



FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim

Am Weingarten 18–20, 60487 Frankfurt
Telefon: 069/77 52 82

Fit und sicher im öffentlichen Raum und unterwegs mit Jérôme Gravenstein

Donnerstag, 25. April, 2. Mai, 9. Mai, 10 bis 11.30 Uhr,
Kosten: 10 €

Sport und Krebs

Für Frauen, die ihr körperliches und seelisches Gleichgewicht wiederfinden möchten.
Donnerstag, ab 4. April, wöchentlich, 15 bis 16 Uhr,
Kosten: 4,50 €

Sommerfest – Tanz in den Sommer

Genießen Sie verschiedene Tanzdarbietungen, Leckereien vom Grill und gewinnen Sie mit etwas Glück den Tombo-la-Hauptgewinn!
Mittwoch, 12. Juni, 14 Uhr

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend

Wiesenstraße 20, 60385 Frankfurt, Telefon: 069/44 95 82

Aktiv-Club in der Wiesenstraße

Mit uns können Sie viel erleben. Wir machen Ausflüge mit und ohne Führungen. Wir laden Referenten zu bestimmten Themen ein. Wir besprechen Themen, die uns bewegen und natürlich feiern wir auch gerne zusammen. Rufen Sie uns an.
Mittwochs, wöchentlich, 10.30 bis 12.45 Uhr,
Kosten: 5 € monatlich

Schutzfrau vor Ort im Rhöncafé: Polizeioberkommissarin Daniela Poloczek stellt sich vor

Die Polizei kommt in den geraden Kalenderwochen freitags von 16 bis 18 Uhr ins Rhöncafé.
Freitags, 14-täglich, 16 bis 18 Uhr

Anzeige



Agentur für Lebensgestaltung im Alter

Inh. Frank Albohn, Diplom-Pflegewirt (FH)

**Stundenweise aufsuchende Betreuung
und Verhinderungspflege für Menschen
mit Hilfebedarf.**

**Wir sind von der Pflegekasse
seit 2005 anerkannt.**

Homburger Landstraße 82 · 60435 Frankfurt am Main
Telefon 069/747 31-552 · Mobil 0179/946 5919

www.julema.de

Wohnen im Alter und viele Fragen?

Zu Fragen zum Thema Wohnen im Alter möchten wir Sie unterstützen. Mit dabei ist auch die Sozialbezirksvorsteherin Hannelore Mees. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.
Dienstag, 30. April, 15 bis 16 Uhr, Kosten: Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung

Dörpfeldstraße 6, 60435 Frankfurt
Telefon: 069/29 98 07-268

Smartphone, Tablet & Co. – WhatsApp, Fotografieren und Telefonieren und wichtige Anwendungen sicher bedienen!

Als Ehrenamtliche bieten wir individuelle Beratung an unseren Geräten oder für Ihr Gerät und Ihre speziellen Fragen an! Termine (60 Min.) sind Montag, Dienstag, Donnerstag jeweils 14 oder 15 Uhr und Fr. 10 oder 11 Uhr möglich!
Netzkabel und Zubehör nicht vergessen.
Bitte vorher Termin vereinbaren.

Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

Alt-Fechenheim 89, 60386 Frankfurt
Telefon: 069/97 69 46 92

Stadtteilfrühstück zum Austausch und mit Informationen

Diesmal: Sozialbezirksvorsteherin/Nord Christel Ebisch stellt die Frankfurter Rettungsbox vor.
Dienstag, 30. April, 9 bis 11 Uhr (Anmeldung bis 26. April),
Kosten: 5 € für das Frühstück

Kochtreff unterwegs: „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ und bei Tante Emma auf der „Langgass“

Besuch des Tante-Emma-Ladens des Heimat- und Geschichtsvereins. Herr Altpaß führt uns durch ein Stück Fechenheimer Geschichte.

Mittwoch, 22. Mai, 15 bis 17 Uhr (Anmeldung bis 17. Mai),
Kosten: Spende erwünscht

„Die gute Frankfurter Küche“ aus der Reihe „Unser Frankfurt“ der Lesefreuden des Bürgerinstituts

Mittwoch, 19. Juni, 15 bis 17 Uhr (Anmeldung bis 14. Juni),
Kosten: 1,50 €

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Frankenallee 206–210, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069/738 25 45

Hessischer Rundfunk – Mit Führung durch den HR

Erfahren und sehen Sie bei einer 90-minütigen Führung, wie Fernsehen und Radio „gemacht“ werden. Treffpunkte bitte bei Anmeldung erfragen. Bitte den frühen Anmeldeschluss beachten!!! Donnerstag, 2. Mai, 14.15 Uhr,
Kosten: freiwilliger Beitrag erbeten, evtl. Kosten RMV

Hofflohmart in der Hellerhof-Siedlung

Der erste Hofflohmart findet im Hof des Begegnungs- und Servicezentrums Gallus, Frankenallee 206 statt. Der Verkauf für Bewohner der Siedlung ist kostenlos und Käufer sind von überall willkommen. Tische werden gestellt. Aufbau ab 10 Uhr. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Samstag, 1. Juni, 11 bis 16 Uhr (Anmeldung bis 26. April),
Kosten: Standbetreiber aus der Siedlung und den Altenwohnanlagen kostenlos

Grüne-Soße-Tag – der 2. Weltrekordversuch

Frankfurt holt den Weltrekord – und wir sind dabei. An diesem Tag werden in Frankfurt so viele Portionen Grüne Soße gegessen wie möglich. Gegessen wird bei uns an einer langen Tafel, falls möglich auf dem Grünstreifen der Frankenallee.

Information im Internet: gruenesossetag.de
 Donnerstag, 6. Juni, 12 Uhr (Anmeldung bis 24. Mai),
 Kosten: Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Abblarer Straße 3, 60439 Frankfurt, Telefon: 069/57 71 31

Wasch- und Putzmittel selber herstellen.

Ein Workshop mit Andrea Gehrke.

Sonntag, 28. April, 14 bis 17 Uhr (Anmeldung bis 24. April),
 Kosten: Spende erwünscht, zzgl. Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Tränkweg 32, 60529 Frankfurt, Telefon: 069/666 77 93

Frankfurt liest ein Buch – Lesung mit Jochen Nix

Thema ist Martin Mosebachs Roman „Westend“.

Freitag, 10. Mai, 19 Uhr (Anmeldung bis 10. Mai),

Kosten: Spende erwünscht, zzgl. Verzehrkosten

„Mit 10 Objekten durch die Geldgeschichte“ – Besuch des Geldmuseums

Treffpunkte bitte bei Anmeldung erfragen.

Donnerstag, 16. Mai, 15.15 bis 16.15 Uhr (Anmeldung bis

15. Mai), Kosten: Kleine Spende erwünscht, ggfs. Fahrtkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Melange am Römer

Braubachstraße 15b, 60311 Frankfurt

Telefon: 069/29 98 07-22 95

Workshop: Bewegung für die Grauen Zellen / Bewegung und Gehirntaining

Samstag, 27. April, 25. Mai, 15. Juni (alle 3 Wochen),

12.15 bis 13.30 Uhr, Kosten: 10 €

Workshop: Gesunde Gelenke mit Tai Chi

Sonntag, 28. April, 26. Mai, 16. Juni (alle 3 Wochen),

10.30 bis 11.45 Uhr, Kosten: 10 €

Cafégespräch: „Beruf und Pflege miteinander vereinbaren“

Wie kann dies für pflegende Angehörige gelingen mit der Referentin: Dipl.-Juristin Inez Hützler

Donnerstag, 16. Mai, 17 bis 18.30 Uhr (Anmeldung bis

14. Mai unter: 0163/681 75 30), Kosten: Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach

Ben-Gurion-Ring 20, 60437 Frankfurt

Telefon: 069/36 60 38 27

Maikonzert bis Opernstudio vor Ort unter Leitung von Michal Golawski.

Sonntag, 19. Mai, 15 bis 17 Uhr (Anmeldung bis 13. Mai),

Kosten: Verzehrkosten, Spende für das Ensemble erbeten

Der Mai ist gekommen – Singen mit dem

Frauen Cantate Chor

Dienstag, 28. Mai, 15 bis 17 Uhr,

Kosten: 3 € Kaffee und Kuchen



Bestattungsvorsorge: Wir beraten Sie.
 Es ist sehr wichtig, die persönlichsten Dinge selbst zu regeln. Wir informieren Sie über die Möglichkeiten.

PIETÄT + GÜNTHER SCHELL GM BH
 Mitglied im Bestatterverband Hessen e.V., Fachgeprüfte Bestatter
 www.Pietaet-Guenther-Schell.de
 info@Pietaet-Guenther-Schell.de
 Frankfurt am Main
Tel. 789 43 45

Rechtzeitige Informationen über notwendige Maßnahmen helfen, Sie vor späteren Fehlentscheidungen zu bewahren. Vertrauen Sie unserer Facherfahrung, wir führen mit Ihnen ein persönliches und vertrauliches Gespräch in unseren Räumen oder auf Wunsch bei Ihnen zu Hause nach Terminvereinbarung.

Erd-, Feuer- und Urnen-Seebestattungen
 Überführungen im In- und Ausland
 Zuverlässige Erledigung aller Formalitäten

Sommerfest mit dem beliebten Musiker SAM

Samstag, 29. Juni, 14 bis 18 Uhr, Kosten: 5 € Kaffee und Kuchen, plus weiterer Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Gerhart-Hauptmann-Ring 298, 60439 Frankfurt

Telefon: 069/29 98 07-55 22

Ausflug nach Beilstein – das Dornröschen der Mosel

Treffpunkte bitte bei Anmeldung erfragen.

Mittwoch, 15. Mai, 8.45 Uhr (Anmeldung bis 9. Mai),

Kosten: 23 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten

Mohnblüte im Geo-Naturpark in Germerode

Erleben Sie während einer Planwagenfahrt, begleitet von einem Naturparkführer die Schönheit der Mohnblüte.

Treffpunkte bitte bei Anmeldung erfragen.

Mittwoch, 26. Juni, 8.30 Uhr (Anmeldung bis 18. Juni),

Kosten: 27 € Fahrpreis und Planwagenfahrt (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim – Auguste-Oberwinter-Haus

Burgfriedenstraße 7, 60489 Frankfurt

Telefon: 069/78 00 26

Vor den Toren der Stadt – Massenheimer Auenkunst“

Treffpunkte bitte bei Anmeldung erfragen.

Mittwoch, 22. Mai, 13.30 bis 17 Uhr (Anmeldung bis 10. Mai),

Kosten: 6 €

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – West/Riedhof

Mörfelder Landstraße 210, 60598 Frankfurt

Telefon: 069/631 40 14

Tanz in den Mai: Live-Musiker Hannes sorgt für Stimmung

Dienstag, 30. April, 19 Uhr bis open End (Anmeldung bis 23.

April), Kosten: 8 € inkl. Eintritt und ein Begrüßungsgetränk

Besuch der Modefabrik Adler und anschließende Fahrt zum Aschaffener Fischmarkt

Donnerstag, 23. Mai, 8.45 Uhr, Kosten: 12 €

Kellereiführung durch die Sektkellerei Henkell

Donnerstag, 13. Juni, 10 Uhr (Anmeldung bis 3. Juni),

Kosten: RMV-Gruppenticket und Führung mit Sektverkostung

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst

Gebeschusstraße 44, 65929 Frankfurt
Telefon: 069/31 75 83

Flohmarkt „Am Bunker“ in Höchst

Falls Sie noch etwas zum Verkauf beisteuern wollen: Nach Möglichkeit ab 8 Uhr direkt zum Verkaufsstand (Ettighausenplatz – neben dem Wochenmarkt) oder in der Woche vorab in die SIH bringen.

Samstag, 11. Mai, 9 bis 14 Uhr

Begegnungszentrum Flörsheimer Straße

Flörsheimer Straße 16, 60326 Frankfurt
Telefon: 069/366 06 297

Faszination Yoga!

Erleben Sie, wie sich nicht nur Ihre körperliche Beweglichkeit verändert, sondern auch das Lebensgefühl positiv beeinflusst wird!

Freitags ab April, wöchentlich, 11 bis 12 Uhr, Kosten: 5 €

Begegnungszentrum Ginnheim

Ginnheimer Landstraße 172–174 (Eingang im Hof),
60431 Frankfurt, Telefon: 069/52 00 98

Neu: Bewegungsangebot für Männer ab 50

Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining. Ein Probetraining ist frei. Trainer Dennis Bambusek. Weitere Informationen und Anmeldung bitte unter 0179/507 13 36.

Dienstags ab April, wöchentlich, 17 bis 18 Uhr, Kosten: 5 €

Begegnungszentrum Hausen

Hausener Obergasse 15, 60488 Frankfurt
Telefon: 069/789 27 39 (AB)

Gymnastik für Frauen

Montags, ab 29. April, wöchentlich, 17.30 bis 18.30 Uhr,
Kosten: 5 € pro Termin

Begegnungszentrum Praunheim

Heinrich-Lübke-Straße 32, 60488 Frankfurt
Telefon: 069/76 20 98

Erdbeerfest

Wir feiern die Erdbeere in all ihren Variationen.
Donnerstag, 27. Juni, 15 bis 17 Uhr (Anmeldung bis 24. Juni),
Kosten: Verzehrkosten

Begegnungszentrum Sossenheim

Toni-Sender-Straße 29, 65936 Frankfurt
Telefon: 069/34 68 94 (Dienstag 10–12 Uhr und Donnerstag
12–14 Uhr)

Experiminta ... fragen, forschen und begreifen

Besuch des Experiminta Science Center Frankfurt Rhein-Main mit den Kindern des KiFaZ Sonnenwind. Treffpunkte bei der Anmeldung erfragen.

Mittwoch, 5. Juni, 14 bis 16 Uhr, Kosten: 7 € zzgl. RMV

Café Mouseclick

Bolongarostraße 137, 65929 Frankfurt
Telefon: 069/31 24 18

WhatsApp Smartphonekurs

Im Kurs erhalten die Teilnehmer eine grundlegende Einführung in die Möglichkeiten von WhatsApp. Der Kurs setzt Grundkenntnisse mit dem Androidgerät voraus.

Dienstag, 7. Mai, 9.30 Uhr (Anmeldung bis 2. Mai),

Kosten: 15 €

Kurs: Fotosafari durch Höchst

Der Smartphone-Fotokurs ist praxisorientiert. Denn alle Teilnehmer erfahren am konkreten Beispiel Tipps und Tricks beim Fotografieren.

Donnerstag, 23. Mai, 14.30 Uhr (Anmeldung bis 20. Mai)

Fachbereich Freiwilliges Engagement und Seniorenreisen

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt
Telefon: 069/29 98 07-23 50

Tagesausflug nach Lorsch

Mittwoch, 15. Mai, 9 Uhr (Anmeldung bis 26. April), Kosten:
für Kunden des Frankfurter Verbandes 36 €, sonst 55 € inkl.
Busfahrt, Begleitung und Führung

Zentrum Dornbusch

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon: 069/597 16 84

Möbel restaurieren

In diesem Kurs erfahren Sie die wichtigsten Grundlagen des Restaurierens. Es darf alles zum Restaurieren mitgebracht werden, was eine Person tragen kann. Gummihandschuhe und Schürze mitbringen.

Montags ab 29. April, wöchentlich, 18 bis 21 Uhr,

Kosten: 160 €, inkl. Werkzeugnutzung für 10x

Afrikanisches Trommeln

Ein Trommelkurs für Anfänger*innen und Fortgeschrittene. In den 10 Kurseinheiten werden wir mit viel Spaß und Humor afrikanische Tanzrhythmen erleben, erlernen und kreativ gestalten. Es stehen neue, hochwertige Instrumente zur Verfügung.

Montags ab 29. April, wöchentlich, 18.30 bis 20 Uhr,

Kosten: 90 € inkl. Instrumentausleihe für 10x

Die Bunte Barke sucht neue Teammitglieder

Wir suchen zuverlässige Menschen aller Altersgruppen, die einmal wöchentlich gemeinsam im Team eine feste Gruppe aus 10 Kindern betreuen möchten. Zur Auswahl stehen dabei die Tage Montag, Dienstag oder Donnerstag, jeweils von 14 bis 17 Uhr. Die grundlegende Bereitschaft zur Teilnahme an Teamsitzungen und Praxisreflexionen wird als wesentlicher Bestandteil des Projekts vorausgesetzt. Wenn Sie offen gegenüber interkulturellen und intergenerationalen Projekten sind und Lust haben, in einem vielfältigen, aufgeschlossenen Team mitzuwirken, oder sich zunächst erst mal „nur“ informieren möchten, nehmen Sie gerne Kontakt auf.



Bürgerinstitut, Oberlindau 20, 60323 Frankfurt
 Information und Anmeldung unter Telefon 069/97 2017-40 oder per E-Mail: treffpunkt@buergerinstitut.de
 Bitte immer anmelden.

15. April, 10 Uhr, Saal im Bürgerinstitut,
 Nur mit Anmeldung und Vorauszahlung für 5 mal eine Stunde 75 €

Meinbrain: Geistige Fitness im Alter mit Mathetricks, um die Sie Ihre Enkel beneiden werden

17. April, 11 Uhr, nur mit Anmeldung und Vorauszahlung, 6 € plus Eintritt ins Museum
Führung im Historischen Museum „100 Dinge erzählen Stadtgeschichte“

18. April, 18 Uhr, Saal im Bürgerinstitut, nur mit Anmeldung und Vorauszahlung 6 €
Barocke Musik mit jungen Talenten der Hochschule für Musik

25. April, 16.30 Uhr, Orfeos Erben, Hamburger Allee 45, nur mit Anmeldung und Vorauszahlung 9 €
Kino & Vino, Orfeos Erben, Gemeinsamer Kinobesuch mit anschließendem Restaurantbesuch

8. Mai, 17.30 Uhr, Saal im Bürgerinstitut, 3 €
Frankfurt liest ein Buch Teil 1: Martin Mosebach „Westend“ mit den Lesefreuden

13. Mai, 16 Uhr, Saal im Bürgerinstitut, 6 €
Vortrag Hildegard Scheid MA, „Durch Paris auf markierten Wanderwegen“

15. Mai, 17.30 Uhr, Saal im Bürgerinstitut, 3 €
Frankfurt liest ein Buch Teil 2: Martin Mosebach „Westend“ mit den Lesefreuden

16. Mai, 18 Uhr, Saal im Bürgerinstitut, kostenfrei
Vernissage Frau Schipp

19. Mai, 11.30 Uhr, Saal im Bürgerinstitut, 8 €
Gemischtes Doppel: Vortrag Kunst und Literatur: Walter Gropius

23. Mai, 9.30 Uhr, nur mit Anmeldung und Vorauszahlung, 5 € ohne Verzehr
Führung im Hessischen Rundfunk mit anschließendem Casinobesuch

11. Juni, 15 Uhr, nur mit Anmeldung und Vorauszahlung, 12 €
„Höchst theatralisch“ – Führung durch die Höchster Altstadt mit Kostümen, Silke Wustmann und Mario Gesiarz

13. Juni, 18 Uhr, Saal im Bürgerinstitut, kostenfrei
Vernissage Karsten Thormaehlen, Fotografien von Menschen über 100 Jahren

Ab 1. Juli ist montags bis freitags von 12 bis 16.30 Uhr unser Sommer Café geöffnet.

Hospizdienst und Palliativberatung

Mitarbeiter des Bürgerinstituts beraten und begleiten schwerstkranke Menschen und deren Nahestehende in ihrer letzten Lebensphase.

Qualifizierte Vorbereitung zur ehrenamtlichen Hospizbegleitung ab August

Informationen und Anmeldungen über Anette Rehor, Leitung Hospizdienst, Telefon 069/97 20 17-35, E-Mail: rehor@buergerinstitut.de

Trauerbegleitung

Professionelle Trauergespräche finden auf Wunsch durch unsere ausgebildete Trauerbegleiterin und Hospiz-Fachkraft Anette Rehor statt.

Kontakt zu weiteren Trauerangeboten in Frankfurt kann bei Bedarf gerne vermittelt werden.

Würde im Alter

Innerhalb des Projekts „Würde im Alter“ steht das Bürgerinstitut stationären Pflegeeinrichtungen der Stadt Frankfurt in Form von Beratung, Schulung und Kooperationen hilfreich zur Seite. Die Mitarbeiter sind bei der Entwicklung von Konzepten der Lebensbegleitung bis zum Tod und der Implementierung einer geeigneten Abschiedskultur behilflich. Auskunft: Claudia Eyssen-Heilemann, Telefon 069/97 20 17-24, E-Mail: eyssen-heilemann@buergerinstitut.de

Hilda: Hilfe für an Demenz erkrankte Menschen und ihre Angehörigen

Unser mobiler Beratungsbus „rund um das Thema Älter werden“ ist wieder im Einsatz in verschiedenen Frankfurter Stadtteilen. Infos: www.buergerinstitut.de/demenz/

Bewegungsgruppe für Menschen mit Demenz

Leitung: Bärbel Klingenberg
 1. Halbjahr 2019, Freitag 17 bis 18 Uhr
 1-stündig, 2x monatlich

Gesprächskreis für Menschen mit Demenz

Leitung: Angelika Welscher
 1. Halbjahr 2019 – Dienstag 10.30 bis 12 Uhr
 1,5-stündig – 1x monatlich
 Beide Kurse sind anerkannte Angebote der Pflegeversicherung nach § 45 a Abs.1 SGB XI

Sie möchten gerne teilnehmen? Kontaktieren Sie uns bitte und wir vereinbaren einen Termin zu einem persönlichen Gespräch.

Gut zu wissen ...

Über 1,7 Millionen Menschen leben mit Demenz in Deutschland. Gut zu wissen, was sich hinter dieser Diagnose verbergen kann.

Das Bürgerinstitut ist registrierter Anbieter von bundesweit stattfindenden Demenz-Partner Schulungen.

Referentin: Angelika Welscher, Veranstaltungsort: Historisches Museum Frankfurt, Saalhof 1, 60311 Frankfurt, Roter Seminarraum im Museum, Freitag, 5. April, 15 bis 17 Uhr, Eintritt: kostenfrei
 Informationen unter Telefon 069/97 20 17-41, E-Mail: welscher@buergerinstitut.de