

Unsere Höhepunkte im Sommer!

*... in vielen
Frankfurter
Stadtvierteln!*



Juli bis
September
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 JULI BIS SEPTEMBER 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 16

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 24

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 28

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



Treffs und Spiele

Seite 36

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!



08.
07.



Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

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 eine 450 m lange Strecke 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.

Termin

Mittwoch, 08. Juli | 09:15 – 19:00 Uhr

Ort

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

09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte

09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Kosten

38 € Fahrpreis und Führung, Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung, (Vorauskasse), Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen

Buchungsnr. 22156-08-2026

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



21.
07.



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

Dornbusch – mehr als eine Haltestelle

Ist die Dornbusch-Siedlung an der Eschersheimer Landstraße, gelegen zwischen den U-Bahn-Stationen Dornbusch und Fritz-Tarnow-Straße, sehenswert?

Man fährt daran vorbei und denkt: Naja, eine der vielen 50er-Jahre-Siedlungen, nix Besonderes. Dabei erzählt diese Siedlung, bezogen ab 1955, die ca. 70-jährige Geschichte vom Wandel eines Stadtteils, der einmal als Modell-Siedlung Fachbesucher von weit her anzog. Die Führung übernimmt Christiane Boehm-Kochanski, freie Stadtführerin.

Termin Dienstag, 21. Juli | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 23.06.

Ort Eschersheimer Landstr./Ecke Spenerstraße

Kosten 8 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-09-2026

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

23.
07.



**Begegnungs- und Servicezentrum Gallus –
Gefördert durch die Altenhilfe der Frankfurter Rundschau**

Führung durch die Deutsche Nationalbibliothek

Das Gedächtnis der Nation. Auf einer Fläche von drei Fußballfeldern sind über 12 Millionen Medien archiviert. Wir schauen uns die einzelnen Arbeitsbereiche an, erfahren Wissenswertes zum Gebäude und den gesammelten Werken und besichtigen die unterirdischen Magazine, die der Öffentlichkeit sonst verborgen sind.

Termin Donnerstag, 23. Juli | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 15.07.

Kosten 15 €

Teilnehmer max. 25

Buchungsnr. 11153-2026-07-23

! Mit Frankfurtpass oder Kulturpass Ermäßigung!



29.
07.



Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

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.

Termin	Mittwoch, 29. Juli 09:15 – 19:00 Uhr
Ort	09:15 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße) 09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte 09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke
Kosten	29 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse), Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung, Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen



Buchungsnr. 22156-10-2026

11.
08.



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

Karl der Große schreibt einen Brief – eine Spurensuche im Archäologischen Garten

Dieter Wesp führt von der Statue Karls des Großen auf der Alten Brücke zum Graffiti über der Eisdiele am Römerberg weiter ins neue Stadthaus mit dem Archäologischen Garten und den Resten der Kaiserpfalz. Dort fand in einem Brief des Kaisers aus dem Jahr 794 erste Erwähnung Frankfurts. Herr Wesp besitzt einen Karlspfennig und erklärt, was es damit auf sich hat.

Termin	Dienstag, 11. August 13:45 Uhr
Anmeldung	bis 28.07.
Ort	Statue Karls des Großen, Alte Brücke am Main, 60311 Frankfurt
Kosten	8 €
Teilnehmer	25
Buchungsnr.	22160-10-2026

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

19.
08.



Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Wissembourg im Elsass

Eine 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.

Termin	Mittwoch, 19. August 08:30 – 19:00 Uhr
Ort	08:30 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße) 08:45 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte 09:00 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke
Kosten	33 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse), Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass erhalten eine Ermäßigung, Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen
Buchungsnr.	22156-09-2026



Alle Events auf einen Klick – mit unserem Eventmodul

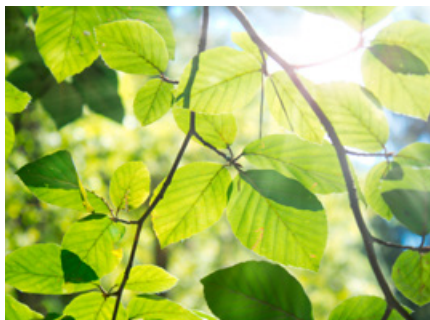
Egal ob Kurse nach Veranstaltungsort,
Aktionen nach Saison, regelmäßige oder
kostenlose Veranstaltungen – ab jetzt
alles leicht und schnell zu finden mit
unserem neuen Eventmodul auf unserer
Webseite:



[www.frankfurter-verband.de/
aktuelle-veranstaltungen-unserer-zentren](http://www.frankfurter-verband.de/aktuelle-veranstaltungen-unserer-zentren)



**FRANKFURTER
VERBAND**



25.
08.



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

William Shakespeare in Darmstadt

Eine Darmstädter Kriminalgeschichte und eine Schlagzeile, die es nie gegeben hat. Doch eine „Totenmaske“, die angeblich das Gesicht des berühmten englischen Dramatikers zeigt, wird in Darmstadt aufbewahrt. Auf den Spuren dieses umstrittenen Artefakts macht sich Gästeführer Matthias Lothhammer auf, mehr über die Menschen und die Geschichte dahinter herauszufinden. Es wird spannend.

Termin Dienstag, 25. August | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 11.08.

Ort Eingang Residenzschloss, großes Tor am Marktplatz,
64283 Darmstadt

Kosten 8 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-11-2026

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

26.
08.



Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Wir besuchen den Feldberg und die Vogelwarte

Wir fahren mit öffentlichen Verkehrsmitteln zum Feldberg hoch und besuchen den Falkenhof. Wenn das Wetter stimmt, bekommen wir eine Flugshow zu sehen. Vorher kehren wir zum gemeinsamen Mittagessen in das Feldberghaus ein.

Termin Mittwoch, 26. August | 09:30 Uhr

Anmeldung bis 21.08.

Ort Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Kosten Die Kosten für den ÖPNV, Eintritt und für Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

26.
08.



Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst
Wandern mit andern –
Auf geht's zum 3-Burgen-Weg

NEU!

Der schöne, elf Kilometer lange Rundweg verbindet die Burgen in Kronberg, Königstein und Falkenstein. Auf den Spuren des Mittelalters geht es vorbei an schönen Aussichtspunkten und vielen historisch bedeutsamen Orten. 280 Höhenmeter sind zu bewältigen. Eine Mittagseinkehr ist geplant.

Termin Mittwoch, 26. August | 09:45 Uhr
Anmeldung bis 24.08.
Ort Treffpunkt: Bahnhofshalle Höchst, 9:45 Uhr
Kosten RMV + Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.
Teilnehmer 12

02.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt
Alsfeld – eine mittelalterliche Stadt
am Nordrand des Vogelsbergs

Eine Fahrt nach Alsfeld und ein gemeinsames Mittagessen im Hotelrestaurant „Zur Schmiede“. Danach eine kurze Weiterfahrt in die Innenstadt. Die Fachwerkstadt ist bekannt für ihre geschlossene Bebauung mit idyllischen Plätzen, pittoresken Gassen und zahlreichen Fachwerkbauten. Im Rahmen der Führung sehen Sie das Fachwerkrathaus, die Walpurgiskirche und erfahren Interessantes rund um die mittelalterliche Stadt. Die stimmungsvolle Fußgängerzone lädt am Nachmittag mit einer Vielzahl gemütlicher Cafés zum Verweilen ein.

Termin Mittwoch, 02. September | 09:15 – 19:00 Uhr
Ort 09:15 Uhr – Am Ebelfeld – Endstation U7 (Heerstraße)
09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte
09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke
Kosten 30 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse),
Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass
erhalten eine Ermäßigung, Speisen und
Getränke sind selbst zu zahlen
Buchungsnr. 22156-11-2026



08.
09.



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

Kunst im öffentlichen Raum

Eschborn besitzt eine Fülle ausgewählter Kunstwerke. Der Skulpturenpark Eschborn-Niederhöchstadt entsteht im Jahr 2010: In einer großzügig gestalteten Parkanlage sind dauerhaft erworbene Kunstwerke stilvoll platziert. Die Führung mit Esther Walldorf ermöglichtes uns, neue Formen der Kunst kennenzulernen und neue Ein- und Ausblicke in das künstlerische Schaffen zu erhalten.

Termin Dienstag, 08. September | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 25.08.

Ort Bürgerhaus Eschborn, Monbijouxplatz, Terrasse

Kosten 10 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-12-2026

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

10.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Wanderung im Taunus

Die Wanderung (ca. 5 – 6 km) beginnt an der Hohemark in Oberursel, in der Nähe des Taunus-Informationszentrums. Der Weg verläuft größtenteils durch schattigen Wald und führt zum Restaurant „Hirschgarten“. Dort ist ein gemeinsames Mittagessen vorgesehen. Der Rückweg erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln über Bad Homburg.

Für die Wanderung benötigen Sie festes Schuhwerk und ausreichend Wasser.

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

Anmeldung bis 04.10.

Ort Taunus-Informationszentrum in Oberursel,
Endstation der U3

Kosten 2 €

Buchungsnr. 22156-13-2026



**10.
09.**



**Begegnungs- und Servicezentrum Gallus –
Unterstützt durch die Altenhilfe der Frankfurter Rundschau
Deutsche Bank Park – Führung durch das Stadion
der Frankfurter Eintracht**

Nehmen Sie auf der Trainerbank Platz. Erleben Sie die VIP-Lounge. Schnuppern Sie Stadionatmosphäre ohne die üblichen Menschenmassen. Blicken Sie hinter die Kulissen von unserer Eintracht. Bei der Führung durch den Deutsche Bank Park erfahren Sie allerlei über das Stadion und die Menschen, die hier ein- und ausgehen.

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

Anmeldung bis 03.09.

Kosten 12 €

Teilnehmer 20 – 30

Buchungsnr. 11153-2026-09-10

! Für Menschen mit geringem Einkommen günstiger!



**17.
09.**



**Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof
Wie kommt der Apfel in die Flasche?**

Erleben Sie eine spannende Führung durch die traditionsreiche Kelterei Possmann und entdecken Sie, wie aus frischen Äpfeln köstlicher Saft und Apfelwein entstehen. Freuen Sie sich auf interessante Einblicke, regionale Traditionen und eine Verkostung. Im Anschluss gibt es ein gemeinsames Essen in der „Frankfurter Apfelwein Botschaft“.

Termin Donnerstag, 17. September | 14:00 – 18:00 Uhr

Kosten Führung inkl. Verkostung 15 € p. Person

! Auf Wunsch: Gemeinsames Essen in der Frankfurter Apfelwein Botschaft. Die Besichtigung ist nicht für Personen mit Gehbehinderung geeignet.

22.
09.



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

Immaterielles Kulturerbe – Papiertheater

Ein Papiertheater besteht aus Tischbühnen, die mit Figuren und Szenen aus Papier bespielt werden. Die Bühnen sind nicht größer als ein Fernsehgerät. Während der Führung durch die neue Abteilung im Schloss Philippsruhe können wir uns auf eine Zeitreise vom 18. Jahrhundert bis heute freuen. In Hanau führte unter anderem die „Liebe zu kleinen Theatern“ 1990 zur Gründung des ersten und einzigen Papiertheatermuseums auf deutschem Boden.

Termin Dienstag, 22. September | 13:45 Uhr

Anmeldung bis 08.09.

Ort Schloss Philippsruhe, Philippsruher Allee 45, 63454 Hanau

Kosten 10 €

Teilnehmer 25

Buchungsnr. 22160-13-2026

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

23.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Schloss Braunfels

Schloss Braunfels erhebt sich auf einem Basaltfelsen und begrüßt mit seiner malerischen Silhouette die Besucher aus der Ferne. Das Schloss befindet sich seit über 800 Jahren in den Händen eines Adelsgeschlechts und wird heute noch von der Familie bewohnt. Die Führung durch den imposanten Bau beginnt im eindrucksvollen Innenhof und endet auf dem Kanonenplatz. Das gemeinsame Mittagessen erwartet Sie im Brauhaus Obermühle in Braunfels. Nach der Führung besteht Gelegenheit zum Kaffeetrinken in zahlreichen Cafés der Stadt.

Termin Mittwoch, 23. September | 09:15 – 19:00 Uhr

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

09:30 Uhr – Bushaltestelle – Praunheimer Weg Mitte

09:45 Uhr – Kiosk Praunheimer Brücke

Kosten 34 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse),
Gäste mit Frankfurt-Pass oder Kulturpass
erhalten eine Ermäßigung, Speisen und
Getränke sind selbst zu zahlen

Buchungsnr. 22156-12-2026

**! Das Schloss ist nicht behindertengerecht. Während der Führung sind
zahlreiche Treppenstufen zu bewältigen.**





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**



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!

03.
07.

**Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim –
Auguste-Oberwinter-Haus
Rödelheimer Literaturfrühstück –
Friedrich Stoltze**



Starten Sie genussvoll in den Tag! Von 10–11 Uhr Frühstück, anschließend von 11–12 Uhr Lesung. Diesmal liest Frau Ramm-Fischer von den Freunden Liebenswertes Frankfurt Werke des Frankfurter Dichters Friedrich Stoltze. Ein Morgen für Literatur und Genuss!

Termin Freitag, 03. Juli | 10:00 – 12:00 Uhr
Kosten 6,50 € inkl. Frühstück mit Kaffee und O-Saft

04.
07.

**Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein
Konzert –
Eine musikalische Reise durch Europa**



Erleben Sie eine musikalische Reise durch Europa mit Gesang und Klavier, präsentiert von weißrussischen Musizierenden. Moderation: Irene Knab. Genießen Sie die Musik mit einem leckeren Getränk!

Termin Samstag, 04. Juli | 14:30 Uhr

09.
07.

**Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer
Autorenlesung mit
Karl Kröck und Barbara Hennings**



Barbara Hennings liest aus ihrem Frankfurt-Roman „Rosa Damàs, ihr Glanz – ihr Fluch“. Karl Kröck trägt provenzalisch-französische Folklore in Wort und Ton mit Einfluss deutschen Liedgutes vor.

Termin Donnerstag, 09. Juli | 15:00 – 16:30 Uhr
Anmeldung bis 07.07.
Kosten 2,50 €

09.
07.

**Begegnungs- und Servicezentrum Gallus
„Hackfleisch unterm Oberhemd“ –
eine Lesung mit Autogrammen**

NEU!



Brigitte Völkel ist schon seit Kindertagen eine leidenschaftliche Autogramm-Sammlerin. Die 40 schönsten Anekdoten ihrer erfolgreichen Jagd hat sie in einem Buch versammelt, eine Auswahl davon stellt sie uns vor. Um welchen Prominenten es sich handelt, dürfen Sie erraten und bekommen auf der Leinwand Fotos und Autogramme zu sehen.

Termin Donnerstag, 09. Juli | 14:30 – 16:30 Uhr
Anmeldung bis 06.07.
Kosten Wenn Sie mögen: Kaffeegedeck mit großem Kaffee und einem Stück Kuchen: 4,20 €



10.
07.



Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim **Vernissage zur Kunstausstellung Bäume**

Es erwartet Sie eine kunst- und generationsübergreifende Ausstellung zur Schönheit und Unverzichtbarkeit der Bäume. Zur Eröffnung laden wir herzlich ein. Die Ausstellung ist bis 20.08. dienstags und donnerstags von 12 – 16 Uhr nach Anmeldung zu sehen.

Termin Freitag, 10. Juli | 15:00 – 16:30 Uhr

! **Anmeldung erforderlich**



30.
07.



Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof **Literaturkreis – Worte öffnen Welten. Wir lesen weiter.**

Ausgewählte Romanausschnitte aus „Der Hundertjährige, der aus dem Fenster stieg ...“ von Jonas Jonasson laden zum Zuhören, Schmunzeln und Entdecken ein. Erleben Sie eine humorvolle Geschichte voller überraschender Wendungen. Karolin Röcker gestaltet eine abwechslungsreiche Lesung und den Nachmittag.

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

Kosten 5 € inkl. Kaffee

30.
07.



Begegnungs- und Servicezentrum Gallus in Kooperation mit dem Eintracht-Frankfurt-Museum **„Erzähl’ mir von der Eintracht!“ – Geschichten und Gebabbel**

Wir bekommen Besuch von Mitarbeitenden des Eintracht-Museums! Im Gepäck haben sie zahlreiche Aufnahmen aus der Geschichte der Eintracht, inklusive der ein oder anderen Überraschung. Babbeln Sie mit. Über Pokalsiege, Abstiege, Aufstiege, legendäre Spiele, die Eishockeyabteilung, den Riederwald, den Europapokalsieg ...

Termin Donnerstag, 30. Juli | 14:30 Uhr

Anmeldung bis 27.07.

NEU!

30.
07.

Begegnungszentrum Praunheim

Lyrische Lesung

Lauschen Sie ausgewählten Texten von Schiller über Goethe bis Rilke und eigener Poesie vorgetragen von Roland Schneider : „Bunt rund getupftes – schwarz-weiß kariertes – lustig nachdenkliches – aus dem Leben“. Dazu servieren wir Kaffee, Tee und Kuchen.



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

Kosten 2 € Teilnahme, Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

NEU!

09.
08.

Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim – Auguste-Oberwinter-Haus

dEFFTig – Rock’n’Deutsch

„Die Tafel rockt ...“ geht in die 4. Runde! Erleben Sie deutschen Rock mit der Coverband dEFFTig und unterstützen Sie die Frankfurter Tafel e.V. Helfen und genießen zugleich! Mit dabei: die „Swinging Lions“, Hausband der ING Bank – ein Abend voller Energie und guter Musik!



Termin Sonntag, 09. August | 17:00 – 20:00 Uhr

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

20.
08.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Leo et Chanson

Leo ist wieder zu Gast im Hofgut Goldstein! Als leidenschaftlicher Akustikgitarist singt er bekannte Chansons aus seiner Heimat Frankreich, aber auch von deutschen Liedermachern wie Charles Trenet, Georges Moustaki, Francis Cabrel, Reinhard Mey, Hannes Wader u. a.



Termin Donnerstag, 20. August | 17:00 – 19:00 Uhr

Anmeldung bis 17.08.

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

30.
08.

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Es war einmal –

Matinée zu Grimms Märchen

Der Frankfurter Singer-Songwriter Harald Lange lädt zu einer literarisch-musikalischen Matinée ein, in deren Zentrum die unvergesslichen Brüder Grimm stehen. Lassen Sie sich von ihren Märchen, Liedern und Worten in eine poetische Welt entführen. Weitere Details zum Programm siehe Extra-Flyer.



Termin Sonntag, 30. August | 12:00 – 13:30 Uhr

Anmeldung bis 2 Tage vorher

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

06.
09.



**Zentrum Dornbusch – Café Anschluss
in Kooperation mit LIBS e.V. Treffpunkt 57++**

**Lesben 57++ Brunch: Treff.Punkt: Lesben 57++ –
Lesbisch und lebensfroh – im Alter halten wir zusammen**

Alle zwei Monate laden wir herzlich zum gemeinsamen Brunch ein. Jede Teilnehmerin bringt etwas Leckeres für unser großes Brunch-Buffet mit. In entspannter Atmosphäre haben wir Zeit zum Kennenlernen, zum Austausch und vielleicht auch dazu, neue Pläne zu schmieden. Diese Veranstaltung ist offen für alle älteren, interessierten Lesben.

Jeweils von 11:00 bis 16:00 Uhr

Termin Sonntag, 06. September | 10:00 – 14:00 Uhr

Anmeldung nicht erforderlich

10.
09.



Begegnungszentrum Riederwald

Orientalischer Nachmittag

Mit orientalischen Märchen entführt uns Silvia Hilcher in die geheimnisvolle Welt des Morgenlandes. Lauschen Sie faszinierenden Geschichten von Magie, Abenteuer und Weisheit. Dabei können Sie kleine marokkanische Köstlichkeiten und Minztee genießen.

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

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

11.
09.



**Begegnungs- und Servicezentrum Höchst
in Kooperation mit Westkunst Nied**

**Vernissage –
Malen am Fluss 2026**

Farben, Licht und Stimmungen entlang des Flusses: Die Teilnehmenden der Aktion „Malen am Fluss“ zeigen ihre Werke unter der Leitung von Dozentin Jelena Hild. Der Fluss und die Umgebung stehen im Mittelpunkt und werden in Skizzen, Aquarellen und weiteren Techniken aus unterschiedlichen Blickwinkeln festgehalten.

Termin Freitag, 11. September | 17:00 – 18:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

22.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst
Alle wollen alt werden, niemand will es sein.
Ist das nicht absurd?

Szenische Lesung mit Bildern und Musik, die nicht der Reihenfolge des Buches entspricht, sondern in lockerer Folge die Schwerpunkte des Bestsellers des Jahres 2024 „Altern“ im O-Ton Heidenreich extrahiert. Elke Heidenreich provoziert, ist alles andere als einfach und hat auch nicht immer recht.

Termin Dienstag, 22. September | 18:00 – 20:00 Uhr

Anmeldung bis 17.09.

Kosten 5 € inkl. Pausensnack. Bitte bis zum Anmeldeschluss bezahlen.

Buchungsnr. 44152-07-2026

24.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Riedhof
Königswahlen in Frankfurt –
Ein Blick ins Mittelalter

Frankfurt ist ein bedeutender Schauplatz deutscher Geschichte: Seit dem Mittelalter wurden hier römisch-deutsche Könige gewählt. Meist herrschte Einigkeit, doch es kam auch zu Konflikten und Doppelwahlen. Der Vortrag beleuchtet diese bewegten Zeiten.

Termin Donnerstag, 24. September | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 20.07.

Kosten 5 €

27.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim –
Auguste-Oberwinter-Haus
Haus- und Hofflohmarkt in Rödelheim

Entdecken, stöbern, fündig werden:

Beim beliebten Rödelheimer Flohmarkt warten vielfältige Stände und echte Schätze – auch rund um das Auguste-Oberwinter-Haus. Die Cafeteria ist geöffnet und lädt zum Verweilen ein!

Termin Sonntag, 27. September | 11:00 – 16:00 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

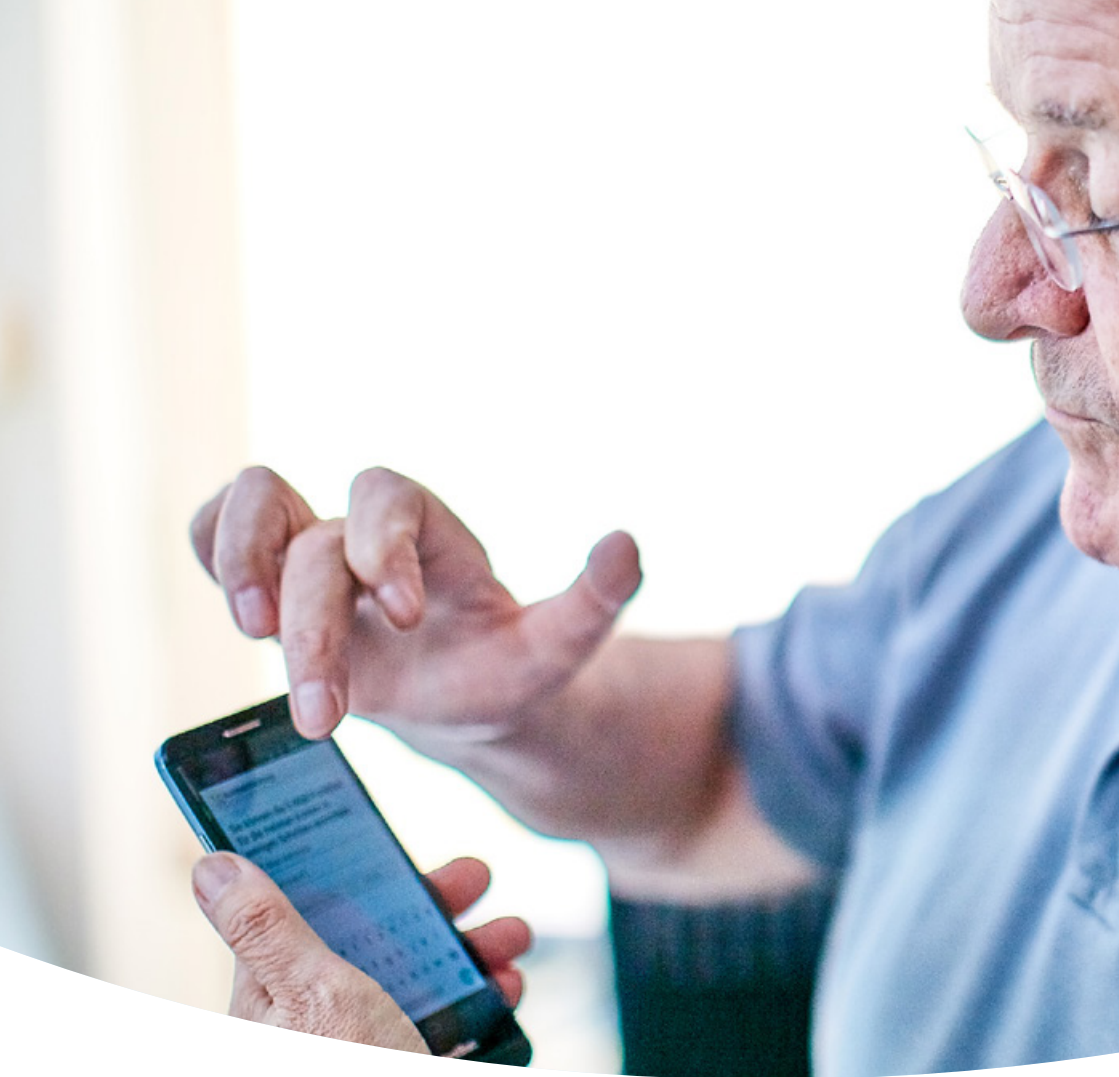


ehrenamt@frankfurter-verband.de

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!

26.
08.



**Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim
in Kooperation mit Café Anschluss**

**Apps für morgen –
Digitale Wege in eine enkeltaugliche Gesellschaft**

Nachhaltig leben war noch nie so einfach: Mit hilfreichen Apps wird Umweltschutz alltagstauglich und entspannt. Sie unterstützen dabei, bewusster zu konsumieren, Ressourcen zu sparen und den Alltag nachhaltiger zu gestalten. Im Vortrag stellen wir ausgewählte Anwendungen praxisnah vor.

Termin Mittwoch, 26. August | 14:30 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 21.08.

Kosten 5 €

14.
09.



Zentrum Dornbusch – Café Anschluss

**Fake News erkennen und durchschauen –
Aktionswochen Älterwerden**

Fake News sorgen immer wieder für Verunsicherung. Doch woran erkennt man falsche Meldungen im Internet? Wir zeigen verschiedene Formen von Fake News, erklären Faktenchecks und geben Tipps, wie sich Informationen überprüfen und die Verbreitung von Falschmeldungen vermeiden lässt.

Termin Montag, 14. September | 14:00 – 15:00 Uhr

15.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst – Café Mouseclick

Sicher unterwegs mit Smartphone und Google Konto

Wie funktioniert ein Google Konto auf dem Smartphone? In diesem Workshop lernen Sie die wichtigsten Funktionen kennen von E-Mails über Fotos bis zu Google Maps und dem Google Kalender. Es bleibt Zeit für Fragen und den gemeinsamen Austausch.

Termin Dienstag, 15. September | 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung bis 11.09.

**15.
09.**



Zentrum Dornbusch – Café Anschluss

**Bequem von zuhause zum Amt:
Die Möglichkeiten digitaler Behördenzugänge**

Der Vortrag gibt einen Überblick darüber, welche Behörden Online-Zugänge anbieten und welche Anliegen bequem von zuhause erledigt werden können. Zudem wird erklärt, welche Möglichkeiten der Anmeldung es gibt (ELSTER / BundID) und welche technischen Voraussetzungen benötigt werden. Außerdem erhalten Sie Hinweise auf weitere Informationsangebote

Termin Dienstag, 15. September | 14:00 – 15:00 Uhr

NEU!

**15.
09.**



Begegnungs- und Servicezentrum Höchst – Café Mouseclick

**Sicher unterwegs mit Windows 11 – wichtige
Sicherheitsfunktionen und Standardprogramme**

In diesem Workshop geht es um die Sicherheitsfunktionen von Windows 11 und die Frage, wie man den PC im Alltag sicher nutzt. Was ist mit Windows 11 mitgeliefert und welche Programme sind wirklich sinnvoll? Dabei klären wir auch eine häufige Frage: Brauche ich zusätzlich noch ein Virenprogramm?

Termin Dienstag, 15. September | 14:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 10.09.

NEU!

**17.
09.**



Zentrum Dornbusch – Café Anschluss

**Wem gehören unsere Daten?
Digitale Souveränität in Europa**

Wem gehören unsere Daten wirklich? Der Vortrag zeigt, wie Apps, Cloud-Dienste und KI persönliche Daten sammeln und nutzen. Außerdem geht es um den bewussten Umgang mit Datenschutz vs. Komfort sowie um europäische Alternativen zu großen US-Anbietern für einen souveränen Umgang mit digitalen Angeboten.

Termin Donnerstag, 17. September | 14:00 – 15:00 Uhr

NEU!

**23.
09.**



Zentrum Dornbusch – Café Anschluss

Mitmachen im Internet: Ihre Stimme zählt

In diesem Vortrag lernen Sie Online Petitionsportale, Faktencheck Seiten sowie sog. Citizen Science (Bürgerwissenschaften) Projekte kennen und bekommen so einen kleinen Überblick über demokratische Mitwirkungsmöglichkeiten im Internet.

Termin Mittwoch, 23. September | 11:00 – 12:00 Uhr



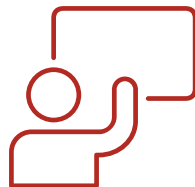
Information & Bildung



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!





09.
07.

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad in Kooperation mit Fachbereich Freiwilliges Engagement und Seniorenreisen

Akzeptanz statt Toleranz



Peter Gehweiler, Fachbereichsleitung Freiwilliges Engagement, erklärt das Konzept der Regenbogenpflege im Pflegeheim. Dieses unterstützt schwule und lesbische Menschen dabei, ihren eigenen Lebensentwurf selbstbestimmt zu leben ohne Angst vor Diskriminierung. Ein Konzept, das Vielfalt stärkt und allen zugutekommt.

Termin Donnerstag, 09. Juli | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis zum 07.07. erforderlich

Kosten 4 € für ein Kaffee- und Kuchengedeck

21.
07.

Begegnungszentrum Preungesheim in Kooperation mit Gesundheitsamt Stadt Frankfurt

Klimafreundliche Ernährung in Zeiten des Klimawandels



Klimalotsin Eva Wick informiert, wie eine klimafreundliche Ernährung im Alltag gelingen kann. Unter dem Motto „Mehr unperfektes Obst und Gemüse bitte!“ zeigt Sie, wie kleine Veränderungen beim Einkauf und Essen zum Klimaschutz beitragen können.

Termin Dienstag, 21. Juli | 15:00 – 17:00 Uhr

22.
07.

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim 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.

Termin Mittwoch, 22. Juli | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 1 Tag vorher

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



06.
08.



Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

**Mit Dampf in die Zukunft –
Geschichte und Entwicklung der Eisenbahn und
der Frankfurter Bahnhöfe**

Uwe Schöhl führt Sie zum Beginn der Eisenbahnen in Deutschland, insbesondere in Frankfurt und im Rhein Main Gebiet. Er zeigt welche Auswirkungen die Eisenbahn und deren Bahnhöfe auf die bauliche Entwicklung der Stadt Frankfurt hatten und immer noch haben.

Termin Donnerstag, 06. August | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis zum 04.08. erwünscht

Kosten 4 € für Kaffee- und Kuchengedeck

07.
08.



**Zentrum Dornbusch – Café Anschluss
in Kooperation mit LIBS e.V. Treffpunkt Lesben 57++**

Vortrag über ein lesbisches Wohnprojekt

In diesem Vortrag mit anschließender Diskussion wird von den Initiatorinnen ein lesbisches Wohnprojekt vorgestellt. Mit anschließendem Austausch.

Termin Freitag, 07. August | 17:00 – 19:00 Uhr

NEU!

12.
08.



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

**Shinto –
die Urreligion Japans**

Der Vortrag von Guido Bürkner stellt Shinto als eine der bedeutendsten Religionen Japans vor – von den Anfängen über den Staats-Shinto bis heute. Es geht um Mythen, Götter wie Izanagi und Izanami sowie die Verbindung zum Buddhismus und seine heutige Bedeutung in Japan.

Termin Mittwoch, 12. August | 16:00 – 18:00 Uhr

Anmeldung bis 5 Werktage vor Veranstaltungsbeginn

Teilnehmer max. 40

NEU!

13.
08.



**Begegnungs- und Servicezentrum Gallus
in Kooperation mit Historischer Stadtpaziergang Frankfurt**
100 Jahre Frankfurter Waldstadion 1925 – 2025
Ein Lichtbildervortrag

Darauf hatte der Frankfurter Sport lange gewartet – die Einweihung des Stadions an Himmelfahrt 1925. Ein Stadion – einst als Sportpark konzipiert – hat sich bis heute zu einer Multifunktionsarena entwickelt und ist jetzt das Heimstadion der Eintracht. Es ist viel passiert in 100 Jahren im Frankfurter Stadtwald.

Termin Donnerstag, 13. August | 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 10.08.

Kosten Gedeck Kaffee (groß) und Kuchen für 4,50 €

! *Der Kooperationspartner bittet um eine Spende zugunsten des Kinderzirkus Zarakali.*

21.
08.



**Begegnungs- und Servicezentrum Höchst in Kooperation mit dem
Verein f. Geschichte & Altertumskunde FFM-Höchst e.V.**
**Camille Claudel – Schülerin, Geliebte, Assistentin
und Konkurrentin Rodins**

Dr. Tino Wehner stellt Camille Claudel und ihr Werk vor. Sie schuf impressionistische Bronzeplastiken und Marmorskulpturen von großer Schönheit. An bildhauerischer Ausdruckskraft überragte sie bald ihren Lehrer Auguste Rodin. Tragischerweise verbrachte sie über 30 Jahre in einer psychiatrischen Anstalt.

Termin Freitag, 21. August | 16:00 – 17:30 Uhr

Anmeldung bis 18.08.

24.
08.



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend
Betrug erkennen – richtig handeln:
Polizei informiert

Love Scamming, falsche Anrufe, betrügerische Nachrichten: Kriminelle nutzen Vertrauen und Einsamkeit gezielt aus. Die Polizei informiert Senioren verständlich über aktuelle Betrugsmaschen, typische Warnsignale und Prävention. Erfahren Sie, wie Sie sich schützen und im Ernstfall richtig handeln.

Termin Montag, 24. August | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung erforderlich

**25.
08.**



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

Schlichten ist besser als richten

Was verbirgt sich hinter einem Schiedsamt? Das Amt der Schiedsfrauen und Schiedsmänner ist eine fast 200-jährigen funktionierende und bewährte Institution. Wie diese Arbeit in der Praxis aussieht, darüber informiert der Schiedsmann Heinrich Nagel.

Termin Dienstag, 25. August | 15:00 – 17:00 Uhr

**07.
09.**



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Der Schlingel hat sich die Welt erobert – Struwwelpeter

Der Struwwelpeter ist Kult! Doch kennen Sie auch die anderen Werke von Dr. Heinrich Hoffmann? Tauchen Sie ein in eine Welt voller Humor, Fantasie und überraschender Geschichten – ein echter Geheimtipp jenseits des Klassikers! Vortrag: Frau Steiner

Termin Montag, 07. September | 15:00 – 17:00 Uhr

**16.
09.**



Begegnungszentrum Hausen

Der Hausnotruf des Frankfurter Verbandes stellt sich vor

Informationsveranstaltung zum Thema: Hausnotruf mit echtem Service. Sicherheit bedeutet mehr als nur ein Knopfdruck! Mit uns haben Sie jemanden, der im entscheidenden Moment für Sie da ist. Erfahren Sie von Frau Duru, wie Sie selbstbestimmt und sicher zu Hause leben können – heute und in Zukunft.

Termin Mittwoch, 16. September | 14:00 – 15:30 Uhr

Anmeldung unbedingt erforderlich bis 10.09.

**16.
09.**



**Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein
in Kooperation mit Florian Frankfurt 60plus e.V.**

Brandschutzinfos für Seniorinnen und Senioren

Wie können Sie Brände vermeiden und im Notfall richtig handeln? In dieser Veranstaltung erhalten Sie hilfreiche Informationen und praktische Tipps rund um den Brandschutz im Alltag. Lernen Sie einfache Vorsorgemaßnahmen kennen und informieren Sie sich über sicheres Verhalten im Notfall.

Termin Mittwoch, 16. September | 15:00 – 17:00 Uhr

17.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Gewalt – Sehen – Helfen Workshop

Dieses Training dient der Erweiterung des individuellen Handlungsspielraums im Bereich der Zivilcourage. Im Mittelpunkt steht die Erarbeitung konkreter Strategien, die es den Teilnehmenden ermöglichen, sich im öffentlichen Raum umsichtig und sicher zu bewegen und dabei den bestmöglichen Selbstschutz vor Gewalt zu gewährleisten.

Termin Donnerstag, 17. September | 13:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 16.09.

17.
09.



Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad in Kooperation mit der Universitätsmedizin Frankfurt am Main

Jede Minute zählt – Schlaganfallprävention beginnt jetzt!

Dr. med. Luca Hladek erläutert, wie sich ein Schlaganfall erkennen lässt und wie Sie vorbeugen können. Wichtige erste Schritte im Ernstfall werden erklärt und verschiedene Rehabilitationsmöglichkeiten veranschaulicht. Ein Nachmittag, der Wissen schenkt und Sicherheit gibt.

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

Anmeldung bis zum 15.09. erforderlich

Kosten 4 € für ein Kaffee- und Kuchengedeck

22.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Sicher und gut begleitet im Alltag – Infoveranstaltung für Senior*innen im Ostend

Sie wünschen sich Austausch oder Gesellschaft? Im Frankfurter Ostend gibt es viele Angebote für Seniorinnen und Senioren. Die Arbeitsgruppe Senioren stellt sie gebündelt vor – von Bewegung und Spiel bis Beratung und Alltagshilfen. Lernen Sie Angebote kennen und kommen Sie ins Gespräch.

Termin Dienstag, 22. September | 15:00 – 17:00 Uhr

23.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst

Was ich schon immer über Kryptowährungen, Bitcoin und den digitalen Euro wissen wollte ...

Dennis Pfaff, Leiter der Filiale Höchst der Volksbank Rhein/Main, informiert Sie gemeinsam mit seinem Kollegen Stefano Tramontana zu diesem spannenden Thema. Es erwartet Sie ein abwechslungsreicher Vortrag und die Gelegenheit, den Experten viele Fragen zu stellen.

Termin Mittwoch, 23. September | 14:30 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 16.09.

NEU!

**24.
09.**



**Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend
in Kooperation mit dem Ambulanten Malteser Hospizdienst**

**Selbstbestimmt vorsorgen –
Sicherheit für die Zukunft**

Was passiert, wenn Sie wichtige Entscheidungen nicht mehr selbst treffen können? Bei unserem Informationsnachmittag erfahren Sie, warum Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht wichtig sind, wie Sie vorsorgen und Ihre Wünsche festhalten – für mehr Sicherheit und Entlastung für Ihre Angehörigen.

Termin Donnerstag, 24. September | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 22.09.

**24.
09.**



Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

Infonachmittag: Sicher im Netz

Alexandra Roth, Kriminalhauptkommissarin und Leiterin Cybercrime-Prävention, beleuchtet in ihrem Vortrag Art und Auswirkung von „Phishing“-Attacken. Neben den Einblicken in die Risiken präsentiert sie Tipps und Schutzmöglichkeiten für mehr Sicherheit im digitalen Alltag.

Termin Donnerstag, 24. September | 15:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 18.09.

**25.
09.**



**Begegnungs- und Servicezentrum Höchst in Kooperation mit dem
Verein f. Geschichte & Altertumskunde FFM-Höchst e.V.**

Gustave Caillebotte – der wiederentdeckte Künstler

Lange vergessen und erst vor etwa 20 Jahren wiederentdeckt: Gustave Caillebotte. Dr. Tino Wehner stellt den Pariser vor, der Mäzen der Impressionisten, selbst Maler, Kunstsammler und Bootsbauer war. Berühmt ist sein Gemälde „Straße in Paris, Regenwetter“.

Termin Freitag, 25. September | 16:00 – 17:30 Uhr

Anmeldung bis 20.09.

**26.
09.**



Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Basiskurs zur Sturzprophylaxe

Der Basiskurs Sturzprophylaxe mit Angela Schwörer vermittelt Ihnen Wissen und praktische Techniken, um das persönliche Sturzrisiko zu minimieren. Durch Übungen zur Sturzprävention verbessern Sie Balance und Körperhaltung. Sie lernen, Risiken zu erkennen und Hindernisse sicher zu überwinden.

Termin Samstag, 26. September | 14:30 – 16:00 Uhr

Anmeldung bis 21.09.

Kosten auf Anfrage



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.
07.



Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Das Modemobil kommt zu Besuch

Ulrike Kögler vom Modemobil präsentiert Ihnen eine feine Auswahl aus ihrer Frühjahrs- und Sommerkollektion. Stöbern Sie entspannt, genießen Sie Kaffee und Kuchen und lassen Sie sich kompetent beraten. Entdecken Sie stilvolle und praktische Mode ganz nach Ihrem Geschmack!

Termin Mittwoch, 01. Juli | 14:00 – 17:00 Uhr

04.
07.



Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim –

Auguste-Oberwinter-Haus

Sommerfest im Hof

Feiern Sie mit uns den Sommer in unserem hübschen Hinterhof und auf der Terrasse! Freuen Sie sich auf ein Überraschungsspiel, Livemusik mit „Third Man Lost“, Leckerer vom Grill und erfrischende Getränke in entspannter Atmosphäre.

Termin Samstag, 04. Juli | 15:00 – 19:00 Uhr

06.
07.



Begegnungszentrum Sossenheim

Schach

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

Termin Montag, 06. Juli | 14:00 – 16:00 Uhr

Kosten 2,50 €

07.
07.



Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer

Quizrunde im Melange am Römer

Quizrunde im Melange am Römer – à la Kneipenquiz: In Teams mitraten, Spaß haben und Kontakte knüpfen – gemeinsam Fragen lösen und eine entspannte Atmosphäre genießen.

Termin Dienstag, 07. Juli | 14:00 – 15:30 Uhr

Anmeldung bis 06.07.

! Weiterer Termin: 04.08. (Anmeldung bis 03.08.)

08.
07.

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

Sommerfest in der Flörsheimer



Gute Sachen vom Grill, Gutes zum Trinken, gute Musik von Jörg Ratz, viel Spaß und gute Laune beim Sommerfest hier in der Flörsheimer. Schauen Sie vorbei und feiern Sie mit uns!

Termin Mittwoch, 08. Juli | 13:00 – 17:00 Uhr

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

! Wir freuen uns über Ihre Kuchenspende!

ACHTUNG! VERANSTALTUNG IN DER FLÖRHEIMER!!!

17.
07.

Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer

Sommerfest im Melange am Römer

NEU!



Das erste Sommerfest im Melange am Römer steht unter dem Motto „Tag der offenen Tür“. Besucher, die zum ersten Mal bei uns sind, zahlen keinen Eintritt! Was dürfen Sie erwarten? Bratwurst vom Grill, leckere Salate, stimmungsvolle Livemusik von unserem Entertainer Mike und natürlich ganz viel gute Laune auf der Tanzfläche.

Termin Freitag, 17. Juli | 12:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 07.07.

Kosten 20 € Vorkasse (im Eintritt sind eine Bratwurst vom Grill und Salate vom Buffet enthalten)

17.
07.

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Nachbarschaftsfest – Gemeinsam feiern, gemeinsam leben



Zusammen mit der Wohnanlagenbetreuung der AWO Goldstein feiern wir ein ungezwungenes Nachbarschaftsfest im Garten bei Live-Musik mit Jörg. Für Speis und Trank mit Süßem und Herzhaftem ist bestens gesorgt. Kommen Sie dazu und feiern Sie mit uns! Bei Regen muss das Fest leider verschoben werden.

Termin Freitag, 17. Juli | 14:30 – 18:00 Uhr

26.
07.

Begegnungszentrum Sossenheim

Sonntagscafeteria



Wir freuen uns auf ein gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen. Ein unterhaltsamer Nachmittag mit alten und neuen Geschichten aus Sossenheim, aus Frankfurt und aus dem Leben.

Termin Sonntag, 26. Juli | 15:00 – 17:00 Uhr

Kosten Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.

! Weitere Termine: 30.08. und 27.09.

**30.
07.**



Begegnungszentrum Riederwald

Grillnachmittag

Genießen Sie den Sommer von seiner schönsten Seite: der Duft von frisch gegrillten Bratwürstchen liegt in der Luft, dazu servieren wir Ihnen frisch zubereiteten Nudelsalat. Freuen Sie sich auf einen gemütlichen Nachmittag mit guten Gesprächen, leckerem Essen und netter Gesellschaft.

Termin Donnerstag, 30. Juli | 16:00 – 17:30 Uhr

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

**31.
07.**



Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

Willkommen zum Sommerfest Frankfurter Art: Äppelwoi, Handkäs' und Musik!

Tauchen Sie ein in eine Atmosphäre voller Freude, in der wir gemeinsam in Rot und Weiß feiern. Genießen Sie Live-Musik von Jörg Ratz, bei der Sie mitsingen, schunkeln und tanzen können, mit köstlichen Frankfurter Spezialitäten.

Termin Freitag, 31. Juli | 14:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung bis 24.07.

Kosten 3 €

**03.
08.**



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Blaues Wunder erleben

Tauchen Sie ein in die bunte Welt der Farben! Rätsel, Lieder und Sprichwörter laden zum Mitmachen, Staunen und Schmunzeln ein. Entdecken Sie spielerisch die Vielfalt der Farben – kreativ, lebendig und voller Überraschungen!

Termin Montag, 03. August | 15:00 – 17:00 Uhr

**06.
08.**



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

Sommerfest Hellerhof 2026

Das jährliche Großereignis in der Hellerhofsiedlung: Feiern Sie mit uns den Sommer! Musiker Jörg Ratz sorgt für Stimmung. Es gibt Spiele, Bastelaktionen und Überraschungen. Grill-Leckereien, Salate sowie kalte und warme Getränke sind vorhanden. Auch in diesem Jahr bieten wir frisch zubereitete alkoholfreie Cocktails an.

Termin Donnerstag, 06. August | 13:00 – 17:00 Uhr

Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.



**17.
08.**



Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Nachbarschaftsfest Rhönstraße

Feiern Sie mit uns einen geselligen Nachmittag in gemütlicher Atmosphäre! Freuen Sie sich auf gute Laune, nette Gespräche und schöne Stunden in angenehmer Runde. Kulinarisch erwarten Sie selbstgemachte Salate sowie Bratwurst im Brötchen. Für Getränke ist selbstverständlich gesorgt.

Termin Montag, 17. August | 15:00 – 17:00 Uhr
Kosten Speisen und Getränke sind selbst zu zahlen.

**18.
08.**



Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

Kochtreff für Männer – Schulter an Schulter mit Schürze, Schöpfkelle und Schoppe

Gemeinsam mit dem Hobbykoch Georg Weißler in entspannter Atmosphäre kochen – speziell für Männer ohne Kocherfahrung. Das Menü und die Kosten werden Anfang August festgelegt und können bei der Anmeldung erfragt werden.

Termin Dienstag, 18. August | 10:00 – 14:00 Uhr
Anmeldung bis 12.08.
Kosten je nach Menü



**19.
08.**



Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst

White Dinner im Garten der Senioren-Initiative Höchst

Holen Sie Ihre weiße Kleidung aus dem Schrank, packen Sie Geschirr, Besteck und kulinarische Köstlichkeiten fürs Büfett ein und kommen Sie in die SIH! Hier sind im Garten die weißen Tafeln vorbereitet und Getränke stehen kalt. Für musikalische Untermalung sorgt DJ Werner. Bei Regen entfällt die Veranstaltung.

Termin Mittwoch, 19. August | 17:00 Uhr

Anmeldung bis 12.08.

Kosten 5 € Getränkepauschale

**31.
08.**



Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim

Konzert des Heartchors

Hier schlagen 15 Herzen mit Freude fürs gemeinsame Singen! Der Frauenchor begeistert sich für Songs quer durch die Jahrzehnte und singt gemeinsam in vier Stimmgruppen. Chorleiter Jan Breuers schreibt viele Arrangements selbst und motiviert die Sängerinnen Woche für Woche mit viel Schwung und Freude!

Termin Montag, 31. August | 18:30 – 19:30 Uhr

Anmeldung bis 26.08.

05.
09.

Begegnungszentrum Hausen

Geburtstagsfeier mit dem Heartchor



Zum 50. Geburtstag überreicht uns der Frankfurter Heartchor einen musikalischen Blumenstrauß. Freuen Sie sich auf einen beschwingten Nachmittag mit Liedern verschiedener Genres. 17 Herzen schlagen mit Freude fürs gemeinsame Singen in diesem fröhlichen Frauenchor. Chorleitung: Jan Breuers.

Termin Samstag, 05. September | 15:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 03.09.

Kosten Für Kaffee, Kuchen und andere Getränke

❗ *Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltung an!*

14.
09.

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Sicher und aktiv im Alltag



Bewegung kann helfen, sich im Alltag sicherer zu fühlen. Beim Stuhl-Zumba trainieren wir gemeinsam Kraft, Beweglichkeit und Gleichgewicht. In geselliger Runde lernen Sie neue Menschen kennen, bleiben aktiv und stärken Ihr sicheres Gefühl für den Alltag. Machen Sie mit!

Termin Montag, 14. September | 10:00 – 11:00 Uhr

Montag, 21. September | 10:00 – 11:00 Uhr

❗ *Jetzt schnuppern*

20.
09.

Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim – Auguste-Oberwinter-Haus

O'zapft is!



Erleben Sie mit uns das berühmte Oktoberfest und tauchen Sie in bayerische Traditionen ein. Für die perfekte Feststimmung sorgt natürlich stimmungsvolle Musik von Entertainer Jörg Ratz. Genießen Sie eine köstliche bayerische Spezialität. Eintrittskarten sind während der Bürozeiten erhältlich. Bitte beachten Sie: Einlass ist ab 12 Uhr.

Termin Sonntag, 20. September | 12:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 16.09.

Kosten 11 € inkl. Mittagessen, zzgl. Getränke

21.
09.

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Schwein gehabt!

Sprachschätze aus dem Mittelalter (Teil I)



Viele unserer Redewendungen stammen aus dem Mittelalter – und wir nutzen sie bis heute! In „Schwein gehabt!“ entdecken Sie spannende Ursprünge, überraschende Bedeutungen und erfahren, warum diese sprachlichen Bilder noch immer lebendig sind. Geschichte, die im Alltag weiterklingt!

Termin Montag, 21. September | 15:00 – 17:00 Uhr

21.
09.

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst –

Im Rahmen des Stadtteiltreffs Bolongaro

Raus mit den Männern!

Claire Waldoff und ihr Aufbegehren



Mit provokanten Tönen machte Claire Waldoff schon in den 1920er Jahren auf sich aufmerksam. Sie war weit mehr als eine Kabarettistin: Mit Witz, Mut und klarer Haltung stellte sie Rollenbilder infrage und begeisterte ihr Publikum. Klaus Baumgarten stellt die Künstlerin vor. Kaffeetafel ab 14:30 Uhr

Termin Montag, 21. September | 15:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kosten 3,50 € für Gäste

24.
09.

Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer

in Zusammenarbeit mit dem Verein Freunde alter Menschen e.V.

Gemeinsam statt einsam –

Besuche, die Freude machen und Sicherheit geben



Der Verein Freunde alter Menschen e.V. stiftet Besuchspartnerschaften zwischen älteren Frankfurter*innen und Freiwilligen – für mehr Nähe, Gespräche und gemeinsame Zeit.

Sie suchen neue Kontakte, möchten etwas unternehmen oder sich ehrenamtlich engagieren? Kommen Sie ins Café Melange und lernen Sie uns bei Kaffee, Tee und Kuchen kennen!

Termin Donnerstag, 24. September | 15:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung bis 22.09.

25.
09.



Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer

Oktoberfest

Wir schwingen das Tanzbein zu stimmungsvoller Live-Musik von unserem Mike!

Auf Sie warten bayrische Schmankerl und geselliges Beisammensein. Dirndl und Lederhosen sind gern gesehen, aber natürlich keine Pflicht.

Termin Freitag, 25. September | 14:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bis 09.09.

Kosten 10 € Vorkasse

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

Internetcafé Kontakt

Dörpfeldstraße 6
60435 Frankfurt

Surftreff @uguste

Burgfriedenstraße 7
60489 Frankfurt

Café Mouseclick

Bolongarostraße 137
65929 Frankfurt



**FRANKFURTER
VERBAND**

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



Begegnungs- & Servicezentrum Bockenheim

Am Weingarten 18 – 20 b
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 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
Hofgut Goldstein**

Tränkgeweg 32
60529 Frankfurt am Main
☎ 069 299 807 2223
✉ jule.kraemer@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 15 b
60311 Frankfurt am Main
☎ 069 299 807 2295
✉ judith.steppacher@frankfurter-verband.de

**Begegnungs- & Servicezentrum
Mittlerer Hasenpfad**

Mittlerer Hasenpfad 40
60598 Frankfurt am Main
☎ 069 299 807 2229
✉ pia.kruse@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

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