



**Programm
April – Juni
2025**

Aktiv in Fechenheim



**FRANKFURTER
VERBAND**

In der Gemeinschaft macht das Leben einfach mehr Spaß!

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

Sie möchten sich körperlich und geistig fit halten, kreativ austoben oder aktiv weiterbilden? Dann wird Ihnen das Veranstaltungsangebot im **Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim** 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 APRIL BIS JUNI



Fechenheim auf Rädern – RikschaFahrten am Main entlang In Kooperation mit der TSG Fechenheim 1860

Unsere Fahrrad-Rikscha ist wieder on Tour! Wir laden Sie herzlich ein die Natur und die schönen Ecken Fechenheims mit Wind im Haar zu genießen. Ehrenamtliche Piloten und Pilotinnen fahren mit Ihnen für ca. ein bis zwei Stunden eine Tour am Main entlang. Für weitere Informationen zu den kostenfreien RikschaFahrten rufen Sie uns an. Die Pilot*innen freuen sich auf Sie!

! Individuelle Terminvereinbarung

**Je nach Wetterlage ist der Startschuss für die vierte Rikscha-Saison
Ende April/Anfang Mai vorgesehen**



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Lotsenbüro

Sie suchen das passende Ehrenamt oder die richtige Anlaufstelle?

Wir helfen Ihnen weiter! Nutzen Sie unser Beratungsangebot im Stadtteil – telefonisch oder vor Ort, bei uns erhalten Sie Informationen oder konkrete Unterstützung.



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr

Fechenheimer-Foto-Freunde

Der Hobbyfotograf Jürgen Gries lädt aktive Fotobegeisterte ein, den eigenen Stadtteil und die Umgebung fotografisch zu entdecken und erlebbar zu machen. Dabei geht es um das Schulen des Blicks, den Austausch über Technik und das gemeinsame Erleben in einer angenehmen Gemeinschaft.

! Jeden 2. Montag: Fototheorie, Thema und Ziel der Exkursionen festlegen, Bilderbesprechung.

**Jeden 4. Montag: Gemeinsam unterwegs und fotografieren.
Die Teilnahme an den Exkursionen erfolgt auf eigene Verantwortung.**



Montags | 10:00 – 13:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Computer für Fechenheim 65+

Sie haben keinen Computer, möchten aber „googlen“, ein Erklärvideo schauen oder die Fechenheimer Online-Zeitung „mainkur:ier“ lesen? Bei uns steht ein Laptop bereit! Eine Helferin oder ein Helfer begleitet Sie bei den ersten Schritten und beantwortet Ihre Fragen – ganz ohne Vorkenntnisse. Einfach ausprobieren!



Mittwochs | 10:00 – 13:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Wege ins Netz – mit dem Smartphone oder Tablet

Sie sind Einsteiger*in in der Smartphone-Nutzung und möchten mehr als nur telefonieren? Mit Unterstützung einer Helferin oder eines Helfers lernen Sie die digitale Kommunikation kennen. Im ersten Termin geht es um das Verschicken und Verwalten von E-Mails. Weitere Themen wie WhatsApp, Videotelefonie und Wiederholungen folgen. Der Kurs umfasst 8–10 Termine.

Mittwochs | 14:00 – 16:30 Uhr

Mittwoch ist Spieltag!



„Beim Spiel kann man einen Menschen in einer Stunde besser kennenlernen als im Gespräch in einem Jahr.“ (Platon) Haben Sie Lust auf Skat, Rummi-kub, Kniffel oder Bingo? Spiele verbinden und machen einfach Spaß! Weitere Mitspieler*innen sind herzlich willkommen. Ihr Lieblingsspiel ist nicht dabei? Sprechen Sie mit uns – wir freuen uns auf Ihre Ideen!

! Am letzten Mittwoch im Monat widmen wir uns ganz dem Bingo!

NEU!

Mittwochs | 16:30 – 18:30 Uhr

Doppelkopf hält geistig fit!



Wer neugierig ist, Interesse an Taktik und Strategie hat, sowie dem Kopf neue Aufgaben stellen möchte, ist beim Doppelkopf genau richtig. Willkommen sind Mitspieler*innen mit Grundkenntnissen und ersten Spiel-Erfahrungen. Bei Interesse bitten wir um Anmeldung.

Leitung: Nikola Madeisky und Ute Reischle-Schedler

Kontakt: Nikola Madeisky, 069 299 806 2216, nikola.madeisky@web.de

! Start: Mittwoch 09.04., 14-täglich



Mittwochs | 19:00 – 22:00 Uhr

Doppelkopf am Abend

Haben Sie Lust auf Doppelkopf in lockerer Runde? Wir suchen noch weitere Mitspielerinnen und Mitspieler – ob Fortgeschrittene, Kenner oder Wieder-einsteiger. Bei Interesse bitten wir um Anmeldung. Im Mittelpunkt stehen für uns Spaß und Freude am Spiel. Leitung: Dorothea Kronenberger



Donnerstags | 10:00 – 13:00 Uhr

Kultur-Touren

Kooperationsprojekt „Places to see“

Die Frankfurter Kultur- Entdeckungsreise geht in 2025 weiter! Jeden Monat besuchen wir eines der Museen oder eine kulturelle Einrichtung, verbunden mit einer Führung und kreativem Austausch. Das Angebot richtet sich an Kunst- und Kulturinteressierte, Unerfahrene, Neugierige, die in einer aktiven Gruppe (wieder) mehr Kultur erleben möchten.

! Der Eintritt und die Führung sind kostenfrei, lediglich die ÖPNV-Kosten sind selbst zu tragen. Ermöglicht durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt. Die Führungen dauern ca. 1 Stunde zzgl. An- und Abreise. Weitere Infos zu Abfahrtszeit und Treffpunkt erhalten Sie bei der Anmeldung.



Donnerstags | 10:00 – 13:00 Uhr

„Über Fechenheim hinaus“

Nach unseren Ausflügen „Vor der Tür“ wollen wir nun regelmäßig die angrenzenden Stadtgebiete Offenbach, Bergen-Enkheim und Riederwald erkunden. Wir möchten herausfinden, was es in dieser erweiterten Nachbarschaft zu entdecken gibt, sei es Ausstellungen, innovative Projekte oder Sehenswürdigkeiten.

! Die Kosten für den ÖPNV sind selbst zu tragen.



Di., 01.04. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Brunch und Begegnung mit Gabriele Daniel

Zu unserem späten Frühstück wird die Vorsitzende des Regionalrats Fechenheim die Themen des Regionalrats vorstellen und über geplante Aktionen im Stadtteil informieren.

Kosten: 5 €



Do., 03.04. | 14:00 – 16:30 Uhr | Anmeldung erforderlich

Osteraktion: Filzen mit der Nadel

Unter Anleitung von Helga Fischer lernen wir Schritt für Schritt die Grundlagen des Nadelfilzens kennen und die Tricks und Kniffe, die es braucht, um aus Wolle und Nadel entzückende Osterhasen herzustellen. Material vorhanden.

Kosten: 2,50 €



Do., 10.04. | 10:00 – 14:00 Uhr | Anmeldung bis 04.04.

Kultur-Touren: Städel Museum Frankfurt

Kooperationsprojekt „Places to see“

Bei einer 1-stündigen Führung erleben wir die Highlights der bekanntesten und bedeutendsten Werke des Städel Museums!

Hierzu gehören u.a. Botticelli, Cranach und Rembrandt.

Teilnehmer*innen: Max. 15

! Der Eintritt und die Führung sind kostenfrei, lediglich die ÖPNV-Kosten sind selbst zu tragen. Ermöglicht durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.

Fr., 11.04. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich



Babbelstund' im Zentrum

Ei Gude, Wie? Einfach mal „babbeln“ – das ist das Motto und der Wunsch von Besucher*innen des Zentrums. In lockerer Runde möchten wir monatlich ins Gespräch kommen und uns austauschen – sei es zu aktuellen Ereignissen, zu Themen rund um das Älterwerden oder, oder.

Mi., 30.04. | 15:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich



Wir spielen Bingo!

Ein unterschätztes Spiel; Bingo macht einfach Spaß. Jede und jeder kann mitmachen und auch jederzeit dazu kommen. Und für die Konzentration tut man auch noch was. Schnuppern Sie rein! **Kosten: 1 €**

Di., 06.05. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich



Brunch und Begegnung

Zu unserem späten Frühstück haben wir die Stadtpolizei zu Gast; was ist der Auftrag, was sind die Aufgabengebiete und welche Dienstgruppen der Stadtpolizei gibt es? **Kosten: 5 €**





Do., 08.05. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Tischtennis im Heinrich-Kraft-Park

NEU!

Tischtennisfreude wiederbeleben oder neu entdecken; dazu laden wir Wiedereinsteiger, erfahrene Spieler*innen und Interessierte ein Teil des aktiven Angebots zu sein. Tischtennis fördert die Koordination, Reaktionsgeschwindigkeit und Konzentration – Fähigkeiten, die in jedem Alter von Bedeutung sind. Im neugestalteten Heinrich-Kraft-Park erwarten uns 10! moderne Tischtennisplatten um gemeinsam aktiv zu sein und Spaß zu haben. In der Zeit von Mai bis Oktober möchten wir uns wöchentlich treffen.

! Die Teilnahme an dem Bewegungsangebot erfolgt auf eigene Verantwortung.



Fr., 09.05. | 14:30 – 17:30 Uhr | Anmeldung bis 05.05.

Tanz im Mai

... mit Live-Musik vom beliebten Musiker Jörg Ratz. Er spielt eine bunte Mischung von Oldies bis zu den neuesten Hits, die zum Mitsingen, Schunkeln und Tanzen einladen. Seien Sie dabei und feiern Sie mit uns den Wonnemonat.

Kosten: 3 €

! Kosten für Speisen und Getränke sind selbst zu tragen.



Do., 15.05. | 10:00 – 14:00 Uhr | Anmeldung bis 09.05.

Kultur-Touren: Museum für Angewandte Kunst

Kooperationsprojekt „Places to see“

Bei einer Führung der aktuellen Ausstellung „Das Neue Frankfurt“ erfahren wir, was das Neue Frankfurt war, wer die Protagonist*innen, welche Ideen und Vorbilder dieser Gestaltungsbewegung zu Grunde lagen und warum hier die Basis für ein Verhältnis von Demokratie und Design begründet liegt.

Teilnehmer*innen: max. 15

! Der Eintritt und die Führung sind kostenfrei, lediglich die ÖPNV-Kosten sind selbst zu tragen. Ermöglicht durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.



Sa., 17.05. | 11:00 – 14:00 Uhr

Hey Fechenheim, wir putzen dich heraus!

Ab 11:00 Uhr sind Fechenheimerinnen und Fechenheimer zum gemeinsamen Müllsammeln auf den Wegen und Plätzen, Straßen und Gassen unterwegs.

Treffpunkt: Paulibrunnen am Linneplatz, im Anschluss ca. 13:00 Uhr lädt das Begegnungs- und Servicezentrum zu Kaffee, Kuchen und Austausch ein.

Kontakt: Gabriele Daniel, regionalratfechenheim@t-online.de

! Veranstalter: Regionalrat Fechenheim



So., 18.05. | 10:00 – 14:00 Uhr

1. Fechenheimer Höfeflohmarkt – und wir sind dabei!

Auch ohne Hof oder Garten können wir an der Nachbarschafts- und Nachhaltigkeits-Aktion teilnehmen, was uns sehr freut: Für Interessierte, die keine Möglichkeiten haben, möchten wir einen Verkaufstisch in unseren Räumlichkeiten anbieten, um Dekoratives oder Nützliches anbieten zu können. Die perfekte Zeit also um Auszumisten! Wir laden aber auch alle dazu ein bei einem Spaziergang die Höfe zu besuchen, Nachbarn zu treffen und nach kleinen Schätzen zu Stöbern.

! *Nähere Informationen der Veranstalterinnen erfolgen in Aushängen. Für einen Verkaufstisch melden Sie sich im Begegnungszentrum.*



Di., 20.05. | 10:00 – 14:00 Uhr

Kochtreff „Zu Gast bei Frau Nachbarin“ Christa May

Gemeinsam planen, kochen und essen – das verbindet. Sie möchten nur zum Essen kommen? Sehr gerne. Bitte melden Sie sich hierzu an.

Kosten: Je nach Menü

Teilnehmer*innen: max. 20

! *Das Menü und die Kosten können bei Anmeldung erfragt werden.*



Do., 22.05. | 15:00 – 16:30 Uhr | Anmeldung bis 19.05.

Infonachmittag: Bestattungsvorsorge

Welche Möglichkeiten der Bestattungsvorsorge gibt es? Was ist ein Bestattungsvorsorgevertrag? Wie kann ich meine Bestattung vorher organisieren? Andrzej Majchrowski, Pietät Walter Schmidt, beantwortet diese und weitere Fragen rund um das Thema.



Fr., 23.05. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Babbelstund' vor der Tür

Bei schönem Wetter möchten wir den öffentlichen Raum nutzen und verlegen unsere Babbelstund' auf den charmanten Linneplatz.



Mi., 28.05. | 15:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Wir spielen Bingo!

Ein unterschätztes Spiel; Bingo macht einfach Spaß. Jede und jeder kann mitmachen und auch jederzeit dazu kommen. Und für die Konzentration tut man auch noch was. Schnuppern Sie rein!

Kosten: 1 €

Fr., 30.05. | 16:00 – 19:00 Uhr | Anmeldung bis 26.05.



„Tag der Nachbarn“

Gesellschaftsspiele für alle Generationen

In ganz Deutschland feiern Menschen den Tag der Nachbarn und setzen damit ein Zeichen für gute und lebendige Nachbarschaften. Wir laden daher Jung und Alt zu einem nachbarschaftlichen Spielenachmittag ein – Spiele verbinden und machen einfach Spaß! Nach Herzenslust können an mehreren Tischen unterschiedliche Spiele gespielt werden.

! Ob Brettspiel, Kartenspiel oder Würfelspiel. Diverse Spiele sind vorhanden. Es können aber auch gerne eigene Spiele mitgebracht werden.

Di., 03.06. | 10:00 – 12:00 Uhr | Anmeldung erforderlich



Brunch und Begegnung

Zu unserem späten Frühstück möchten wir regelmäßig Nachbarn zum näheren Kennenlernen und Austausch einladen – Was gibt es Neues im Stadtteil? Wer macht was? Wie kann ich Fechenheim mitgestalten?

Kosten: 5 €

Do., 05.06. | 14:00 – 17:00 Uhr | Anmeldung bis 30.05.



„Über Fechenheim hinaus“ –

SCAPE°Offenbach – Wetter. Klima. Mensch

SCAPE° ist ein von der Stadt und dem in Offenbach ansässigen Deutschen Wetterdienst initierter Ausstellungs- und Erfahrungsraum. Mitten in der Innenstadt lädt SCAPE dazu ein Wetter, Klima und Klimawandel auf neue Weise zu entdecken. Uns erwartet eine Interaktive Ausstellung mit spannenden Einblicken und überraschenden Erkenntnissen.

Teilnehmer*innen: max. 15

! Kosten für den ÖPNV sind selbst zu tragen.



Do., 12.06. | 13:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 06.06.

Bildungs- Tour: Palmengarten

Kooperationsprojekt „Places to see“

Auf einem Spaziergang durch die Tropen aller Kontinente erkunden wir verschiedene Nutzpflanzen – von Agave bis Zimt. Viele sind uns wohlvertraut, aber wie sehen die dazu passenden Pflanzen aus? Wo kommen sie her, wie werden sie angebaut und was sind ihre Besonderheiten?

Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Teilnehmer*innen: max. 15

! Der Eintritt und die Führung sind kostenfrei, lediglich die ÖPNV-Kosten sind selbst zu tragen. Ermöglicht und gefördert durch das Kulturdezernat der Stadt Frankfurt.



Fr., 13.06. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Babbelstund' vor der Tür

Mit einem kleinen Picknick verlagern wir unsere Babbelstund' in den öffentlichen Raum: Diesmal möchten wir bei schönem Wetter den neugestalteten Spielplatz und Treffpunkt für alle Generationen an der Konstanzer Straße kennenlernen.



Mi., 25.06. | 15:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung erforderlich

Wir spielen Bingo!

Ein unterschätztes Spiel; Bingo macht einfach Spaß. Jede und jeder kann mitmachen und auch jederzeit dazu kommen. Und für die Konzentration tut man auch noch was. Schnuppern Sie rein!

Kosten: 1 €



Do., 26.06. | 14:00 – 16:00 Uhr | Anmeldung bis 23.06.

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.



Fr., 27.06. | 19:00 – 22:00 Uhr | Anmeldung bis 06.06.

Juttas Offene Bühne

Die Offene Bühne bietet musikalische Begegnung aller Art! Jutta Loskill moderiert und begleitet den unterhaltsamen Abend. Musiker*innen, Sänger*innen und Zuhörer*innen sind herzlich willkommen!

Wir freuen uns auf Spiellust, Zusammensein und gute Schwingungen!

**! Wer mitspielen will, bringt eigene Instrumente oder Noten mit.
Ein Klavier und ein Verstärker sind vorhanden.**

Rikscha-Fahrer:innen gesucht:

Schenken Sie Menschen (Fahrrad-)Freude ...

... und unternehmen Sie mit der **elektrisch unterstützten Rikscha** und ein bis zwei Passagieren Ausfahrten am Main entlang.

Neue Pilot:innen erhalten eine Einweisung zum korrekten Umgang mit Rikscha und Passagieren und gewinnen mit Trainingsfahrten Sicherheit.

Sprechen Sie uns an – wir freuen uns auf Sie!

Tel.: 069 299 807 2216



**Begegnungs- & Servicezentrum
Fechenheim**

Alt-Fechenheim 89
60386 Frankfurt am Main
Leitung
Naoual Alyarrudi



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montags	10:00 - 13:00 Uhr	Lotsenbüro
	10:00 - 13:00 Uhr	Fechenheimer- Foto- Freunde, 2. und 4. Montag
	10:00 - 13:00 Uhr	Computer für Fechenheim 65+
	14:00 - 16:00 Uhr	Offener Strick-Treff
Dienstags	10:00 - 12:00 Uhr	Brunch und Begegnung
	10:00 - 14:00 Uhr	Kosten: 5 €, monatlich Kochtreff: „Zu Gast bei Frau Nachbarin“
	10:00 - 14:00 Uhr	Kosten: Je nach Menü, 2-monatlich Kochtreff für Männer
Mittwochs	10:00 - 13:00 Uhr	Kosten: Je nach Menü, 2-monatlich Wege ins Netz, 14-täglich
	14:00 - 16:30 Uhr	Skat, Kniffel & Co.
	15:00 - 16:00 Uhr	Wir spielen Bingo!
	15:00 - 16:30 Uhr	Kosten: 1 €, letzter Mittwoch im Monat Rummik(l)ub, 2. Mittwoch im Monat
	19:00 - 22:00 Uhr	Doppelkopf am Abend, 14-täglich
Donnerstags	10:00 - 13:00 Uhr	Kultur-Touren, monatlich „Über Fechenheim hinaus“
	10:00 - 13:00 Uhr	Tischtennis im Heinrich-Kraft-Park
	10:00 - 12:00 Uhr	Gedächtnistraining- Quiz und Rätsel
Freitags	10:00 - 11:00 Uhr	Kosten: 1,50 € Babbelstund' im Zentrum, monatlich
	14:00 - 16:00 Uhr	

In der Zeit vom 17.04. bis 25.05. ist das Begegnungs- und Servicezentrum nicht besetzt. Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien ein wunderbares Osterfest mit vielen sonnigen und geruhigen Stunden!

Begegnungs- & Servicezentrum Fechenheim

Alt-Fechenheim 89
60386 Frankfurt am Main

Leitung

Naoual Alyarrudi
Telefon: 069 299 807 2216
naoual.alyarrudi@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de



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