



100
JAHRE 1918 – 2018

BEGEGNUNGSZENTRUM

Ginnheim

Unser Programm

September
2018

FRANKFURTER VERBAND



Mi. 05.09. / 12:30 – 14:00 Uhr – Anmeldung bis 04.09.

Ginnheimer Mittagstisch: Frikadellen, Poree-Gemüse und Kartoffeln, ein Dessert & zwei Getränke

Kosten: 5 €

Fr. 07.09. & 21.09. / 15:00 – 16:00 Uhr

Neu: „Tanzen im Sitzen“

Schwungvolles Fitnesstraining für Körper, Geist und Seele. Nächste Termine: 12.10. & 19.10. Kosten: 3 € zzgl. Verzehrkosten

In Kooperation mit Italienischer Kulturverein Pro Seniore e.V.

Sa. 08.09. / 17:00 – 21:00 Uhr – Anmeldung bis 07.09.

Italienischer Abend – mit Folklore, Live-Musik, Tanz und italienischen Köstlichkeiten

Es erwartet Sie ein heiterer Abend zum Gucken und zum Mittanzen. Zu Gast: die Folkloretanzgruppe „FAIM“ e.V. Für Ihr leibliches Wohl wird gesorgt. Eintritt frei. Kosten: zzgl. Verzehrkosten

Mo. 10.09. / 15:00 – 16:30 Uhr – Anmeldung bis 10.09.

Musik-Café: Offenes Singen zur Gitarre mit Gérard

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

In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim & „Die Kooperative – Stadt. Land. Wirtschaft.“

Do. 13.09. / 15:00 – 19:00 Uhr

Unser Tag der offenen Tür – 100 Jahre Frankfurter Verband e.V.

Informationen und bunte Überraschungen rund ums Begegnungszentrum Ginnheim. 15:00 – 16:00 Uhr Offenes Singen zur Gitarre mit Gérard. Zu Gast die Klimawerkstatt Ginnheim und „Die Kooperative – Stadt. Land. Wirtschaft.“ Kosten: Verzehrkosten

In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim

Do. 20.09. / 13:00 – 19:00 Uhr

„Kochen saisonal – Klimagourmet: 4 Gänge – 20 km – 1 kg“

Jeder bringt 1 kg Lebensmittel mit das im Umkreis von 20 km gewachsen ist. Daraus entsteht ein 4-Gängemenü. Gekocht wird ab 13:00 Uhr im Sonnenofen auf unserer Terasse und ab 16:00 Uhr in unserer Gemeinschaftsküche in der Cafeteria. Anmeldung bitte unter: kirchplatzgaertchen@yahoo.de, Kosten: Spende erwünscht

In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim

Mo. 24.09. / 15:30 – 17:00 Uhr & 18:00 – 19:30 Uhr

BOTANICALS: Gesundes Leben aus Garten und Natur

Rosmarin erfrischt morgens als Tee und kann einfach im eigenen Garten oder in Töpfen angepflanzt werden. Sarah Schütz, Gesundheitsmangerin und Krankenpflegerin, bringt ausgewählte Pflanzen mit Ihren ätherischen Ölen und Einsatzgebieten, die Sie z.B. leichter durch die Erkältungssaison bringen können. Sybille Fuchs, Stadtgärtnerin, zeigt wie man Kräuter für Gesundheit und Wohlbefinden selber anbauen und auch vermehren kann. Gesundes ganz nah. Kosten: Spende erwünscht

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
	20 Termine (14.08. – 11.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 94 €	
	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
	19 Termine (15.08. – 12.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 89 €	
	Stammtisch Blumenpaten – ein Aktiv-Treff für Gartenfreunde und Naturliebhaber „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.I. – Netzwerk Nachbarschaft e. V.	14:00 – 16:00 Uhr
Gartensprechstunde mit der Klimawerkstatt Ginnheim: Offene Sprechstunde zum Thema Umwelt und Ernährung Kosten: Spende erwünscht In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim	14:00 – 17:00 Uhr	
		
Donnerstags	Neu: Obst und Gemüse Depot von „Die Kooperative – Stadt. Land. Wirtschaft.“ Für die Mitglieder der Kooperative werden die saisonalen, ökologischen und regionalen Ernteanteile zur Abholung im Depot in der Ginnheimer Landstraße 172 - 174 (Eingang im Hof) bereitgestellt. Weitere Infos unter: www.diekooperative.de/mitmachen oder 0170 7187196 In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim, „Nationale Klimaschutz Initiative“ & „Die Kooperative – Stadt. Land. Wirtschaft.“	16:00 – 19:00 Uhr
	Depot-Cafés der Klimawerkstatt Ginnheim Einen Ort zum Austausch und voller Ideen zu Nachhaltiger Ernährung, mit Büchern, saisonalen Rezepten, kleinen Verköstigungen und einen Einblick in das Angebot „der Kooperative“. kirchplatzgaertchen@yahoo.de Kosten: Spende erwünscht, in Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim	16:00 – 19:00 Uhr
Freitags	Tanzen und Lebensfreude pur 55+ (Kursnummer 7137-53N) 17 Termine (17.08. – 14.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 114 €	10:00 – 11:30 Uhr
	Spiele-Café: Karten- und Brettspiele Ihrer Wahl Für Einzelpersonen und Gruppen. Kosten: Verzehrkosten	14:00 – 17:00 Uhr

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