

## WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

<b>Montags</b>	Kegelgruppe Rhönstraße	19:00 – 21:00 Uhr
<b>Dienstags</b>	Internationaler Treff Rückenfit mit Claudia Steinmetz Sie können gerne zum Schnuppern jederzeit vorbeikommen. Mobil: 0174 3418824 Kosten: 9 €	15:00 – 17:00 Uhr 19:00 – 20:00 Uhr
<b>Mittwochs</b>	Aktivklub Neu: Zumba – Fitness-Workout mit lateinamerikanischer Musik Kosten: 20 € im Monat	10:30 – 12:45 Uhr 19:00 – 20:00 Uhr
<b>Donnerstags</b>	Nachbarschaftstreff im Stadtteil Literaturkreis im Rhöncafé	15:00 – 17:00 Uhr 15:30 – 16:30 Uhr
<b>Freitags</b>	Aktiv bis 100 Fit bis in das hohe Alter Kosten: 10 x = 25 €	10:00 – 11:00 Uhr

**Öffnungszeiten  
des Rhöncafés:**  
Freitags: 15:00 Uhr  
bis 18:00 Uhr

Während des Rhöncafés  
findet unsere Bücher-  
tauschbörse statt. In dieser  
Zeit können Sie kostenlos  
Bücher tauschen oder auch  
ausleihen. Gut erhaltene  
Bücher können Sie jederzeit  
gerne bei uns abgeben.

### Begegnungs- & Servicezentrum Bornheim / Ostend

Rhönstraße 89  
60385 Frankfurt am Main

### Begegnungszentrumsleitung

Mahnaz Wobig  
Telefon: 069 449582, Mobil: 0152 22662344  
E-Mail: mahnaz.wobig@frankfurter-verband.eu  
www.frankfurter-verband.de

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

BEGEGNUNGS- UND SERVICEZENTRUM  
**Bornheim / Ostend**  
Unser Programm

Juni –  
Juli

FRANKFURTER VERBAND



## UNSER PROGRAMM JUNI BIS JULI

### Wozu brauche ich Internet und E-Mail?

Für Neueinsteiger, wenn Sie Fragen zum Thema Internet oder E-Mail haben, vereinbaren Sie ein Termin mit uns. Kosten: 8 €

### Pediküre in der Rhönstraße – hier werden Füße fit gemacht

Sie können gerne telefonisch einen Termin mit Frau Ackermann unter 06109 64223 oder 0179 2123371 vereinbaren.

### Neu: „Kleine Hilfe – große Wirkung“

Das Projekt „Kleine Hilfe – große Wirkung“ will Senioren und Seniorinnen mit gesundheitlichen Einschränkungen, geringer Mobilität und kleinem Einkommen in Alltagssituationen unbürokratisch und direkt unterstützen. Für unser Projekt suchen wir noch ehrenamtliche Unterstützer/Innen. Wenn Sie „Kleine Hilfen“ benötigen, melden Sie sich bei uns. Kosten: Wir freuen uns über eine Spende!

Neu!

Dienstags / 15:00 – 17:00 Uhr

### Internationaler Treff

Im interkulturellem Treff wollen wir uns gemeinsam austauschen, essen, Ausflüge organisieren und Referenten einladen. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung. Kosten: 5 € Monatsbeitrag

Neu!

Mittwochs / 10:30 – 12:45 Uhr

### Aktivklub

Wir treffen uns immer mittwochs, planen Ausflüge, bestimmen Themen, die uns interessieren, laden Referenten ein und feiern gemeinsam Feste. Sie können sich gerne bei uns anmelden.

Mittwochs / 19:00 – 20:00 Uhr

### Zumba – Fitness-Workout mit lateinamerikanischer Musik

Zumba verbindet Tanz und Fitness, ohne dass die Teilnehmer Tänzer sein müssen. Die Kombination von Fitnessbewegungen und der mitreißenden lateinamerikanischen Musik machen Zumba mehr zu einer Spaßveranstaltung. Schnuppern jederzeit möglich. Kommen sie vorbei! Kosten: 20 € im Monat

Neu!

Donnerstags / 15:00 – 17:00 Uhr

### Nachbarschaftstreff im Stadtteil – Zukunft gemeinsam gestalten!

Aktiv sein und sich engagieren. Wir freuen uns über eine Spende!

Neu!

Donnerstags / 15:30 – 16:30 Uhr

### Literaturkreis im Rhöncafé

Hier können Bürger/Innen spannende Bücher vorstellen und tauschen. Kommen Sie vorbei, gestalten Sie mit uns den Literaturkreis, wir freuen uns auf Sie! Kosten: Wir freuen uns über eine Spende!

Freitags / 15:00 – 18:00 Uhr

### Büchertauschbörse – Literatur für Alle

Bei uns können Sie mit anderen Lesern Ihre Bücher tauschen. Jeder hat welche Zuhause herumliegen: gelesene Bücher. Wer Nachschub braucht, muss nicht im Laden kaufen, sondern kann zu uns kommen. Sie können sich aber auch nur ein Buch ausleihen. Nicht zögern, kommen sie vorbei! Kosten: Verzehrkosten

Mo. 26.06. / 10:00 – 14:00 Uhr

### Großmutter-Suppen-Topf – Grüne Soße mit Kartoffeln und Ei

Zum Vorbereiten und Kochen treffen wir uns um 10:00 Uhr, wer nur zum Essen kommen möchte, ab 12:30 Uhr. Kosten: 6,50 €

In Kooperation mit BGZ-Riederwald

Di. 27.06. / 10:30 Uhr – Anmeldung bis 21.06.

### Busfahrt zum Schützenhof in Steinau

Der Schützenhof ist bekannt für seine gute Küche und die stimmungsvolle Live-Musik. Nach unserem gemeinsamen Mittagessen wird der Wirt zum Tanz aufspielen. Wer möchte, kann aber auch einen Spaziergang im malerischen Ulmbach unternehmen. Zum Abschluss wird uns noch Kaffee und Kuchen serviert. Um 16:00 Uhr werden wir dann die Heimreise antreten. Kosten: 20 € + Verzehrkosten  
Treffpunkt: Ecke Saalburgallee / Wittelsbacher Allee, 60385 Frankfurt (gegenüber Post)

Mo. 14.08. / 17:00 – 18:30 Uhr – Anmeldung bis 13.08.

### Talkshow in der Rhönstraße mit René Scholz

Questions, Answers, Entertainment. Let's talk English. We chat about it all including our dearest: ourselves. Join us and enjoy the company of other people. Mondays nights at five. Kosten: 5 €

Vorschau!