten 6,50 € inkl. Frühstück mit Kaffee und O-Saft

04.
12.



Begegnungszentrum Ginnheim

Weihnachten in Frankfurt – Lese-Café

Genießen Sie mit uns eine gesellige Kaffeestunde mit frischen Waffeln in stimmungsvoller Atmosphäre. Im Anschluss erwartet Sie eine wunderbare Lesung: Bekannte Persönlichkeiten erleben die Weihnachtszeit in Frankfurt. Zaubhafte Begegnungen und Anekdoten. Vorgetragen von Marianne Vekony.

Termin Freitag, 04. Dezember | 15:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 03.12.

Kosten Beitrag 3 €, Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

❗ **Das Café öffnet um 14:00 Uhr.**

NEU!

09.
12.



Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt
Holzarbeiten für die Weihnachtszeit –
Weihnachts-Werken

NEU!

Gemeinsam gestalten wir individuelle Weihnachtsdekoration und kleine Geschenke mit einfachen, gut umsetzbaren Techniken. In entspannter Atmosphäre entstehen kreative Projekte aus verschiedenen Materialien. Der Workshop eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene

Termin Mittwoch, 09. Dezember | 17:00 – 19:00 Uhr

Anmeldung bis 2 Wochen vor Workshopbeginn

Kosten 25 €

Buchungsnr. 22158-26-464

10.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer
in Zusammenarbeit mit dem Freundeskreis liebenswertes Frankfurt
Gewürz-Geschichten –
Bildervortrag

An Festen kommt alles auf den Tisch, was gut und teuer ist. Und teuer waren sie einst, die Gewürze in Lebkuchen und Plätzchen. Wie überhaupt Muskatnuss, Zimt, Vanille und Kardamom zu uns kamen, erzählt Ihnen Angelika Ramm-Fischer.

Termin Donnerstag, 10. Dezember | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 08.12.

12.
12.



Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt
Ruhe finden in einer lauten Welt –
Stressregulation im Alltag

NEU!

Stress und Reizüberflutung bringen uns leicht aus dem Gleichgewicht. In diesem Workshop verstehen wir, warum unser Gehirn und Nervensystem so reagieren, und entdecken einfache, alltagstaugliche Wege, um wieder mehr Ruhe, Gelassenheit und innere Balance zu finden.

Termin Samstag, 12. Dezember | 11:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 01.12.

Kosten 40 €

Teilnehmer 8

Buchungsnr. 22158-26-466



12.
12.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Die „Vier Freunde“ zu Gast im Hofgut – Konzert



Erleben Sie einen musikalischen Nachmittag mit Gesang und Klavier, präsentiert von weißrussischen Musizierenden. Moderation: Irene Knab. Genießen Sie die Musik bei einem leckeren Getränk!

Termin Samstag, 12. Dezember | 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen!

15.
12.

Begegnungszentrum Ginnheim

Klassisches Weihnachtskonzert der Superlative



Freuen Sie sich auf ein besonderes musikalisches Erlebnis der Gruppe „Vier Freunde“: Eine Reise durch Europa mit zwei stimmungswaltigen, international erfahrenen Musikern und einem erstklassigen Pianisten. Irene Knab führt unterhaltsam durch das Programm.

Termin Dienstag, 15. Dezember | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 14.12.

Kosten Eintritt 10 € (Vorkasse), Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

⚠ **Das Café öffnet um 14:00 Uhr.**

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!



Peter Gehweiler

Tel: 069 299 807 2353

Christine Fischer

Tel: 069 299 807 2352



ehrenamt@frankfurter-verband.de

www.frankfurter-verband.de



**FRANKFURTER
VERBAND**



Neue Medien



Wissen und Austausch im Stadtviertel



**Ob Fotografie, KI oder neue Medien –
es gibt immer etwas zu lernen.**

Wissen, Beratung, Austausch – nutzen Sie unsere unterschiedlichen Angebote und Möglichkeiten, wir helfen Ihnen gerne weiter!

06.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst / Café Mouseclick

Mein iPhone besser verstehen

Der Kurs startet mit Einstellungen (Textgröße, Lautlos Modus, Apple Account), durch die Sie das iPhone an Ihre Bedürfnisse anpassen. Schwerpunkt ist die Kommunikation mit anderen. Wie können Sie Fotos und Anhänge verschicken? Wie können Sie ein Adressverzeichnis aufbauen? Praktische Tipps für den Alltag.

Termin Dienstag, 06. Oktober | 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung bis 02.10.

26.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Digitale Teilhabe im Alter – Mitmachen statt Abwarten

Kostenfreie Hausbesuche unterstützen ältere Frankfurter*innen beim Umgang mit Smartphone, Tablet und Internet. Schritt für Schritt zu mehr Sicherheit im digitalen Alltag und mehr gesellschaftlicher Teilhabe.

Termin Montag, 26. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kontakt Maximiliane von Arnim,
maximiliane.von-arnim@frankfurter-verband.de

NEU!

10.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Gute Fotos machen – Schritt für Schritt

Lernen Sie die wichtigsten Grundlagen der Smartphone-Fotografie kennen. Mit einfachen Tipps zu Licht, Bildaufbau und Kameraeinstellungen gelangen Ihnen im Handumdrehen schöne und kreative Fotos.

Termin Dienstag, 10. November | 14:00 – 15:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten 15 €

17.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst / Café Mouseclick

WhatsApp kann mehr! – Praktische Tipps für den Alltag

Entdecken Sie die vielfältigen Möglichkeiten von WhatsApp. Schritt für Schritt lernen Sie, Fotos und Sprachnachrichten zu verschicken, Video-telefonie zu nutzen und Einstellungen vorzunehmen. So können Sie die App sicher und vielseitig im Alltag nutzen. Für Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen.

Termin Dienstag, 17. November | 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung bis 01.11.

Kosten 10 €



24.
11.

**Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend
in Zusammenarbeit mit Café Anschluss**

Smartphone-Fotos ordnen



Entdecken Sie, wie Sie Fotos und alte Bilder mit Ihrem Smartphone übersichtlich sortieren, sichern und in digitale Alben verwandeln. So bleiben wertvolle Erinnerungen jederzeit griffbereit und gut organisiert.

Termin Dienstag, 24. November | 14:00 – 15:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten 15 €

10.
12.

**Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad
in Zusammenarbeit mit dem Café Anschluss**

Elektronische Patientenakte, Gesundheitsdaten sicher im Blick behalten



Seit 2025 haben auch Sie automatisch eine elektronische Patientenakte (ePA). In diesem Vortrag erfahren Sie, was die ePA ist, wie sie funktioniert und welche Vorteile sie im Alltag bringen kann. Sie erfahren mehr über Sicherheit und Datenschutz, Rechte und Ihre Mitbestimmung in Ihrer ePA.

Termin Donnerstag, 10. Dezember | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis zum 08.12. erforderlich

Kosten 5 € für Kaffee- und Kuchengedeck



Information & Bildung

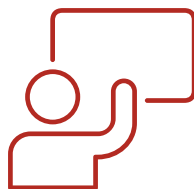


Vom Stadtviertel in die Welt

Wir tauschen uns aus

Filmabende und Historie, Vorträge und Gesprächsrunden. Nutzen Sie unsere unterschiedlichen Angebote und Möglichkeiten.

Wir sprechen miteinander!



01.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim – in Kooperation mit den Maltesern Frankfurt und dem Quartiersmanagement Fechenheim Süd
Deutsch sprechen und üben – Sprachcafé



Sprache verbindet und eröffnet neue Möglichkeiten im Alltag. Im Sprachcafé wird in kleinen Gruppen gemeinsam gesprochen, zugehört und geübt – alltagsnah, ungezwungen und ohne Leistungsdruck. Ehrenamtliche unterstützen dabei, Deutschkenntnisse anzuwenden und zu erweitern. Die Malteser begleiten das Angebot.

Termin Donnerstag, 01. Oktober | 18:00 – 19:30 Uhr

Kontakt Steffen Voss, Steffen.Voss@malteser.org

⚠ **Jeden 1. und 3. Donnerstag**

04.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend in Kooperation mit den Ambulante Malteser Hospizdienst
Trauerbrunch für Trauernde



Beim gemeinsamen Frühstück möchten wir Trauernden die Gelegenheit geben, in Gemeinschaft mit anderen Betroffenen zu frühstücken, zu reden und sich auszutauschen. Wir denken, dass das Teilen von Erinnerungen und Gefühlen mit Gleichgesinnten einen wertvollen Beitrag im Trauerprozess leisten kann.

Termin Sonntag, 04. Oktober | 11:00 – 12:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kontakt Ambulanter Malteser Hospizdienst,
hospizdienst-frankfurt@malteser.org

⚠ **Der Trauerbrunch wird bis einschließlich Dezember angeboten und endet anschließend.**

05.
10.

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend
Reisen einst und jetzt!



Wie hat sich das Reisen im Laufe der Zeit verändert? Entdecken Sie spannende Unterschiede zwischen früher und heute – von der Reiseplanung bis zur Fortbewegung. Ein unterhaltsamer Blick auf vergangene und moderne Reisewelten.

Termin Montag, 05. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung erforderlich

08.
10.

**Begegnungszentrum Praunheim
in Kooperation mit VHS Frankfurt**

NEU!

Die Frankfurter Plattform 55+



Horizonte erweitern, neue Impulse und Rat finden: Bildungs- und Beratungsangebote sowie Möglichkeiten für Austausch und Begegnung in Frankfurt finden Sie hier digital. Marco Mayer stellt die Website vor, erklärt die Nutzung und beantwortet Ihre Fragen.

Termin Donnerstag, 08. Oktober | 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 07.10.

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



**Frankfurter
Plattform 55+**

Das Netzwerk und die Plattform zum Anfassen

Infostände, Beratung und Technikhilfe der Netzwerkpartner und vieles mehr.

Wir sind Teil des Netzwerks:

Treffen Sie uns am Infostand des Frankfurter Verbands – wir freuen uns über Ihren Besuch.

Freitag, 23. Oktober 2026, von 14 – 17 Uhr

Zentralbibliothek Stadtbücherei Frankfurt

Hasengasse 4 • 60311 Frankfurt a. M.

**GROSSER
AKTIONSTAG
am
23.10.2026**

**kostenlos
&
barrierefrei**



VHS Frankfurt/Frankfurter Plattform 55+
frankfurter-plattform-55plus.de



**FRANKFURTER
VERBAND**

15.
10.



**Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim –
Haus der Begegnung – in Kooperation mit dem Zoo Frankfurt**
Zoo Frankfurt – Wie sich der Zoo verändert hat

NEU!

Der Zoo kommt zu uns! Tierpfleger Karlheinz Jahnel berichtet in einem Bildervortrag über die Entwicklung der Zoos und ihre Bedeutung im Natur und Artenschutz, wie sich die Arbeit in der Tierpflege verändert hat.

Termin Donnerstag, 15. Oktober

10:00 – 11:30 Uhr

Anmeldung bis 14.10.

Kosten Der Eintritt ist frei.



Tiere erleben - Natur bewahren

15.
10.



**Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad
in Kooperation mit dem Bürgerinstitut Frankfurt**

**Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht –
oder Betreuungsverfügung**

Ein Unfall oder eine Krankheit können das Leben deutlich verändern. Entscheidungen müssen getroffen werden – am besten, bevor es zu einem Notfall kommt. Herr Heers vom Bürgerinstitut informiert über Möglichkeiten der Vorsorge und erklärt verständlich, was in einer Patientenverfügung wichtig ist.

Termin Donnerstag, 15. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis zum 13.10. erforderlich

Kosten 4 € für Kaffee- und Kuchengedeck

17.
10.

31.
10.

14.
11.

28.
11.



Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt

Neuland gestalten.

Aktiv und selbstbestimmt in den neuen Lebensabschnitt

Der Übergang in den Ruhestand bringt neue Freiräume und neue Fragen mit sich. In dieser vierteiligen Workshopreihe mit Alina Pergande reflektieren Sie Ihren neuen Lebensabschnitt, entwickeln Perspektiven für Alltag und Beziehungen und gestalten den Wandel bewusst, aktiv und mit Zuversicht.

Termin Samstag, 17. Oktober | 11:00 – 15:00 Uhr

Anmeldung bis 2 Wochen vor Workshopbeginn

Kosten 30 € pro Workshop

Teilnehmer 8

Buchungsnr. 22158-26-367

NEU!

⚠ **Die Reihe umfasst 4 Workshops, die sowohl einzeln,
als auch im Komplettpaket gebucht werden können
(siehe: www.kreativwerkstatt-ffm.de):**

17.10.: Abschied & Neubeginn

31.10.: Identität & Ressourcen

14.11.: Struktur & Beziehungen

28.11.: Sinn & Perspektiven

20.
10.



Begegnungszentrum Preungesheim

Die jüngste Altstadt der Welt in Frankfurt a. M.

In einem Bildvortrag zeigt Angelika Ramm-Fischer von den Freunden liebenswertes Frankfurt, wie das Gebiet zwischen Dom und Römer wiederbelebt wurde und inwieweit sich einst und jetzt voneinander unterscheiden.

Termin Dienstag, 20. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr

22.
10.



Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

Informationsnachmittag zum Thema Hausnotruf

Die Teamleitung von Hausnotruf-Deutschland beim Frankfurter Verband stellt verschiedene Möglichkeiten des Hausnotrufs vor. Insbesondere Fragen zu mobilen Notruflösungen, die Sicherheit außerhalb der eigenen Wohnung bieten, können beantwortet werden.

Termin Donnerstag, 22. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis zum 20.10. erforderlich

Kosten 4 € für Kaffee- und Kuchengedeck

30.
10.



Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt

Argumentationstraining mit Omas gegen Rechts

Rassistische, antisemitische und andere diskriminierende Aussagen begegnen uns immer häufiger. Dieses interaktive Argumentationstraining vermittelt Strategien, um respektvoll Haltung zu zeigen, sicher zu widersprechen und den Umgang mit konkreten Alltagssituationen praktisch zu üben.

Termin Freitag, 30. Oktober | 10:00 – 17:00 Uhr

Kosten 15 € (inkl. Essen)

Buchungsnr. 22158-26-368

Kontakt Mahnaz Wobig, mahnaz.wobig@frankfurter-verband.de

NEU!

03.
11.



**Begegnungszentrum Preungesheim
in Kooperation mit dem Zoo Frankfurt**

Der Zoo kommt zu Besuch

Was fressen die Tiere im Zoo? Von Fleischfressern, Vegetariern und Futter-spezialisten berichtet der Tierpfleger Karlheinz Jahnelt in einem Bildervortrag.

Termin Dienstag, 03. November | 15:00 – 17:00 Uhr

04.
11.



**Zentrum Dornbusch – Café Anschluss – in Kooperation mit
Barbara Christine Kindler, Religionswissenschaftlerin**

Die Mithras-Religion der Römer

Die Mithras-Religion war eine Mysterienreligion und verbreitete sich im ersten und zweiten Jahrhundert im ganzen Römischen Reich. Der Vortrag gibt einen Überblick über diese geheimnisvolle Religion und thematisiert interkulturelle Verbindungen dieser Religion zu dem Christentum und der Freimaurerei.

Termin Mittwoch, 04. November | 16:00 – 18:00 Uhr

Anmeldung bis 5 Werktage vor Veranstaltungsbeginn

11.
11.



**Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer
in Kooperation mit der Katholischen Erwachsenenbildung
Frankfurt**

NEU!

Finanzielle Absicherung:

Altersvorsorge & Versicherungen – Infoveranstaltung

Altersvorsorge und Versicherungen betreffen uns alle, kommen im Alltag aber oft zu kurz. In dieser Info-Veranstaltung informiert Dozentin Elisabeth Remmersmann praxisnah über finanzielle Absicherung im Alter und erklärt, welche Versicherungen Pflicht und welche freiwillig sind.

Termin Mittwoch, 11. November | 11:00 – 12:30 Uhr

Anmeldung bis 09.11.

11.
11.



**Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein
in Kooperation mit dem Bestattungsinstitut Schwind**

Das hat ja noch Zeit ... –

Informationsveranstaltung zum Thema Vorsorgevollmacht

Heike Rath vom Bestattungsinstitut Schwindt erläutert, was eine Vorsorgevollmacht regelt, wann sie wichtig wird und wie Sie Ihre persönlichen Wünsche rechtzeitig festhalten können. Im Anschluss steht sie Ihnen gerne für Ihre Fragen zur Verfügung.

Termin Mittwoch, 11. November | 15:00 – 16:30 Uhr



**12.
11.**



**Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim –
Haus der Begegnung – in Kooperation mit Zoo Frankfurt**

Zoo Frankfurt –

Was essen unsere Tiere im Zoo?

Der Zoo kommt zu uns! Ein Bildvortrag mit dem Tierpfleger Karlheinz Jahnelt vom Frankfurter Zoo. Von Fleischfressern, Vegetariern und Futter-spezialisten! Worauf Tierpfleger bei der Fütterung der Tiere achten müssen.

Termin Donnerstag, 12. November
10:00 Uhr

Anmeldung bis 11.11.

Kosten Der Eintritt ist frei.



Tiere erleben - Natur bewahren

NEU!

**12.
11.**



**Begegnungs- und Servicezentrum Gallus
in Kooperation mit dem Café Anschluss vom Frankfurter Verband**

**Keine Angst vor Künstlicher Intelligenz (KI)! –
KI ist für Senior:innen wichtig**

Steven McAvenue stellt Ihnen in seinem Vortrag vor, warum KI für Senioren wichtig sein kann und welche Rolle sie in Ihrem Leben spielen kann. Anhand von Beispielen aus den Bereichen Gesundheit, Mobilität, Barrierefreiheit können Sie ein Verständnis für KI entwickeln. Natürlich ist Raum für Ihre Fragen.

Termin Donnerstag, 12. November | 14:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 09.11.

Kosten 5 €

16.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Bildervortrag: Vom Dom zum Römer

Die im Zweiten Weltkrieg zerstörte Frankfurter Altstadt wurde von 2013 bis 2018 wiederaufgebaut. Heute lässt sich der mittelalterliche Krönungsweg deutscher Könige und Kaiser von der Bartholomäuskirche zum Römer nachvollziehen. Referent: Kurt Reichmann vom Freundeskreis liebenswertes Frankfurt.

Termin Montag, 16. November | 15:00 – 17:00 Uhr

17.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach in Kooperation mit dem Gesundheitsamt Frankfurt am Main

Klimawandel & Gesundheit

An diesem Nachmittag erwartet Sie eine Einführung in die Thematik „Klimawandel“. Isabelle Lorenz und ihre Gesundheitslots*innen vermitteln Grundlagen und weisen auf mögliche Folgen des Klimawandels für die Gesundheit hin. In diesem Zusammenhang wird auch ein Blick auf Gesundheitsvorsorge und Präventionsmaßnahmen geworfen.

Termin Dienstag, 17. November | 15:00 – 17:00 Uhr

Kosten 4 € Kaffee- und Kuchengedeck

❗ **Anmeldung erbeten**

26.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung in Kooperation mit Dr. Helga Bill, Kunstparcours

Sturm-Frauen: Künstlerinnen der Avantgarde – Lichtbildvortrag

1910 als Zeitschrift zur Förderung expressionistischer Kunst gegründet, wurde STURM zum Markenzeichen international beachteter Ausstellungen. Der Galerist Herwarth Walden präsentierte Künstler und Künstlerinnen der Avantgarde von 1910 bis 1932 und machte auch die damals als „Malweiber“ verspotteten Frauen bekannt.

Termin Donnerstag, 26. November | 15:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung Anmeldung wegen begrenzter Plätze erforderlich bis zum 19.11, joerg.hermisch@frankfurter-verband.de oder Telefon 069 299 807 263

Kosten Der Eintritt ist frei.

❗ **Willkommen im Cafe!**

Ab 14 Uhr zu Kuchen sowie einer Tasse Kaffee für zusammen 4,50 €

10.
12.



**Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim –
Haus der Begegnung – in Kooperation mit Zoo Frankfurt**

NEU!

Zoo Frankfurt – Back to Africa

Der Zoo kommt zu uns! Nashörner, die im Frankfurter Zoo geboren wurden, sind nach Afrika ausgewildert worden. Wie läuft so etwas eigentlich ab – und warum überhaupt? Tierpfleger Karlheinz Jahnelt zeigt dies in einem Bildervortrag.

Termin Donnerstag, 10. Dezember | 10:00 Uhr

Anmeldung bis 09.12.

Kosten Der Eintritt ist frei.

! **Anmeldung: 069 299 807 263,**

joerg.hermisch@frankfurter-verband.de



Tiere erleben - Natur bewahren

Digitales Fenster zur Welt



Sie gehören zu der Gruppe der Senior*innen, die bisher noch kein Smartphone oder Tablet nutzen? Sie haben auch sonst wenig oder gar keine Erfahrung mit den Digitalen Medien? Sie scheuen die Investition in ein neues, Ihnen noch unbekanntes Gerät?

Ob Tablet oder Smartphone: Wir möchten Ihnen gerne den Zugang in die Digitale Welt eröffnen! Im Rahmen unseres Projektes „Digitales Fenster zur Welt“ erhalten sie ein internetfähiges Tablet. Begleitend zur Leihgabe unterstützen wir Sie dabei, den Umgang mit einem digitalen Endgerät zu erlernen.

BGSZ Bockenheim

Tel. 069 299 807 2212

BGSZ Eckenheim

Tel. 069 299 807 268

**BGSZ Rödelheim /
Surftreff @uguste**

Tel. 069 299 807 2225

**BGSZ Höchst /
Café Mouseclick**

Tel. 069 299807 2219



**FRANKFURTER
VERBAND**



Treffs und Spiele



Gemeinsam aktiv im Stadtviertel



Wir bringen Sie zusammen

Es gibt viele Gründe zusammen Zeit zu verbringen.
Dinnen und draußen, mit alten und neuen Freunden:
wir leben Gemeinschaft. Bunt und vielfältig.
Teilen Sie Ihre Zeit mit uns!

01.
10.



Begegnungszentrum Praunheim

Yoga und Entspannung auf dem Stuhl

Gemeinsam üben wir einfache Dehnungen und Bewegungen auf dem Stuhl, ergänzt durch Atem- und Entspannungsübungen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich und alle üben nach ihren eigenen Möglichkeiten. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, sich auszutauschen bei einer Tasse Tee oder Kaffee.

Termin Donnerstag, 01. Oktober | 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 30.09.

Kosten Teilnahme 4 €. Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

05.
10.



Begegnungszentrum Sossenheim

Schach

Alle, die Freude am Schachspiel haben, sind herzlich eingeladen, mit uns ihre „grauen Zellen“ zu bewegen. Auch Anfänger und jene, welche das Spiel erlernen wollen, sind willkommen!

Termin Montag, 05. Oktober | 14:00 – 15:30 Uhr

Kosten 2,50 €

05.
10.



Begegnungszentrum Ginnheim

Afrikanisches Trommeln – Schnupperstunde

Der Klang der Djembé-Trommel. Sie probieren erste Grundtöne, einfache Schlagtechniken und Rhythmen zu spielen. Das Trommeln macht Spaß und ist auch gesundheitsfördernd. Bitte möglichst Ihre eigene Trommel mitbringen! Workshop: 19.10. + 02.11. + 16.11. + 30.11.

Vorkasse: 48 € Kursleitung: Emmanuel Bouetoumoussa

Termin Montag, 05. Oktober | 17:30 – 18:30 Uhr

Anmeldung bis 04.10.

Kosten 12 €, Getränke sind selbst zu tragen.

NEU!

07.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof

O'zapft is! – Bayerischer Musiknachmittag

Erleben Sie einen geselligen Nachmittag mit Live-Musik von Thorsten Schmitz. Freuen Sie sich auf bekannte Stimmungslieder, gute Unterhaltung und bayerisches Flair. Ob Mitsingen, Schunkeln oder Tanzen – genießen Sie gemeinsam einen fröhlichen Nachmittag in gemütlicher Atmosphäre.

Termin Mittwoch, 07. Oktober | 14:00 – 17:00 Uhr

Kosten Eintritt 5 €, Speise und Getränke sind selbst zu bezahlen.

08.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Oktoberfest im Gallus nach Frankfurter Art!

Auch in Frankfurt wird deftig gefeiert! Es gibt Handkäs mit ordentlich Musik als Vorspeise und Leberkäse mit Kartoffelsalat als Hauptgang. Mit Ebbelwei und Weißbier. Natürlich alles auch alkoholfrei. Unser „Hausmusiker“ Jörg Ratz sorgt für tolle Musik. Für die Stimmung sorgen wir und lassen ordentlich die Kuh fliegen.

Termin Donnerstag, 08. Oktober | 13:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 05.10.

Kosten 6 €

! **Eintritt inkl. Kaffee, Kuchen, Essen und Musik.**

08.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst

Dinner Krimi am Nachmittag

Wer ist der Täter? Schlüpfen Sie in die Rollen der Verdächtigen und lösen Sie gemeinsam einen neuen spannenden Kriminalfall. Dazu genießen Sie zwischendurch Kaffee und Kuchen sowie eine kleine Stärkung am Abend. Eine gelungene Mischung aus Spannung, Rätselspaß und kulinarischem Genuss.

Termin Donnerstag, 08. Oktober | 15:00 – 18:30 Uhr

Anmeldung bis 02.10.

Kosten 10 €

08.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Afrikanische Trommelsession

Ein Schnupperangebot für alle, die afrikanisches Trommeln mit der „Djembe“ kennen lernen möchten. Lassen Sie sich vom Rhythmus mitreißen! Starten Sie mit den ersten Grundtönen. Schritt für Schritt erweitern Sie Ihr Können mit einfachen Schlagtechniken und Rhythmen. Leitung: Emmanuel Bouetoumoussa

Termin Donnerstag, 08. Oktober | 18:00 – 19:00 Uhr

Anmeldung bis 1 Tag vorher

Kosten 12 €

Teilnehmer 9

14.
10.
11.
11.



Begegnungszentrum Sossenheim

Gourmet-Frühstück

Wir laden Sie herzlich zu einem leckeren und abwechslungsreichen Frühstücksbuffet in geselliger Atmosphäre mit O-Saft, Kaffee und Tee ein. Ein Gläschen Sekt ist auch dabei.

Termin Mittwoch, 14. Oktober | 09:00 – 11:00 Uhr
Mittwoch, 11. November | 09:00 – 11:00 Uhr

Anmeldung bis 12.10./09.11.

Kosten 6,50 €

14.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim in Kooperation mit Über den Tellerrand e.V.

Kulinarische Begegnungen – Drei Gänge für mehr Miteinander

Ein festlich gedeckter Tisch, internationale Drei-Gänge-Menüs und Geschichten aus aller Welt: Gemeinsam mit dem Begegnungszentrum lädt das Projekt World Kitchen zu Kulinarischen Begegnungen ein. Erleben Sie Genuss, Gemeinschaft und kulturelle Vielfalt am Tisch.

Termin Mittwoch, 14. Oktober | 13:00 – 15:30 Uhr

Anmeldung bis 07.10.

Kosten 4 €



NOT GEMEINSAM LINDERN

Alten- und Weihnachtshilfe
der Frankfurter Rundschau e.V.

⚠ **Anmeldung erforderlich wegen Einkauf!**

16.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

O'Zapft ist!

Oktoberfest im Hofgut mit Live-Musik

Mit Live-Musik von Jörg Ratz ist gute Stimmung garantiert. Wir feiern ganz zünftig mit Kaffee, Kuchen und typisch Herzhaftem – bei schönem Wetter im Garten!

Termin Freitag, 16. Oktober | 12:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

16.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst

Höchster Doppelkopf-Spaß!

Wir spielen in wechselnden Runden jeweils ca. 90 Minuten lang – ganz ohne Leistungsdruck, aber mit viel Freude am Spiel. Eine Einführung in die Grundregeln gibt es nicht, daher sind Doppelkopfkenntnisse erforderlich. Kommen Sie vorbei, genießen Sie spannende Partien und nette Gesellschaft.

Termin Freitag, 16. Oktober | 15:30 – 18:30 Uhr

Kosten Korkgeld 3 €



17.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

„Ein-Topf“ für Fechenheim

Wenn die Tage kürzer werden und die Temperaturen sinken, sorgt „Ein-Topf“ für Fechenheim für wohltuende Wärme – im Zentrum und auf dem Teller. Im Herbst laden Fechenheimer Köchinnen und Köche einmal im Monat samstags zu herzhaften Eintöpfen ein. Freuen Sie sich auf gemütliche Stunden und leckere Hausmannskost.

Termin Samstag, 17. Oktober | 12:30 – 15:00 Uhr

Anmeldung bis eine Woche vorher

Kosten 3 €

❗ *Ermöglicht und gefördert wird das Angebot von der Pro Civibus Stiftung.*

NEU!

20.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach

Musikalischer Herbstzauber

In gemütlicher Runde feiern wir den Herbst, musikalisch begleitet von Jörg Ratz. Genießen Sie eine Tasse Kaffee und leckeren Pflaumenkuchen mit Sahne. Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind!

Termin Dienstag, 20. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr

Kosten 5 € Kaffee- und Kuchengedeck

❗ *Anmeldung erbeten, Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.*

20.
10.

24.
11.



Begegnungszentrum Ginnheim

Orientalischer Tanz (Bauchtanz) – Schnupperstunde

Es stärkt die Balance, kräftigt die Beine und fördert die Beweglichkeit von Hüfte und Wirbelsäule. Der Stand bietet die Möglichkeit, den gesamten Körper sanft in Schwingung zu bringen, während die Gelenke durch die weichen Bewegungen geschont werden. Der Spaß steht im Vordergrund!
Kursleitung: Hanan Kadur

Termin Dienstag, 20. Oktober | 17:30 – 18:30 Uhr
Dienstag, 24. November | 17:30 – 18:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten 5 €, Getränke sind selbst zu tragen.

❗ *Interesse?! Ein regelmäßiges Kursangebot soll entstehen.*

23.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

Oans, zwoa – Oktoberfest auf der Langgass'

Wir feiern in bayerischem Stil mit zünftiger Live-Musik von Jörg Ratz. Schwofen und schunkeln bei Kaffee und Kuchen sowie Weißwurst mit Brezeln. Feiern Sie mit!

Termin Freitag, 23. Oktober | 14:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung bis 16.10.

Kosten 3 €

❗ *Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.*

27.
10.



Begegnungszentrum Riederwald

Oktobergaudi – zünftige Live-Musik und Schmaus

Kommen Sie vorbei und verbringen Sie mit uns einen urigen und geselligen Nachmittag mit Stimmungsmusik von Jörg Ratz. Als bayrische Schmankerl servieren wir Ihnen Brezn mit Weißwurst und Kartoffelsalat.

Termin Dienstag, 27. Oktober | 14:30 – 17:30 Uhr

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

NEU!

27.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach

Herbst- und Wintermode vom Modemobil

Schickes aus seiner Herbst- und Winterkollektion präsentiert Ihnen Jens Techert vom Modemobil. Stöbern Sie in Ruhe und lassen Sie sich vom Fachmann bei einer Tasse Kaffee und einem leckeren Stück Kuchen beraten. Entdecken Sie stilvolle und praktische Mode ganz nach Ihrem Bedarf.

Termin Dienstag, 27. Oktober | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung erbeten

Kosten 4 € Kaffee- und Kuchengedeck

28.
10.



Begegnungs- und Servicezentrum Gallus – in Kooperation mit Engagement im Gallus – eine Initiative von Deutsche Bank, Linklaters und dem Mehrgenerationenhaus Gallus

Halloween-Party!

Das schaurig-schöne Fest, das aus Amerika zu uns rübergeschwappt ist! Feiern Sie mit! Es gibt nicht nur was zum Fürchten, sondern auch zum Lachen. Gruselige und schaudervolle Speisen und Getränke machen Halloween zum Erlebnis. Natürlich sind Essen und Trinken lecker! Die Musik macht wieder Jörg Ratz!

Termin Mittwoch, 28. Oktober | 12:30 – 16:30 Uhr

! Veranstaltung findet in der Flörsheimer Straße statt.

07.
11.



Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof

Liebe auf den ersten Tanz

Wer weiß, vielleicht wartet heute schon Ihr neuer Lieblings-Tanzpartner oder eine nette Bekanntschaft auf Sie! Freuen Sie sich auf Musik, Tanz, gute Gespräche und jede Menge Spaß. Lachen, flirten und neue Menschen kennenlernen – alles kann, nichts muss. Kommen Sie vorbei und genießen Sie einen unvergesslichen Nachmittag!

Termin Samstag, 07. November | 15:00 – 18:00 Uhr

Anmeldung bis 02.11./Anmeldung ist Voraussetzung für die Teilnahme

Kosten Eintritt frei – wir freuen uns auf Sie!



**14.
11.
bis
23.
11.**



Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt

The same procedure as (almost) every year! – Weihnachtlicher Markt im Zentrum Dornbusch

Beim Weihnachtsmarkt im Café Anschluss erwartet Sie liebevoll gefertigtes Kunsthandwerk aus den Offenen Werkstätten der Kreativwerkstatt. Entdecken Sie weihnachtliche Dekoration, Schmuck, Textilien, Keramik, Upcycling-Ideen, Geschenkartikel, Marmeladen und vieles mehr – alles handgefertigt mit Kreativität und Herz.

Termin Von Samstag, 14.11. bis Montag 23.11.,
täglich von 11:00 bis 17:00 Uhr

**16.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst im Rahmen des Stadtteiltreffs Bolongaro

Ick wund're mir über jarnischt mehr – Otto Reutter

Otto Reutter nahm die kleinen und großen Absurditäten des Alltags mit Humor. Freuen Sie sich auf Einblicke in sein Leben und seine beliebtesten Couplets. Vorgestellt von Klaus Baumgarten. Wir starten mit der Kaffetafel ab 14:30 Uhr.

Termin Montag, 16. November | 15:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 13.11.

Kosten 3,50 € für Gäste

**27.
11.**



Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

Adventscafé im Zentrum

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

Termin Freitag, 27. November | 14:30 – 17:30 Uhr

⚠️ Anmeldung: unbedingt bis 23.11. erforderlich

Kosten: Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

01.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach

Weihnachtszauber im Begegnungszentrum Nieder-Eschbach

Genießen Sie bei weihnachtlichen Klängen in gemütlicher Atmosphäre eine Tasse Kaffee und leckeres Weihnachtsgebäck. Wir stimmen uns gemeinsam mit dem Musiker Jörg Ratz auf die Vorweihnachtszeit mit bekannten Weihnachtsliedern ein. Gastbeiträge wie z. B. Geschichten oder Gedichte sind herzlich willkommen.

Termin Dienstag, 01. Dezember | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 23.11.

Kosten 6 €

05.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof

Schachturnier – Mit Strategie zum Sieg!

Ob Anfängerin oder erfahrener Schachspieler*in – alle sind herzlich willkommen! Freuen Sie sich auf spannende Partien, nette Begegnungen und eine gemütliche Atmosphäre. Für die Plätze 1, 2 und 3 warten attraktive Preise auf die Gewinnerinnen und Gewinner!

Termin Samstag, 05. Dezember | 12:00 – 15:00 Uhr

Anmeldung bis 01.12.

Kosten 4 € inkl. eines warmen oder kalten Getränks.

Teilnehmer 12

08.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim

Musikalische Weihnachtsfeier im Bockenheimer Treff

Wir starten gemeinsam mit Kaffee, feinem Weihnachtsgebäck und unserer Gesangsgruppe mit Gitarrenbegleitung, die zum Mitsingen einlädt. Als festliches Highlight können Sie im Anschluss ein klassisches Weihnachtskonzert mit renommierten Musikern der „Vier Freunde“ erleben, moderiert von Irene Knab.

Termin Dienstag, 08. Dezember | 14:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung unbedingt erforderlich bis 04.12.

Kosten Getränke sind selbst zu zahlen



NOT GEMEINSAM LINDERN

Alten- und Weihnachtshilfe
der Frankfurter Rundschau e. V.

08.
12.



Begegnungszentrum Sossenheim

Weihnachtsfeier in Sossenheim

Wir laden Sie herzlich zu unserer besinnlichen Weihnachtsfeier ein. Bei Kaffee, Kuchen und Weihnachtsgebäck erleben wir einen gemütlichen Nachmittag mit einem Weihnachtsrätsel, gemeinsamem Singen und „kleinen Künstlern“ aus dem Stadtteil.

Termin Dienstag, 08. Dezember | 14:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 01.12.

Kosten 8,50 €

09.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof

Weihnachtsmarkt

Ein gemütlicher und geselliger Weihnachtsmarkt mit Glühwein und Leckereien. Der Duft von selbstgebackenen Plätzchen, heißen Waffeln, Reibekuchen, Bratwürsten, Live Musik erschafft einen besonderen Charme. Kommen Sie und teilen Sie die Vorfreude auf Weihnachten mit uns.

Termin Mittwoch, 09. Dezember | 12:00 – 17:00 Uhr

Kosten Eintritt frei/Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

❗ *Live-Musik ab 14:00 Uhr*

10.
12.



Begegnungs- und Servicezentrum Gallus – in Kooperation mit Engagement im Gallus – eine Initiative von Deutsche Bank, Linklaters und dem Mehrgenerationenhaus Gallus

Weihnachtsfeier im Gallus

Alle Jahre wieder! Jörg Ratz sorgt musikalisch für weihnachtliche Stimmung. Ab 13:00 Uhr laden wir zum festlichen Mittagessen ein. Am Nachmittag gibt es Kaffee und Kuchen und eine kleine weihnachtliche Bescherung. Wie in jedem Jahr erwarten Sie weihnachtliche Bastelaktionen.

Termin Donnerstag, 10. Dezember | 13:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 04.12.

Kosten 10 € für festliches Essen, Kaffee, Kuchen, Musik, Bastelaktion und kleines Präsent



11.
12.

Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim – Auguste-Oberwinter-Haus

AOH Adventszauber

Genießen Sie einen stimmungsvollen Abend mit „Third Man Lost“. Feiern Sie in gemütlicher Atmosphäre – drinnen und draußen – bei Gegrilltem und Glühwein. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Termin Freitag, 11. Dezember | 15:00 – 18:00 Uhr

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



15.
12.

Begegnungszentrum Riederwald

Rockin' around the Christmas Tree

Freuen Sie sich auf einen beschwingten Tanznachmittag mit Rock'n'Roll, bekannten Weihnachtsliedern und zeitlosen Tanzhits. „Santa Mike“ groovt für Sie!

Termin Dienstag, 15. Dezember | 14:30 – 17:00 Uhr

Kosten Eintritt 4 €, Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen



16.
12.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Gemeinsam das Jahr ausklingen lassen – Weihnachtsfeier im Hofgut Goldstein

Feiern Sie gemütlich mit uns bei kleinen musikalischen Darbietungen, weihnachtlichen Beiträgen und musikalischer Untermalung. Eine festliche Kaffeetafel und leckere Häppchen bilden den kulinarischen Rahmen.

Termin Mittwoch, 16. Dezember | 12:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung erforderlich!

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.





**16.
12.**



Begegnungs- und Servicezentrum Gallus – in Kooperation mit Engagement im Gallus – eine Initiative von Deutsche Bank, Linklaters und dem Mehrgenerationenhaus Gallus

Weihnachtsfeier in der Flörsheimer

Wir möchten mit Ihnen schon jetzt ein bisschen Weihnachten feiern. Für die weihnachtliche Musik sorgt wieder unser beliebter Musiker Jörg Ratz. Mit einem festlichen Mittagessen geht es los und bei Kaffee und Kuchen gibt es viele schöne Lieder zum Mitsingen.

Termin Mittwoch, 16. Dezember | 12:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 10.12.

Kosten 10 €

! Nur mit Anmeldung!

**24.
12.**



Begegnungszentrum Riederwald

Heiligabend –

Am Weihnachtsbaum die Lichter brennen

Am 24. Dezember öffnen wir wieder unsere Türen für Sie! Freuen Sie sich auf einen besinnlichen Nachmittag unter dem festlich geschmückten Christbaum mit Kaffee, weihnachtlichen Leckereien und gemütlichem Beisammensein. Ab ca. 18:00 Uhr servieren wir unsere beliebten Matjesheringe mit Pellkartoffeln. Sie können gerne auch erst zum Abendessen dazukommen.

Termin Donnerstag, 24. Dezember | 15:30 – 20:00 Uhr

Anmeldung bis 17.12.

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen

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
joerg.hermisch@
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**



Ich pflege meine Stadt.

Du auch?

frankfurter-verband.de/jobs

Hülya

Pflegehelferin beim
Frankfurter Verband
in Rödelheim

Viola – Seniorengerechte Mietwohnungen

Das schöne Gefühl von gemeinsam leben.

Jetzt zur
Veranstaltung
anmelden unter

viola-living.de



Veranstaltung

Selbstbestimmt Wohnen im Alter – Gemeinschaft erleben

Wie gestaltet man ein Umfeld, in dem Senioren modern, sicher und selbstbestimmt leben können? Die Kombination von seniorengerechten Mietwohnungen in Verbindung mit einem lebendigen Begegnungs- und Servicezentrum im Projekt Viola in Bad Vilbel geben darauf die Antwort. Spannende Projektvorstellung und erstklassige Gelegenheit, den Frankfurter Verband kennenzulernen.

Termine September

**07.09.2026 · 15 Uhr · Café Anschluss
im Zentrum Dornbusch**

Hansaallee 150, Frankfurt am Main

**14.09.2026 · 15 Uhr · Begegnungs- und
Servicezentrum Café Mélange**

Braubachstraße 15 b, Frankfurt am Main

**21.09.2026 · 15 Uhr · Begegnungs- und
Servicezentrum Bockenheim**

Am Weingarten 18 – 20, Frankfurt am Main

**28.09.2026 · 15 Uhr · Begegnungs- und
Servicezentrum Eckenheim**

Dörpfeldstraße 6, Frankfurt am Main

Termine Oktober

**05.10.2026 · 15 Uhr · Begegnungs- und
Servicezentrum Café Mélange**

Braubachstraße 15 b, Frankfurt am Main

**12.10.2026 · 15 Uhr · Café Anschluss
im Zentrum Dornbusch**

Hansaallee 150, Frankfurt am Main

**19.10.2026 · 15 Uhr · Begegnungs- und
Servicezentrum Bockenheim**

Am Weingarten 18 – 20, Frankfurt am Main

**26.10.2026 · 15 Uhr · Begegnungs- und
Servicezentrum Eckenheim**

Dörpfeldstraße 6, Frankfurt am Main

VIOLA

Gemeinsam. Zuhause. Leben.



**FRANKFURTER
VERBAND**

KONTAKTDATEN, **der in diesem Programm genannten Standorte**



Begegnungs- & Servicezentrum Bockenheim

Am Weingarten 18 – 20b
60487 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2212

✉ judith.dahm@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Bornheim / Ostend

Rhönstraße 89
60385 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2214

✉ mahnaz.wobig@frankfurter-verband.de

Zentrum Dornbusch – Café Anschluss

Hansaallee 150
60320 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2350

✉ cafe.anschluss@frankfurter-verband.de

Zentrum Dornbusch – Die Kreativwerkstatt

Hansaallee 150
60320 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2357

✉ kreativwerkstatt@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Eckenheim

Dörpfeldstraße 6
60435 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 268

✉ joerg.hermisch@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Fechenheim

Alt-Fechenheim 89
60386 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2216

✉ naoual.alyarrudi@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Gallus

Frankenallee 206 – 210
60326 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2217

✉ hans-christoph.fehr@frankfurter-verband.de

Begegnungszentrum Ginnheim Ginnheimer Landstraße 172 – 174 (Eingang im Hof)

60431 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2227

✉ katrin.koch@frankfurter-verband.de

Begegnungs- & Servicezentrum Hofgut Goldstein

Tränkweg 32
60529 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2223

✉ jule.kraemer@frankfurter-verband.de

Begegnungszentrum Hausen

Hausener Obergasse 15
60488 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2228

✉ katrin.skok@frankfurter-verband.de

Weitere Standorte finden Sie unter

frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren

**Begegnungs- & Servicezentrum
Heddernheim**

Aßlarer Straße 3

60439 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2218

✉ sybille.vogl@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Höchst und Café Mouseclick**

Bolongarostraße 137

65929 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2219

✉ klaus.baumgarten@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Senioren-Initiative Höchst**

Gebeschusstraße 44

65929 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2221

✉ ute.brink-geenen@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Melange am Römer**

Braubachstraße 15b

60311 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2295

✉ judith.steppacher@frankfurter-verband.de

**Begegnungszentrum
Mittlerer Hasenpfad**

Mittlerer Hasenpfad 40

60598 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2229

✉ pia.kruse@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Nieder-Eschbach**

Ben-Gurion-Ring 20

60437 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2010

✉ jeannette.nold@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Nordweststadt**

Gerhart-Hauptmann-Ring 298

60439 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 5522

✉ sabine.harynek@frankfurter-verband.de

**Begegnungszentrum
Praunheim**

Heinrich-Lübke-Str. 32

60488 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2241

✉ isabelle.walther@frankfurter-verband.de

**Begegnungszentrum
Preungesheim**

Jaspertstraße 11

60435 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2242

✉ gabriele.wahn@frankfurter-verband.de

**Begegnungszentrum
Riederwald**

Am Erlenbruch 26

60386 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2244

✉ andrea.hackbarth@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Rödelheim**

Burgfriedenstrasse 7

60489 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2225

✉ sascha.brenninger@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Sachsenhausen – Riedhof**

Mörfelder Landstraße 210

60598 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 2211

✉ alena.laufer@frankfurter-verband.de

**Begegnungszentrum
Sossenheim**

Toni-Sender-Straße 29

65936 Frankfurt am Main

☎ 069 299 807 5523

✉ karsten.ruddies@frankfurter-verband.de

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!



Kontakt

Anmeldung: direkt in den jeweiligen Zentren
Informationen zu Aktiv Älterwerden:

Klaus Baumgarten

Tel: 069 299 807 2219

pr.baumgarten@frankfurter-verband.de

Weitere Informationen finden Sie
im Internet:

www.frankfurter-verband.de/aktiv-aelterwerden
www.facebook.com/frankfurterverband

Abonnieren Sie den kostenlosen News-
letter mit aktuellen Veranstaltungstipps:
newsletter.frankfurter-verband.de