



100
JAHRE 1918 – 2018

BEGEGNUNGSZENTRUM

Ginnheim

Unser Programm

Juni 2018

FRANKFURTER VERBAND



Mo. 04.06. / 15:30 – 17:00 Uhr – Anmeldung bis 30.05. – In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim

Der Aktivklub Ginnheim lädt ein zum kreativen Nachmittag: Kokedamas

Wir basteln „Mooskugeln“, die wir kreativ bepflanzen. Kosten: 3 € Gästeobolus, Spende für Materialkosten

Mi. 06.06. / 12:30 – 14:00 Uhr – Anmeldung bis 04.06.

Ginnheimer Mittagstisch: Salat. Putengeschnetzeltes + Spätzle. Erdbeertiramisu. Zwei Getränke.

Im Rahmen der Aktionswochen Älterwerden „Liebe kennt kein Alter“. Kosten: 5 €

Mi. 06.06. / 14:00 – 15:30 Uhr – Anmeldung bis 05.06. – In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim

Kreativ-Café: Kokedamas – „Mooskugeln“ basteln und kreativ bepflanzen

Fr. 08.06. & 29.06. / 15:00 – 16:00 Uhr – Anmeldung bis 08.06.

NEU „Ginnheim tanzt“ – gemeinsam, beschwingt, fröhlich

Getanzt wird im Sitzen und im Stehen (mit Anleitung). Für Singles und Paare. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Nächste Termine: 29.06, 13.07., 27.07., 10.08. & 24.08. Kosten: 3 € zzgl. Verzehrkosten

Mo. 11.06. / 15:00 – 16:30 Uhr – Anmeldung bis 11.06.

Musik-Café: Offenes Singen zur Gitarre mit Gérard – „Liebe kennt kein Alter“

Bei unseren Liedern werden Sie sich fühlen wie „In einer kleinen Konditorei“. Wir singen beliebte deutsche Schlager-Evergreens, Volkslieder und Ohrwürmer verschiedener Stilrichtungen. Die Liedtexte liegen in Ringbüchern in Großdruck vor. Kaffee und Kuchen gibt es ab 14:30 Uhr. Kosten: 2 € Spende erwünscht; zzgl. Verzehrkosten

Mi. 13.06. / 10:00 – 18:00 Uhr – Anmeldung bis 11.06.

Städtetour nach Lohr am Main

Fahrt durch den schönen Spessart. Gemeinsames Mittagessen in der Lohrer Altstadt. Anschließend entweder Kostümführung in der Altstadt (14:00 – 15:00 Uhr, 5 €) oder Schiffsrundfahrt (14:30 – 16:00 Uhr, 9 €). Rückfahrt zirka 16:30 Uhr. Kosten: 19 € Fahrtkosten zzgl. Verzehrkosten

Treffpunkt: 10:00 Uhr Abfahrt Reisebus von der Bushaltestelle Ginnheim (Bushalt 39 + 64)

Mo. 18.06. / 15:00 – 17:00 Uhr – Anmeldung bis 18.06.

NEU „Ginnheim liest“

Elvi Belz liest aus zwei schönen Kurznovellen – „Phönix“ und „Evilline“. Kosten: 3 € Gästeobolus, Spende erwünscht

Mi. 20.06. / 14:00 – 17:00 Uhr – In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim

Klimawerkstatt zu Gast im Frankfurter Verband e. V.

„Ihr wollt mehr Grün und weniger CO₂ in die Stadt bringen: Hier trifft ihr uns und wir unterstützen euch mit Rat und Tat rund um Selbstversorgung in der Stadt, Beerengärten, Bienenbeete, Urban Gardening und vieles mehr. Bei schönem Wetter gärtnern wir draußen im Hofgarten des Frankfurter Verbandes mit oder wir arbeiten an Balkonideen, die jeder mitbringen kann. Zaungäste sind erwünscht und für Kaffee ist auch gesorgt. Eure Sybille.“ Kosten: Spende erwünscht; zzgl. Verzehrkosten

Do. 21.06. / 13:00 – 16:00 Uhr – Anmeldung bis 20.06. – In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim

Sonnenofen: Ein besonderes Koch- und Backvergnügen mit dem Sonnenofen erwartet uns

Die „Klimawerkstatt“ zeigt, wie mit Sonnenenergie Gerichte zubereitet werden können. Kosten: Spende erwünscht

Do. 21.06. / 16:00 – 19:00 Uhr – Anmeldung bis 20.06. – In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim

„Kochen saisonal“ – gesund und lecker mit der „Kooperative“ un der „Klimawerkstatt“

Geht es noch gesünder, saisonaler, regionaler und klimafreundlicher? Lernen Sie neue Rezepte, Ihre Nachbarn und die Idee einer Genossenschaft kennen. (Drei-Gänge-Menü) Kosten: Spende erwünscht

Fr. 22.06. / 15:00 – 17:00 Uhr – Anmeldung bis 21.06.

Sommerkonzert des Seniorenorchesters des Frankfurter Verbandes e. V.

Es erwartet Sie ein bunter Nachmittag mit Gaumenfreuden (selbstgemachte Torten), Kulturhappchen und einer Portion Heiterkeit. Einlass ab 14:30 Uhr. Kosten: 2 € Eintritt zzgl. Verzehrkosten

Mo. 25.06. / 14:30 – 17:00 Uhr – Anmeldung bis 25.06. – In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim

„Tauschrausch“ – Café

Nette Gespräche. Lecker Kaffee und Kuchen. Verschenken und/oder tauschen von schönen Kleidungsstücken. Einfach kommen, mitbringen und was gefällt wieder mitnehmen. Kosten: Verzehrkosten

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

Montags	Englisch Auffrischung A2 - Take It Easy (Kursnummer 7142-61N)	09:45 – 11:15 Uhr
	Englisch Auffrischung A2 - Take It Easy (Kursnummer 7142-62N)	11:30 – 13:00 Uhr
	15 Termine (10.09. – 28.01.). Info unter 069 21237963. Kosten: 105 €	
	Aktivklub Ginnheim	15:00 – 17:00 Uhr
	Bunte Nachmittage für Senioren in einer fröhlichen Gemeinschaft. Nachfragen unter 069 520098. Kosten: Monatsbeitrag: 8 € zzgl. Verzehrkosten	
Dienstags	Wirbelsäulengymnastik – Aktiv im Alter (VHS Kursnummer 7134-58N)	09:30 – 10:30 Uhr
	Wirbelsäulengymnastik – Aktiv im Alter (VHS Kursnummer 7134-59N)	10:45 – 11:45 Uhr
	16 Termine (14.08. – 11.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 75 €	
	Bewegungsangebot für Männer ab 50	17:00 – 18:00 Uhr
	Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Ein Probetraining frei. Infos unter 0179 5071336. Kosten: 50 € (10 Termine)	
Mittwochs	Fußpflege	09:00 – 14:00 Uhr
	Termin nach Vereinbarung: 06101 803362.	
	Wirbelsäulengymnastik im Sitzen (VHS Kursnummer 7134-81N)	10:00 – 11:00 Uhr
	15 Termine (15.08. – 12.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 71 €	
	Stammtisch Blumenpaten – ein Aktiv-Treff für Gartenfreunde und Naturliebhaber	14:00 – 17:00 Uhr
	„Aus Grau mach Bunt“ – eine Gemeinschaftsaktion zur Verschönerung des Quartiers. Für Blumenpaten, Gartenfreunde und Interessierte. Zum Gucken und zum Mitmachen. Kosten: Verzehrkosten In Kooperation mit I.d.e.a.l. – Netzwerk aktive Nachbarschaften e. V.	
Donnerstags	Gedächtnistraining	10:00 – 11:30 Uhr
	Kosten: 3 €	
Freitags	Tanzen und Lebensfreude pur 55+ (Kursnummer 7137-53N)	10:00 – 11:30 Uhr
	16 Termine (17.08. – 14.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 108 €	
	Gedächtnistraining	14:00 – 15:00 Uhr
	Wöchentlich, außer am ersten Freitag im Monat. Kosten: 2 €	
	Spiele-Café: Karten- und Brettspiele Ihrer Wahl	14:00 – 17:00 Uhr
	Für Einzelpersonen und Gruppen. Kosten: Verzehrkosten	

Begegnungszentrum Ginnheim

Ginnheimer Landstraße 172–174 (Eingang im Hof)
60431 Frankfurt am Main

Begegnungszentrumsleitung

Katrin Koch
Telefon: 069 520098, Fax: 069 97692676
katrin.koch@frankfurter-verband.eu

Erreichbarkeit RMV: Straßenbahn 16, U1 und U9, Bus 39 und 64 – Endhaltestelle Ginnheim

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