

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

Montags	Türkische Frauengruppe Ballroom Line Dance ab 25. September 14-täglich	14:00 – 18:00 Uhr 15:00 – 15:45 Uhr
Dienstags	Wirbelsäulengymnastik Gedächtnistraining	08:30 – 09:30 Uhr 09:30 – 10:30 Uhr 10:30 – 11:30 Uhr 09:45 – 10:45 Uhr
Mittwochs	Wirbelsäulengymnastik VHS – Englisch	09:00 – 10:00 Uhr 10:00 – 11:00 Uhr 09:00 – 10:30 Uhr 10:45 – 12:15 Uhr
Donnerstags	VHS – Französisch Projekt Lesepaten Frauen nach Krebs Yoga für Menschen ab 50	09:15 – 10:45 Uhr 11:00 – 12:30 Uhr 14:00 – 15:30 Uhr 15:00 – 16:00 Uhr 17:00 – 18:30 Uhr 18:45 – 20:15 Uhr
Freitags	Entspannungskurs	10:00 – 11:30 Uhr

Begegnungs- & Servicezentrum Bockenheimer Treff

Am Weingarten 18-20
60487 Frankfurt am Main

Begegnungszentrumsleitung

Matthias Hüfmeier
Telefon: 069 775282
E-Mail: bg.bockenheim@gmx.de
www.frankfurter-verband.de

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

Cafeteria

Montags bis Freitags:
13:30 Uhr bis 17:00 Uhr



BEGEGNUNGS- UND SERVICEZENTRUM

Bockenheimer Treff

Unser Programm

November –
Dezember

FRANKFURTER VERBAND



UNSER PROGRAMM NOVEMBER BIS DEZEMBER

Do. 02.11. und 09.11. / 10:00 – 11:30 Uhr

Sicher und Selbstbewusst im öffentlichen Raum

Selbstbewusste Menschen können sich durchsetzen und Konflikte gewaltfrei lösen. In dieser Veranstaltung vermittelt Jerome Gravenstein, ein erfahrener WingTsun-Lehrer durch realitätsnahe Rollenspiele, wie Sie sich als älterer Mensch auf verbaler und körperlicher Ebene verteidigen können.

Kosten: 10 € für 5 Termine bis 09.11.



NOT GEMEINSAM LINDERN
Alten- und Weihnachtshilfe
der Frankfurter Rundschau e. V.

Do. 02.11., 16.11., 30.11. und 14.12. / 15:30 Uhr

Handarbeiten in gemütlicher Runde

Unter Anleitung von Dorothee Färber hat sich ein Kreis Interessierter zusammen gefunden, Techniken wieder zu erinnern oder auch neu zu lernen. Und vielleicht das eine oder andere Geschenk für die Lieben zu gestalten. Der Kreis ist immer offen für neue TeilnehmerInnen!

Fr. 03.11., 10.11., 17.11., 24.11., 01.12., 08.12. und 15.12. / 10:00 – 11:30 Uhr

Entspannunginsel im Alltag

Der Kurs geleitet von Christine Zwanzger-Mosebach, Dipl.-Psychologin und MET®-Therapeutin mit Übungen, auch für Zuhause, erstreckt sich über 5 Termine kann aber auch zum Kennenlernen zwischendurch besucht werden! Übrigens ein ideales Geschenk für Ihre Angehörigen! Kosten: 30 € Kurs (7 € Einzelstunde)

So. 05.11. / 11:00 – 13:30 Uhr

Tauschring Bockenheim

Mitzubringen ist etwas für das Buffet!

In Kooperation mit Freunde Bockenheims e.V.

Mi. 08.11. / 19:30 Uhr

Erzählabend – Vortrag

Genauerer kann den Aushängen und der Tagespresse entnommen werden.



In Kooperation mit Selbsthilfekontaktstelle Frankfurt e.V. und der BARMER

Fr. 17.11. / 16:00 Uhr

Chronische Schmerzen

Vortrag zum Thema: Referentinnen Christine Zwanzger-Mosebach, Dipl.Psychologin mit eigener Praxis, Urusla Bertuch Deutsche Schmerzliga e. V.

Di. 21.11. und 12.12. / 11:00 Uhr

Die „Morgenlerchen“ – Singen mit Gérard

An diesem Vormittag lädt Gérard mit der Gitarre zum offenen Singen ein. Wer will kann zuvor um 09:45 Uhr das Gedächtnistraining mit Mechthild Groeneveld-Hahn besuchen. Kosten: 2 €

Fr. 01.12. / 19:00 Uhr

Netzwerk Neue Nachbarschaften

Jeden 1. Freitag im Monat.

Treffpunkt: Café Albatros, Kiestraße 27

In Kooperation mit Freunde Bockenheims e.V.

Di. 05.12. / 17:00 Uhr

„Nikolausabend“ in Alt-Frankfurt – Lieder, Gedichte und Geschichten zur Vorweihnachtszeit

Früher erwarteten die Kinder den Nikolaus am Vorabend des Nikolaustages. Lieder und Texte machen diese Tradition lebendig und vermitteln „wie's früher war“. Die Musik steuert Lothar Ickler am Klavier bei. Und wer weiß: Vielleicht kommt ja wirklich der Nikolaus ... Kosten: Verzehrkosten



Mi. 20.12. / 16:00 Uhr – Anmeldung bis 13.12.

Weihnachtskonzert mit dem Frauenpolizeichor

Lieder zu Advent und Weihnachten werden umgeben von dem einen Gedicht und der anderen Geschichte. Einlass ist ab 15:00 Uhr. Kosten: 7 €

