



**Programm
November –
Dezember
2026**

Aktiv in Preungesheim



**FRANKFURTER
VERBAND**

In der Gemeinschaft macht das Leben einfach mehr Spaß!

Aktiv Älterwerden ist beim **Frankfurter Verband** Programm: Bei uns kommen Sie mit netten Leuten aus Ihrer Nachbarschaft zusammen – für Freizeitaktivitäten mit Wir-Gefühl!

Sie möchten sich körperlich und geistig fit halten, kreativ austoben oder aktiv weiterbilden? Dann wird Ihnen das Veranstaltungsangebot im **Begegnungszentrum Preungesheim** gefallen.

Viel Spaß beim Entdecken und Mitmachen!

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

Unterstützen Sie unsere wertvolle Arbeit durch einen finanziellen Beitrag!

Stichwort: **Spenden Offene Seniorendienste**

Frankfurter Volksbank Rhein/Main eG

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

BIC: **FFVBDEFF**

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite
www.frankfurter-verband.de/begegnungs-und-servicezentren



UNSER PROGRAMM NOVEMBER BIS DEZEMBER



Di., 03.11. | 15:00 – 17:00 Uhr

Der Zoo kommt zu Besuch

in Kooperation mit dem Zoo Frankfurt

Was fressen die Tiere im Zoo? Von Fleischfressern, Vegetariern und Futterspezialisten berichtet der Tierpfleger Karlheinz Jähnel in einem Bilder-Vortrag.



Fr., 06.11. | 18:00 – 21:00 Uhr

Disco 60 plus

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

Kosten für Getränke sind selbst zu tragen.



Di., 10.11. | 15:00 – 17:00 Uhr

Kennen Sie den Begriff „schockfrost“?

Quizfragen rund um das Thema Essen und Trinken.



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**



Di., 17.11. | 14:30 – 17:00 Uhr

Schenk- und Tauschcafé

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



Di., 24.11. | 11:00 – 16:00 Uhr

Ausflug ins Gartencenter Sunflower

Fahrt mit dem Chaffeurservice nach Frankfurt-Kalbach. Im Restaurant vor Ort gemeinsames Mittagessen und anschließend Zeit zum entdecken und stöbern in der Pflanzenwelt.

Kosten: 8 € für die Fahrt.

Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.



Do., 26.11. | 11:00 – 15:00 Uhr

Gemeinsam kochen – gemeinsam essen

Beim gemeinsamen Kochen werden jeden Monat verschiedene Rezepte ausprobiert. Barbara Hedtmann, eine erfahrene Köchin und Pädagogin begleitet dabei. Sie können auch direkt zum Essen um 13 Uhr kommen. Wir freuen uns auf Sie!

Kosten: 8 €



Di., 01.12. | 15:00 – 17:00 Uhr

Es tönen die Lieder im Advent

Harald Lange, ein Frankfurter Liedermacher, singt und spielt auf seiner Gitarre weihnachtliche Lieder. Sie sind eingeladen mitzusingen.



Di., 08.12. | 15:00 – 17:00 Uhr

Weihnachtliches Frankfurt – Bildervortrag

Bethmännchen und Quetschemännche gehören in Frankfurt zu Weihnachten. Warum das so ist und welche kulturhistorischen Geschichten sich um das Fest ranken erzählt Angelika Ramm-Fischer.



Di., 15.12. | 15:00 – 17:00 Uhr

Weihnachtsfeier

Festliche Feier mit den Kindern der Musikschule Frau Polak aus Preungesheim. Die Kinder sowie Frau Polak spielen Weihnachtslieder auf dem Klavier und tragen Gedichte vor. Gerne darf dabei mitgesungen werden.





Ich pflege meine Stadt.

Du auch?

frankfurter-verband.de/jobs

Hülya

Pflegehelferin beim
Frankfurter Verband
in Rödelheim

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	14:30 – 16:30 Uhr	Treffen der an Parkinson Erkrankten und ihren Angehörigen, <i>monatlich</i>
	18:00 – 19:00 Uhr	„Tai Chi & Qi Gong“ – zertifizierter Gesundheitskurs Kosten: 90 €
	19:15 – 20:15 Uhr	Yoga für Anfänger Kosten: 2 €
Dienstags	15:00 – 17:00 Uhr	Stadtteiltreff / Programm im Innenteil Kosten: 10 € im Monat
Mittwochs	10:00 – 12:00 Uhr	Tanzgruppe 60+ Kosten: 4 € pro Termin
	18:00 – 19:00 Uhr	Yoga für Fortgeschrittene Kosten: 2 €, 14-täglich
	19:15 – 20:15 Uhr	Lachyoga – für mehr Freude und Lachen im Leben Kosten: 4 €
Donnerstags	10:30 – 12:00 Uhr	Ganzheitliches Gedächtnistraining Kosten: 4 € pro Termin
	11:00 – 14:00 Uhr	Gemeinsam kochen – gemeinsam essen Kosten: 8 €, monatlich
	15:30 – 17:00 Uhr	Tanzen 55+ / VHS Kurs mit Anja Engelhardt
Freitags	09:30 – 11:30 Uhr	Internationales Frauen-Frühstück Kosten: 4 € pro Termin, 14-täglich
	19:00 – 20:45 Uhr	Meditationsgruppe mit Susanne Müllner, <i>14-täglich</i>

Begegnungszentrum Preungesheim

Jaspertstraße 11
60435 Frankfurt am Main

Leitung

Gabriele Wahn
Telefon: 069 299 807 2242
gabriele.wahn@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de



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